

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/ \_\_\_\_\_/

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Город Кафе»

/ С.К. Кондрев /

« 07 » августа 2021 г



**ПРИМЕРНОЕ /циклическое/ 12-ти дневное МЕНЮ**

**Для обучающихся в общеобразовательных учреждениях городского округа г. Воронежа**

**На осенне-зимний и весенний периоды /возрастная категория с 7 до 11 лет/**



Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг						
							Са	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	A	B1	B2	D	C	
<b>Завтрак</b>																				
фирм	Плов из мяса птицы	200,00	13,10	16,7	29,6	252,0	105,6	9,8	201,9	1,6	179,1	0,022	0,0053	0,01	129,7	0,1	0,28	1,35	0,4	
	Огурцы свежие *	50,00	0,00	0,10	1,60	52,00	14,67	8,27	18,25	0,36	57	0,001	0,001	0,001	15,6	0,001	0,03	0	5,3	
693	Какао с молоком	200,00	2,20	2,80	21,90	154,00	147,44	41	0,1	0,1	0,0012	0	0	31,7	0,001	0,02	1,1	8,9		
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>																				
		500,00	19,80	20,10	82,60	599,00	273,31	61,97	261,55	2,96	272,2	0,0242	0,0073	0,711	177	0,302	0,36	2,45	14,6	
<b>Норматив потребления 25%</b>																				
		От 500	19,25	19,75	83,75	587,50	275	62,5	275	3	275	0,025	0,0075	0,75	175	0,3	0,35	2,5	15	
<b>Выполнение плана, %</b>																				
			102,86	101,77	98,63	101,96	99,39	99,15	95,11	98,67	98,98	96,80	97,33	94,80	101,14	100,67	102,86	98,00	97,33	
<b>Обед</b>																				
20/1	С-г из свежих с растительным маслом	60,00	1,2	4,1	0,1	54,9	0,1	0	19,14	0,1	119,1	0,005	0	0	102,3	0,04	0,04	0	4,9	
135	Суп овощной со сметаной	210,00	4,20	5,10	23,40	135,00	190	39,6	235,8	1,9	156	0,005	0,005	0,1	31,1	0,14	0,12	1,9	1,9	
390	Котлеты рыбные "Любительские"	90,00	9,7	7,1	21,1	160,0	0,1	9,6	18,8	0,1	0	0,02	0,0027	0,4	34,08	0,04	0,1	1	0,5	
520	Картофельное пюре	150,00	4,6	7,5	17,2	202,4	125,9	0,1	2,9	0	0,1	0	0	40,7	0,05	0,128	0,2	9,8		
фирм	Напиток "Витаминный" (витаминизир)	200,00	0,50	0,00	27,00	105,00	10,56	7,31	22,1	0,41	48	0	0	0,38	0	0,03	0	0,1	0,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1	
<b>Итого за 'Обед'</b>																				
		760,00	22,84	24,28	102,16	722,30	337,66	73,11	341,24	3,51	359,20	0,03	0,01	0,88	208,18	0,35	0,41	3,20	18,60	
<b>Норматив потребления 30%</b>																				
		от 700	23,10	23,70	100,50	705,00	330	75	330	3,6	330	0,03	0,009	0,9	210	0,36	0,42	3,3	18	
<b>Выполнения плана, %</b>																				
			98,87	102,45	101,65	102,45	102,32	97,48	103,41	97,50	108,85	100,00	96,67	97,78	99,13	97,22	98,33	96,97	103,33	
<b>Полдник</b>																				
	Кондитерские изделия (вафли)	40,00	7,0	7,10	7,10	41,0	0,01	5,8	108,8	0	107,7	0	0,003	0,3	67,7	0,089	0,11	0,8	0	
	Сок	200	0,00	0,00	8,70	85,00	125	18,7	0,1	0,21	0,1	0	0	0,1	0,03	0,01	0,25	3,6		
	Фрукты (блоки)	200	0,8	0,8	19,6	120	0	1,3	1,2	2	0,1	0	0	3,1	0,001	0,02	0	10		
<b>Итого за 'Полдник'</b>																				
		440,00	7,80	7,90	35,40	246,00	125,01	25,80	110,10	2,21	107,90	0,00	0,00	0,30	70,90	0,12	0,14	1,05	13,60	
<b>Норматив потребления 10%</b>																				
		От 300	7,70	7,90	33,50	235,00	110	25	110	1,2	110	0,01	0,003	0,3	70	0,12	0,14	1	6	
<b>Выполнение плана, %</b>																				
			101,30	100,00	105,67	104,68	113,65	103,20	100,09	184,17	98,09	0,00	100,00	100,00	101,29	100,00	100,00	105,00	226,67	
<b>Выполнение плана за День</b>																				
	Всего за день		50,44	52,28	220,16	1567,30	735,98	160,88	712,89	8,68	739,30	0,05	0,02	1,89	456,08	0,77	0,91	6,70	46,80	
	Норматив потребления за День 65 %		50	51,3	217	1527,5	715	162,5	715	7,8	715	0,065	0,02	1,95	455	0,78	0,91	6,5	39	
	Выполнение плана за День, %		100,88	101,9	101,46	102,606	102,93	99,003	99,705	111,3	103,399	83,385	97,44	96,974	100,24	98,97	100,3	103,1	120	

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг						
							Са	Мг	Р	Fe	К	І	Se	F	A	B1	B2	D	C	
<b>Завтрак</b>																				
3	Сыр порционно	15,00	4,20	5,20	0,00	68,60	129,4	5,15	144	0,01	158,7	0	0	0	0,01	0,01	0,001	1	0,1	
302	Каша манная молочная жидкая	155,00	7,70	10,60	17,70	158,90	116,7	43,2	42,1	0	0,9	0,018	0,0066	0,04	152,1	0,05	0,28	1,45	2,8	
692	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	3,19	15,00	96,60	11	13	42,5	0,01	72	0,006	0	0	25,9	0,05	0,012	0	1,9	
	Фрукты (бананы)	200,00	0,82	0,82	21,1	124	0,15	1,7	1,25	2,1	0,11	0	0	0,1	3,2	0,001	0,025	0	10,1	
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>620,00</b>	<b>20,02</b>	<b>20,31</b>	<b>83,30</b>	<b>589,10</b>	<b>262,85</b>	<b>60,8</b>	<b>271,15</b>	<b>3,02</b>	<b>267,71</b>	<b>0,024</b>	<b>0,0076</b>	<b>0,84</b>	<b>181,21</b>	<b>0,311</b>	<b>0,348</b>	<b>2,45</b>	<b>14,9</b>	
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>	
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>104,00</b>	<b>102,84</b>	<b>99,46</b>	<b>100,27</b>	<b>95,58</b>	<b>97,28</b>	<b>98,60</b>	<b>100,67</b>	<b>97,35</b>	<b>96,00</b>	<b>101,33</b>	<b>112,00</b>	<b>103,55</b>	<b>103,67</b>	<b>99,43</b>	<b>98,00</b>	<b>99,33</b>	
<b>Обед</b>																				
148	Суп-лапша "Домашня"	200,00	7,10	7,80	19,30	195,00	78	27,62	165	1	54,2	0	0,001	0,2	75	0,26	0,03	1,3	0,7	
	Фирм "Забава"	90,00	5,00	5,60	20,96	182,00	144,7	0,1	41,9	0,1	0,1	0,012	0,001	0	3,45	0,001	0,04	2	2,3	
534	Капустя тушеная	150,00	7,4	5,2	10,8	126,0	54	18,8	42,7	1,05	221,8	0,016	0,0041	0,71	27,92	0	0,3	0	11,1	
	Горошек консервиров. порционно	60,00	1,5	4,1	15,9	95,0	38	0,1	35	0	1,1	0,001	0,002	0	69	0,01	0,02	0,001	0,0	
	Напиток "Янтарный" (витаминизир)	200,00	0,00	0,00	15,20	58,00	2,2	12,4	0,12	0,4	8,7	0	0	0	34,08	0,04	0	0	2,8	
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1	
	<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>750,00</b>	<b>23,66</b>	<b>23,18</b>	<b>95,52</b>	<b>721,00</b>	<b>327,90</b>	<b>75,52</b>	<b>327,22</b>	<b>3,55</b>	<b>321,90</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,91</b>	<b>209,45</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,30</b>	<b>17,90</b>	
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>	
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>102,42</b>	<b>97,81</b>	<b>95,04</b>	<b>102,27</b>	<b>99,36</b>	<b>100,69</b>	<b>99,16</b>	<b>98,61</b>	<b>97,55</b>	<b>96,67</b>	<b>101,11</b>	<b>101,11</b>	<b>99,74</b>	<b>100,28</b>	<b>98,81</b>	<b>100,03</b>	<b>99,44</b>	
<b>Полдник</b>																				
	Салатик "Школьный"	140,00	6,90	7,60	23,10	144,10	0	6,9	105,7	0,98	104,7	0,01	0,0029	0,29	67,8	0,085	0,13	0,74	2,1	
	Сок	200	0,00	0,00	8,70	85,00	125	18,7	0,1	0,21	0,1	0	0	0,1	0,03	0,01	0,25	3,6		
	<b>Итого за 'Полдник'</b>	<b>340,00</b>	<b>7,40</b>	<b>7,60</b>	<b>31,80</b>	<b>229,10</b>	<b>125,00</b>	<b>25,60</b>	<b>105,80</b>	<b>1,19</b>	<b>104,80</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,29</b>	<b>67,90</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>0,99</b>	<b>5,70</b>	
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>96,10</b>	<b>96,20</b>	<b>94,93</b>	<b>97,49</b>	<b>113,64</b>	<b>102,40</b>	<b>96,18</b>	<b>99,17</b>	<b>95,27</b>	<b>100,00</b>	<b>96,67</b>	<b>96,67</b>	<b>97,00</b>	<b>95,83</b>	<b>100,00</b>	<b>99,00</b>	<b>95,00</b>	
<b>Выполнение плана за день</b>																				
	<b>Всего за день</b>		<b>51,08</b>	<b>51,09</b>	<b>210,62</b>	<b>1539,20</b>	<b>715,75</b>	<b>161,92</b>	<b>704,17</b>	<b>7,76</b>	<b>694,41</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>2,04</b>	<b>458,56</b>	<b>0,79</b>	<b>0,90</b>	<b>6,74</b>	<b>38,50</b>	
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,0195</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>	
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>102,16</b>	<b>99,59</b>	<b>97,06</b>	<b>100,766</b>	<b>100,1</b>	<b>99,643</b>	<b>98,485</b>	<b>99,49</b>	<b>97,1203</b>	<b>96,923</b>	<b>100,51</b>	<b>104,6</b>	<b>100,78</b>	<b>100,9</b>	<b>99,23</b>	<b>103,7</b>	<b>98,72</b>	

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг						
							Са	Мг	Р	Fe	К	І	Se	F	A	В1	В2	D	С	
<b>Завтрак</b>																				
6	Йогурт вареное	40	2,90	4,60	2,90	66,00	4,1	0,01	62,2	0,31	79,7	0,01	0,001	0	0,19	0,01	0,01	0	3	
311	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	205,00	3,10	4,70	39,80	255,00	229,7	15,3	97,1	0,85	142,7	0,014	0,0053	0,02	130,1	0,001	0,28	1,35	8,8	
686	Чай с лимоном	207,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,2	27,5	52,48	0,2	12	0	0	0	34,08	0,04	0	0	2,8	
	Масло сливочное	10,00	7,70	9,10	0,10	66,00	28,16	15,66	19,14	0,5	0	0	0	0,02	10	0,04	0,016	1,1	0	
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>																				
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>512,00</b>	<b>18,30</b>	<b>18,90</b>	<b>87,50</b>	<b>589,00</b>	<b>269,76</b>	<b>61,36</b>	<b>272,22</b>	<b>2,76</b>	<b>270,4</b>	<b>0,024</b>	<b>0,0073</b>	<b>0,74</b>	<b>174,37</b>	<b>0,291</b>	<b>0,336</b>	<b>2,45</b>	<b>14,6</b>	
	<b>Выполнение плана, %</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>	
<b>Обед</b>																				
71	Винегрет овощной	60,00	1,3	2,0	2,0	56,0	55,42	11,2	21,91	0,23	0	0	0	0,1	5,1	0,1	0,02	2,1	6,1	
124	Щи со сметаной	210,00	5,10	5,60	1,6	156,0	42	1,9	77,7	0,1	39,5	0,001	0,002	0,1	52,1	0,06	0,22	0,9	18,0	
	Колбаса "Сельские"	90,00	9,8	10,0	39,1	225,0	2,9	29,1	125,38	2,2	114,1	0,02	0,006	0,7	111,1	0,09	0,1	0	3,7	
195	Рагу овощное	150,00	4,4	5,60	18,70	125,0	129,9	0	3	0,02	83,1	0,01	0	0,01	2,9	0	0,04	0,2	3,10	
639	Компот из сухофруктов (витаминизир.)	200,00	0,50	0,00	27,00	110,00	74,4	16,1	58,64	0,02	72	0	0	0	37,7	0,05	0,008	0	2,1	
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1	
<b>Итого за 'Обед '</b>																				
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>760,00</b>	<b>23,74</b>	<b>23,68</b>	<b>101,76</b>	<b>737,00</b>	<b>315,62</b>	<b>74,80</b>	<b>329,13</b>	<b>3,57</b>	<b>344,70</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,91</b>	<b>208,90</b>	<b>0,35</b>	<b>0,41</b>	<b>3,20</b>	<b>34,00</b>	
	<b>Выполнения плана, %</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>	
<b>Полдник</b>																				
	Ряженка	200,00	1,4	0,00	29,0	122,0	28,16	15,66	19,14	1,1	0,1	0	0,0029	0	10	0,04	0,09	1	4	
	Пирожок с повидлом	100	6,1	7,65	3,5	111,1	79,8	9,7	89,1	0,1	108,7	0,01	0	0,29	57,1	0,079	0,045	0	1,9	
<b>Итого за 'Полдник '</b>																				
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>300,00</b>	<b>7,50</b>	<b>7,65</b>	<b>32,45</b>	<b>233,09</b>	<b>107,96</b>	<b>25,36</b>	<b>108,24</b>	<b>1,20</b>	<b>108,80</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,29</b>	<b>67,10</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1,00</b>	<b>5,90</b>	
	<b>Выполнение плана, %</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
<b>Всего за день</b>																				
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>	<b>49,54</b>	<b>50,23</b>	<b>221,71</b>	<b>1559,09</b>	<b>693,34</b>	<b>161,52</b>	<b>709,59</b>	<b>7,53</b>	<b>723,90</b>	<b>0,07</b>	<b>0,02</b>	<b>1,94</b>	<b>450,37</b>	<b>0,76</b>	<b>0,88</b>	<b>6,65</b>	<b>54,50</b>		
	<b>Выполнение плана за день, %</b>	<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>		
	<b>Выполнение плана за день, %</b>	<b>99,08</b>	<b>97,91</b>	<b>102,17</b>	<b>102,068</b>	<b>96,971</b>	<b>99,397</b>	<b>99,243</b>	<b>96,54</b>	<b>101,245</b>	<b>100</b>	<b>98,46</b>	<b>99,49</b>	<b>98,982</b>	<b>97,44</b>	<b>97,14</b>	<b>102,3</b>	<b>139,7</b>		
<b>Выполнение плана за день</b>																				

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг										Витамины, мг				
							Са	Мг	Р	Fe	К	И	Se	F	А	В1	В2	Д	С		
<b>Завтрак</b>																					
3	Сыр порционно	15,00	4,20	5,20	0,00	68,60	129,4	5,15	144	0,01	158,7	0	0	0,01	0,01	0,001	1	0,1			
	Фирм	150,00	9,30	13,10	17,90	201,00	126	40,1	45,1	0,001	69,1	0,024	0,0064	0,04	168,7	0,048	0,29	1,38	4,7		
	Фрукты (яблоки)	200,00	0,8	0,8	19,6	120	0	1,3	1,2	2	0,1	0	0	0	3,1	0,001	0,02	0	10		
685	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,00	11	16,5	42,5	0,01	12	0	0	0	1	0,04	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0		
<b>Итого за "Завтрак"</b>																					
		<b>615,00</b>	<b>18,90</b>	<b>19,60</b>	<b>82,00</b>	<b>590,60</b>	<b>272</b>	<b>60,8</b>	<b>274,1</b>	<b>2,921</b>	<b>275,9</b>	<b>0,024</b>	<b>0,0074</b>	<b>0,74</b>	<b>172,81</b>	<b>0,299</b>	<b>0,341</b>	<b>2,38</b>	<b>14,8</b>		
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>		
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>98,18</b>	<b>99,24</b>	<b>97,91</b>	<b>100,53</b>	<b>98,91</b>	<b>97,28</b>	<b>99,67</b>	<b>97,37</b>	<b>100,33</b>	<b>96,00</b>	<b>98,67</b>	<b>98,67</b>	<b>98,75</b>	<b>99,67</b>	<b>97,43</b>	<b>95,20</b>	<b>98,67</b>		
<b>Обед</b>																					
39	С-т "Витаминный"	60,00	2,10	2,50	2,30	55,00	23,8	0,1	75	0,01	0,3	0,0015	0	0	8	0,01	0,16	0	7,1		
132	Рассольник "Ленинградский со сметаной"	210,00	0,60	2,90	6,7	175,0	41,1	11,9	0,1	0,01	73,3	0,02	0,002	0,29	59,8	0	0,2	0,33	1,2		
367	Гуляш из мяса	90,00	3,1	5,9	19,8	210,0	187,1	0,1	0,1	0	151,8	0,01	0,006	0,6	0,1	0,07	0	2,8	1,84		
512	Рис отварной	150,00	15,1	12,1	31,1	145	50,34	38,8	208,74	2,1	6	0	0	0	141,1	0,24	0,02	0	6,3		
631	Компот из свежих яблок (витаминизир)	200,00	0,00	0,00	27,00	86,00	10,56	7,31	22,1	0,41	48	0	0	0	0	0	0	0,1	0,5		
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1		
<b>Итого за "Обед"</b>																					
		<b>760,00</b>	<b>23,54</b>	<b>23,88</b>	<b>100,26</b>	<b>736,00</b>	<b>323,90</b>	<b>74,71</b>	<b>348,54</b>	<b>3,53</b>	<b>315,40</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,89</b>	<b>209,00</b>	<b>0,37</b>	<b>0,41</b>	<b>3,23</b>	<b>17,94</b>		
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>		
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>101,90</b>	<b>100,76</b>	<b>99,76</b>	<b>104,40</b>	<b>98,15</b>	<b>99,61</b>	<b>105,62</b>	<b>98,06</b>	<b>95,58</b>	<b>105,00</b>	<b>100,00</b>	<b>98,89</b>	<b>99,52</b>	<b>102,78</b>	<b>96,43</b>	<b>97,88</b>	<b>99,67</b>		
<b>Полдник</b>																					
	Сок	200	0,00	0,00	8,70	85,00	125	18,7	0,1	0,21	0,1	0	0	0,1	0,03	0,01	0,25	3,6	3,6		
	Плошка "Московская"	100	7,30	7,60	24,10	146,10	0,01	5,6	103,1	0,95	105,1	0,01	0,0029	0,29	68,1	0,086	0,13	0,74	2,2		
<b>Итого за "Полдник"</b>																					
		<b>300,00</b>	<b>7,30</b>	<b>7,60</b>	<b>32,80</b>	<b>231,10</b>	<b>125,01</b>	<b>24,30</b>	<b>103,20</b>	<b>1,16</b>	<b>105,20</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,29</b>	<b>68,20</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>0,99</b>	<b>5,80</b>		
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>		
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>94,81</b>	<b>96,20</b>	<b>97,91</b>	<b>98,34</b>	<b>113,65</b>	<b>97,20</b>	<b>93,82</b>	<b>96,67</b>	<b>95,64</b>	<b>100,00</b>	<b>96,67</b>	<b>96,67</b>	<b>97,43</b>	<b>96,67</b>	<b>100,00</b>	<b>99,00</b>	<b>96,67</b>		
<b>Выполнение плана за день</b>																					
	<b>Всего за день</b>		<b>49,74</b>	<b>51,08</b>	<b>215,06</b>	<b>1557,70</b>	<b>720,91</b>	<b>159,81</b>	<b>725,84</b>	<b>7,61</b>	<b>696,50</b>	<b>0,07</b>	<b>0,02</b>	<b>1,92</b>	<b>450,01</b>	<b>0,79</b>	<b>0,89</b>	<b>6,60</b>	<b>38,54</b>		
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>		
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>99,48</b>	<b>99,571</b>	<b>99,10599</b>	<b>101,9771</b>	<b>100,827</b>	<b>98,3446</b>	<b>101,516</b>	<b>97,577</b>	<b>97,41259</b>	<b>100,77</b>	<b>98,974</b>	<b>98,46</b>	<b>98,9033</b>	<b>100,641</b>	<b>97,3626</b>	<b>101,54</b>	<b>98,821</b>		

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг							
							Са	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	A	B1	B2	D	C	
<b>Завтрак</b>																				
фирм	Плов из мяса птицы	200,00	13,10	16,7	29,6	252,0	105,6	9,8	201,9	1,6	179,1	0,022	0,0053	0,01	129,7	0,1	0,28	1,35	0,4	
	Огурцы свежие *	50,00	0,00	0,10	1,60	52,00	14,67	8,27	18,25	0,36	57	0,001	0,001	0,001	15,6	0,001	0,03	0	5,3	
693	Какао с молоком	200,00	2,20	2,80	21,90	154,00	147,44	41	0,1	0,1	0,0012	0	0	31,7	0,001	0,02	1,1	8,9		
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>500,00</b>	<b>19,80</b>	<b>20,10</b>	<b>82,60</b>	<b>599,00</b>	<b>273,31</b>	<b>61,97</b>	<b>261,55</b>	<b>2,96</b>	<b>272,2</b>	<b>0,0242</b>	<b>0,0073</b>	<b>0,711</b>	<b>177</b>	<b>0,302</b>	<b>0,36</b>	<b>2,45</b>	<b>14,6</b>	
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>	
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>102,86</b>	<b>101,77</b>	<b>98,63</b>	<b>101,96</b>	<b>99,39</b>	<b>99,15</b>	<b>95,11</b>	<b>98,67</b>	<b>98,98</b>	<b>96,80</b>	<b>97,33</b>	<b>94,80</b>	<b>101,14</b>	<b>100,67</b>	<b>102,86</b>	<b>98,00</b>	<b>97,33</b>	
<b>Обед</b>																				
20/1	С-г из свежЫлы с растительным маслом	60,00	1,2	4,1	0,1	54,9	0,1	0	19,14	0,1	119,1	0,005	0	0	102,3	0,04	0,04	0	4,9	
135	Суп овальной со сметаной	210,00	4,20	5,10	23,40	135,00	190	39,6	235,8	1,9	156	0,005	0,005	0,1	31,1	0,14	0,12	1,9	1,9	
390	Котлеты рыбные "Лобитальские"	90,00	9,7	7,1	21,1	160,0	0,1	9,6	18,8	0,1	0	0,02	0,0027	0,4	34,08	0,04	0,1	1	0,5	
520	Картофельное пюре	150,00	4,6	7,5	17,2	202,4	125,9	0,1	2,9	0	0,1	0	0	40,7	0,05	0,128	0,2	9,8		
	Сок	200	1,60	1,50	15,90	85,00	125	18,7	0,1	0,75	9,7	0,01	0,002	0	35,1	0,1	0,12	0,85	3,9	
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1	
	<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>760,00</b>	<b>23,94</b>	<b>25,78</b>	<b>91,06</b>	<b>702,30</b>	<b>452,10</b>	<b>84,50</b>	<b>319,24</b>	<b>3,85</b>	<b>320,90</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>0,50</b>	<b>243,28</b>	<b>0,42</b>	<b>0,53</b>	<b>3,95</b>	<b>22,00</b>	
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>От 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>	
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>103,64</b>	<b>108,78</b>	<b>90,61</b>	<b>99,62</b>	<b>137,00</b>	<b>112,67</b>	<b>96,74</b>	<b>106,94</b>	<b>97,24</b>	<b>133,33</b>	<b>118,89</b>	<b>55,56</b>	<b>115,85</b>	<b>116,67</b>	<b>126,90</b>	<b>119,70</b>	<b>122,22</b>	
<b>Полдник</b>																				
672	Шарлотка с яблоками	100,00	4,10	3,70	25,70	165,00	47,8	19,7	69,7	0,25	38,7	0,0012	0,001	0,3	15,8	0,016	0,004	0,1	1,7	
	Кефир	200	3,20	3,90	6,80	76,00	57,8	4,8	35	0,9	69,8	0,01	0,0019	0,0012	53	0,1	0,13	0,9	4	
	<b>Итого за 'Полдник'</b>	<b>300,00</b>	<b>7,30</b>	<b>7,60</b>	<b>32,50</b>	<b>241,00</b>	<b>105,60</b>	<b>24,50</b>	<b>104,70</b>	<b>1,15</b>	<b>108,50</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>68,80</b>	<b>0,12</b>	<b>0,13</b>	<b>1,00</b>	<b>5,70</b>	
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>94,81</b>	<b>96,20</b>	<b>97,01</b>	<b>102,55</b>	<b>96,00</b>	<b>98,00</b>	<b>95,18</b>	<b>95,83</b>	<b>98,64</b>	<b>112,00</b>	<b>96,67</b>	<b>100,40</b>	<b>98,29</b>	<b>96,67</b>	<b>95,71</b>	<b>100,00</b>	<b>95,00</b>	
<b>Выполнение плана за день</b>																				
	<b>Всего за день</b>	<b>51,04</b>	<b>53,48</b>	<b>206,16</b>	<b>1542,30</b>	<b>831,01</b>	<b>170,97</b>	<b>685,49</b>	<b>7,96</b>	<b>701,60</b>	<b>0,08</b>	<b>0,02</b>	<b>1,51</b>	<b>489,08</b>	<b>0,84</b>	<b>1,03</b>	<b>7,40</b>	<b>42,30</b>		
	<b>Норматив потребления за день 65%</b>	<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>		
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>102,1</b>	<b>104,2</b>	<b>95,005</b>	<b>100,969</b>	<b>116,2</b>	<b>105,21</b>	<b>95,873</b>	<b>102,1</b>	<b>98,1259</b>	<b>116</b>	<b>107,2</b>	<b>77,55</b>	<b>107,49</b>	<b>112,9</b>	<b>113,8</b>	<b>108,5</b>		

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг			Минеральные элементы, мг			Витамины, мг																	
							Са	Мg	P	Fe	K	I	Se	F	A	B1	B2	D	C											
<b>Завтрак</b>																														
333	Макаронные отварные с сыром	150,00	5,80	8,90	18,70	202,00	225,4	24,5	168,6	0	221,1	0,025	0,0064	0,04	157,9	0	0,27	1,37	4,3											
	Фрукты (яблоки)	200,00	0,8	0,8	19,6	120	0	1,3	1,2	2	0,1	0	0	3,1	0,001	0,02	0	10												
685	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,00	11	16,5	42,5	0,01	12	0	0	1	0,04	0	0	0												
	Масло сливочное	10,00	7,70	9,10	0,10	66,00	28,16	15,66	19,14	0,5	0	0	0	10	0,04	0,016	1,1	0												
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0												
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>610,00</b>	<b>18,90</b>	<b>19,30</b>	<b>82,90</b>	<b>589,00</b>	<b>270,16</b>	<b>60,86</b>	<b>272,74</b>	<b>3,41</b>	<b>269,2</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0074</b>	<b>0,76</b>	<b>172</b>	<b>0,281</b>	<b>0,336</b>	<b>2,47</b>	<b>14,3</b>											
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>											
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>98,18</b>	<b>97,72</b>	<b>98,99</b>	<b>100,26</b>	<b>98,24</b>	<b>97,38</b>	<b>99,18</b>	<b>113,67</b>	<b>97,89</b>	<b>100,00</b>	<b>98,67</b>	<b>101,33</b>	<b>98,29</b>	<b>93,67</b>	<b>96,00</b>	<b>98,80</b>	<b>95,33</b>											
<b>Обед</b>																														
	Икра кабачковая	60,00	1,9	3,6	0,1	54,9	0,1	0	19,14	0,1	119,1	0,005	0	0	102,3	0,04	0,04	0	4,9											
139	Суп картофельный с бобовыми	200,00	3,20	3,2	21,20	151,2	17,14	4,7	112,1	0,01	4,2	0,001	0,001	0,1	26	0,07	0,02	0	0,01											
	Выточка по - сезянски	90,00	9,00	8,60	14,70	130,00	137,7	21,9	36,1	2,4	37,6	0,015	0,006	0,75	0,1	0,08	0,33	1,28	9,6											
508	Каша гречневая расыпчатая	150,00	5,40	8,60	24,10	210,00	87,15	15,1	59,63	0,01	60	0,01	0,001	0,01	52	0,06	0,004	1,9	0											
639	Компот из сухофруктов (витаминозир.)	200,00	0,50	0,00	27,00	110,00	74,4	16,1	58,64	0,02	72	0	0	37,7	0,05	0,008	0	2,1												
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1											
	<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>750,00</b>	<b>22,64</b>	<b>24,48</b>	<b>100,46</b>	<b>721,10</b>	<b>327,49</b>	<b>74,30</b>	<b>328,11</b>	<b>3,54</b>	<b>328,90</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,86</b>	<b>218,10</b>	<b>0,35</b>	<b>0,43</b>	<b>3,18</b>	<b>17,61</b>											
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>											
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>98,01</b>	<b>103,29</b>	<b>99,96</b>	<b>102,28</b>	<b>99,24</b>	<b>99,07</b>	<b>99,43</b>	<b>98,33</b>	<b>99,67</b>	<b>103,33</b>	<b>100,00</b>	<b>95,56</b>	<b>103,86</b>	<b>97,22</b>	<b>101,67</b>	<b>96,36</b>	<b>97,83</b>											
<b>Полдник</b>																														
672	Шарлотка с яблоками	100,00	4,10	3,70	25,70	165,00	47,8	19,7	69,7	0,25	38,7	0,0012	0,001	0,3	15,8	0,016	0,004	0,1	1,7											
	Кефир	200	3,20	3,90	6,80	76,00	57,8	4,8	35	0,9	69,8	0,01	0,0019	0,0012	53	0,1	0,13	0,9	4											
	<b>Итого за 'Полдник'</b>	<b>300,00</b>	<b>7,30</b>	<b>7,60</b>	<b>32,50</b>	<b>241,00</b>	<b>105,60</b>	<b>24,50</b>	<b>104,70</b>	<b>1,15</b>	<b>108,50</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>68,80</b>	<b>0,12</b>	<b>0,13</b>	<b>1,00</b>	<b>5,70</b>											
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>											
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>94,81</b>	<b>96,20</b>	<b>97,01</b>	<b>102,55</b>	<b>96,00</b>	<b>98,00</b>	<b>95,18</b>	<b>95,83</b>	<b>98,64</b>	<b>112,00</b>	<b>96,67</b>	<b>100,40</b>	<b>98,29</b>	<b>96,67</b>	<b>95,71</b>	<b>100,00</b>	<b>95,00</b>											
<b>Выполнение плана за День</b>																														
	<b>Всего за день</b>		<b>48,84</b>	<b>51,38</b>	<b>215,86</b>	<b>1551,10</b>	<b>703,25</b>	<b>159,66</b>	<b>705,55</b>	<b>8,10</b>	<b>706,60</b>	<b>0,07</b>	<b>0,02</b>	<b>1,92</b>	<b>458,90</b>	<b>0,75</b>	<b>0,90</b>	<b>6,65</b>	<b>37,61</b>											
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>											
	<b>Выполнение плана за День, %</b>		<b>97,68</b>	<b>100,2</b>	<b>99,475</b>	<b>101,545</b>	<b>98,357</b>	<b>98,252</b>	<b>98,678</b>	<b>103,8</b>	<b>98,8252</b>	<b>103,38</b>	<b>98,97</b>	<b>98,523</b>	<b>100,86</b>	<b>95,77</b>	<b>98,57</b>	<b>102,3</b>	<b>96,44</b>											



Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг										Витамины, мг				
							Са	Мг	Р	Fe	К	I	Se	F	A	B1	B2	D	C		
<b>Завтрак</b>																					
3	Сыр порционно	15,00	4,20	5,20	0,00	68,60	129,4	5,15	144	0,01	158,7	0	0	0	0,01	0,01	0,001	1	0,1		
302	Каша пшеничная молочная жидкая	155,00	7,85	11,80	22,10	170,00	0,9	15,9	70,1	2	49,6	0	0	0,01	113,8	0,06	0,15	0,4	4		
693	Какао с молоком	200,00	2,20	2,80	21,90	154,00	147,44	41	0,1	0,1	0,1	0,0012	0	0	31,7	0,001	0,02	1,1	8,9		
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0		
	Фрукты (бананы)	200,00	0,82	0,82	21,1	124	0,15	1,7	1,25	2,1	0,11	0	0	0,1	3,2	0,001	0,025	0	10,1		
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>620,00</b>	<b>19,57</b>	<b>21,12</b>	<b>94,60</b>	<b>657,60</b>	<b>283,49</b>	<b>61,5</b>	<b>256,75</b>	<b>5,11</b>	<b>244,51</b>	<b>0,0012</b>	<b>0,001</b>	<b>0,81</b>	<b>148,71</b>	<b>0,272</b>	<b>0,226</b>	<b>2,5</b>	<b>23,1</b>		
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>		
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>101,66</b>	<b>106,94</b>	<b>112,96</b>	<b>111,93</b>	<b>103,09</b>	<b>98,40</b>	<b>93,36</b>	<b>170,33</b>	<b>88,91</b>	<b>4,80</b>	<b>13,33</b>	<b>108,00</b>	<b>84,98</b>	<b>90,67</b>	<b>64,57</b>	<b>100,00</b>	<b>154,00</b>		
<b>Обед</b>																					
	С-г "Мегелка"	60,00	2,5	2,6	7,8	65,0	66,1	12,9	132	1,8	0,1	0	0	0	128,43	0,07	0,02	0	2,7		
110	Борщ со сметаной	210,00	5,60	6,60	14,30	160,00	0	21,93	54,52	0,01	121,9	0,01	0,006	0,1	0,12	0,08	0,096	1,93	0		
344	Тетреги рыбные	90,00	7,1	7,2	36,6	154,7	0,1	1,6	114,19	0,61	165	0,02	0,002	0,78	35,2	0,08	0,15	0,9	1,1		
520	Картофельное пюре	150,00	4,6	7,5	17,2	202,4	125,9	0,1	2,9	0	0,1	0	0	0	40,7	0,05	0,128	0,2	9,8		
	Сок	200	0,00	0,00	8,70	85,00	125	18,7	0,1	0,21	0,1	0	0	0	0,1	0,03	0,01	0,25	3,6		
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1		
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>760,00</b>	<b>22,44</b>	<b>24,38</b>	<b>97,96</b>	<b>732,10</b>	<b>328,10</b>	<b>71,73</b>	<b>346,21</b>	<b>3,63</b>	<b>323,20</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,88</b>	<b>204,55</b>	<b>0,36</b>	<b>0,43</b>	<b>3,28</b>	<b>18,20</b>		
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>		
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>97,14</b>	<b>102,87</b>	<b>97,47</b>	<b>103,84</b>	<b>99,42</b>	<b>95,64</b>	<b>104,91</b>	<b>100,83</b>	<b>97,94</b>	<b>100,00</b>	<b>100,00</b>	<b>97,78</b>	<b>97,40</b>	<b>100,00</b>	<b>102,14</b>	<b>99,39</b>	<b>101,11</b>		
<b>Полдник</b>																					
	Сэндвич "Школьный"	140,00	6,90	7,60	23,10	144,10	0	6,9	105,7	0,98	104,7	0,01	0,0029	0,29	67,8	0,085	0,13	0,74	2,1		
504	Кисель молочный	200,00	0,9	0,01	8,9	89,6	105,2	18,9	9,1	0,25	0,1	0	0	0	5,1	0,04	0	0,25	4		
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>340,00</b>	<b>7,80</b>	<b>7,61</b>	<b>32,00</b>	<b>233,70</b>	<b>105,20</b>	<b>25,80</b>	<b>114,80</b>	<b>1,23</b>	<b>104,80</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,29</b>	<b>72,90</b>	<b>0,13</b>	<b>0,13</b>	<b>0,99</b>	<b>6,10</b>		
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>		
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>101,30</b>	<b>96,33</b>	<b>95,52</b>	<b>99,45</b>	<b>95,64</b>	<b>103,20</b>	<b>104,36</b>	<b>102,50</b>	<b>95,27</b>	<b>100,00</b>	<b>96,67</b>	<b>96,67</b>	<b>104,14</b>	<b>104,17</b>	<b>92,86</b>	<b>99,00</b>	<b>101,67</b>		
<b>Всего за день</b>																					
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>49,81</b>	<b>53,11</b>	<b>224,56</b>	<b>1623,40</b>	<b>716,79</b>	<b>159,03</b>	<b>717,76</b>	<b>9,97</b>	<b>672,51</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>1,98</b>	<b>426,16</b>	<b>0,76</b>	<b>0,79</b>	<b>6,77</b>	<b>47,40</b>		
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>99,62</b>	<b>103,5</b>	<b>103,48</b>	<b>106,278</b>	<b>100,3</b>	<b>97,865</b>	<b>100,39</b>	<b>127,8</b>	<b>94,0573</b>	<b>63,38</b>	<b>66,15</b>	<b>101,5</b>	<b>93,662</b>	<b>97,05</b>	<b>86,26</b>	<b>104,2</b>	<b>121,5</b>		

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						
							Са	Мг	Р	Fe	К	І	Se	F	A	В1	В2	D	C
<b>9 день (2 недели средн)</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
489	Ралу из птицы	200	12,10	15,80	37,10	295,10	244,1	37,1	171,1	1,98	105,1	0,018	0,0053	0,01	134	0,049	0,27	2,47	7,77
692	Корфейный напиток с молоком	200,00	2,80	3,19	15,00	96,60	11	13	42,5	0,01	72	0,006	0	25,9	0,05	0,012	0	1,9	
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0
	Помидоры свежие *	50,00	0,00	0,10	1,60	52,00	14,67	8,27	18,25	0,36	57	0,001	0,001	0,001	15,6	0,001	0,03	0	5,3
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>500,00</b>	<b>19,40</b>	<b>19,59</b>	<b>83,20</b>	<b>584,70</b>	<b>275,37</b>	<b>61,27</b>	<b>273,15</b>	<b>3,25</b>	<b>270,1</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0073</b>	<b>0,711</b>	<b>175,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,342</b>	<b>2,47</b>	<b>14,97</b>
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>100,78</b>	<b>99,19</b>	<b>99,34</b>	<b>99,52</b>	<b>100,13</b>	<b>98,03</b>	<b>99,33</b>	<b>108,33</b>	<b>98,22</b>	<b>100,00</b>	<b>97,33</b>	<b>94,80</b>	<b>100,29</b>	<b>100,00</b>	<b>97,71</b>	<b>98,80</b>	<b>99,80</b>
<b>Обед</b>																			
20/1	С-т из свежих с растительным маслом	60,00	1,2	4,1	0,1	54,9	0,1	0	19,14	0,1	119,1	0,005	0	102,3	0,04	0,04	0	4,9	
123	Суп полевой	200,00	6,90	7,10	35,90	211,10	191,1	25,9	212,9	1	0	0,01	0,0033	0,18	41,9	0	0,01	1,1	0
498	Коллеты из птицы	90,00	5,00	8,90	20,96	182,00	58,9	0,1	0,01	0,1	0,1	0	0,001	0	3,45	0,24	0,04	2,1	0
534	Капустя тушенная	150,00	7,4	5,2	10,8	126,0	54	18,8	42,7	1,05	178	0,016	0,0041	0,71	27,92	0	0,3	0	8,1
фирм	Напиток "Янтарный" (витаминизир)	200,00	0,00	0,00	15,20	58,00	2,2	12,4	0,12	0,4	8,7	0	0	34,08	0,04	0	0	2,8	
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>750,00</b>	<b>23,14</b>	<b>25,78</b>	<b>96,32</b>	<b>697,00</b>	<b>317,30</b>	<b>73,70</b>	<b>317,37</b>	<b>3,65</b>	<b>341,90</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,89</b>	<b>209,65</b>	<b>0,37</b>	<b>0,42</b>	<b>3,20</b>	<b>16,80</b>
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>100,17</b>	<b>108,78</b>	<b>95,84</b>	<b>98,87</b>	<b>96,15</b>	<b>98,27</b>	<b>96,17</b>	<b>101,39</b>	<b>103,61</b>	<b>103,33</b>	<b>104,44</b>	<b>98,89</b>	<b>99,83</b>	<b>102,78</b>	<b>98,81</b>	<b>96,97</b>	<b>93,33</b>
<b>Полдник</b>																			
	Кефир	200,00	3,20	3,70	26,10	165,00	48,1	20	69,7	0,25	35,9	0,0012	0,001	0,3	15,8	0,016	0,004	0,1	2,8
фирм	Творожник запеченный	100	4,70	4,00	7,10	76,00	56,9	4,7	36	0,9	59	0,01	0,0019	0,0012	54,1	0,1	0,13	0,9	3
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>300,00</b>	<b>7,90</b>	<b>7,70</b>	<b>33,20</b>	<b>241,00</b>	<b>105,00</b>	<b>24,70</b>	<b>105,70</b>	<b>1,15</b>	<b>94,90</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>69,90</b>	<b>0,12</b>	<b>0,13</b>	<b>1,00</b>	<b>5,80</b>
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>102,60</b>	<b>97,47</b>	<b>99,10</b>	<b>102,55</b>	<b>95,45</b>	<b>98,80</b>	<b>96,09</b>	<b>95,83</b>	<b>86,27</b>	<b>112,00</b>	<b>96,67</b>	<b>100,40</b>	<b>99,86</b>	<b>96,67</b>	<b>95,71</b>	<b>100,00</b>	<b>96,67</b>
<b>Выполнение плана за день</b>																			
	<b>Всего за день</b>		<b>50,44</b>	<b>53,07</b>	<b>212,72</b>	<b>1522,70</b>	<b>697,67</b>	<b>159,67</b>	<b>696,22</b>	<b>8,05</b>	<b>706,90</b>	<b>0,07</b>	<b>0,02</b>	<b>1,90</b>	<b>455,05</b>	<b>0,79</b>	<b>0,89</b>	<b>6,67</b>	<b>37,57</b>
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>100,88</b>	<b>103,5</b>	<b>98,028</b>	<b>99,6858</b>	<b>97,576</b>	<b>98,258</b>	<b>97,373</b>	<b>103,2</b>	<b>98,8671</b>	<b>103,38</b>	<b>100,5</b>	<b>97,55</b>	<b>100,01</b>	<b>100,8</b>	<b>97,9121</b>	<b>102,6</b>	<b>96,33</b>

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод м, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг			Минеральные элементы, мг																				
			г	г	г	г			Са	Мг	Р	Fe	К	И	Se	F	A	B1	B2	D	C											
	<b>10 день (2 недели четверг)</b>																															
	<b>Завтрак</b>																															
340	Омлет натуральный	200,00	14,20	18,90	36,80	300,00	235	32,1	157,7	1,8	155,2	0,025	0,0057	0,1	157,1	0,055	0,3	2,4	8,9													
	Орехи свежие *	60,00	0,00	0,12	1,76	57,00	16,1	9	20	0,39	62,7	0,0011	0,0011	0,0011	17,1	0,0011	0,033	0	5,83													
685	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,00	11	16,5	42,5	0,01	12	0	0	0	1	0,04	0	0	0													
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0													
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>510,00</b>	<b>18,80</b>	<b>19,52</b>	<b>83,06</b>	<b>558,00</b>	<b>267,7</b>	<b>60,5</b>	<b>261,5</b>	<b>3,1</b>	<b>265,9</b>	<b>0,0261</b>	<b>0,0078</b>	<b>0,8011</b>	<b>175,2</b>	<b>0,2961</b>	<b>0,363</b>	<b>2,4</b>	<b>14,73</b>													
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>													
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>97,66</b>	<b>98,84</b>	<b>99,18</b>	<b>94,98</b>	<b>97,35</b>	<b>96,80</b>	<b>95,09</b>	<b>103,33</b>	<b>96,69</b>	<b>104,40</b>	<b>104,00</b>	<b>106,81</b>	<b>100,11</b>	<b>98,70</b>	<b>103,71</b>	<b>96,00</b>	<b>98,20</b>													
	<b>Обед</b>																															
	Помидоры свежие *	60,00	0,00	0,12	1,92	62,00	17,6	9,9	21,9	0,43	68,4	0,0012	0,0012	0,0012	18,7	0,0012	0,036	0	3,1													
131	Свекольник	200,00	9,6	11,2	25,9	290	98,7	35	205,1	2,2	0,1	0,006	0,0066	0,85	85,1	0,01	0,35	2	9,80													
436	Жаркое по-домашнему из говядины	200,00	9,7	12,1	31,9	220,0	125	0	0	0,01	156,9	0,022	0	0,01	58,7	0,22	0,004	1,25	1,2													
639	Компот из сухофруктов (витаминизир.)	200,00	0,50	0,00	27,00	110,00	74,4	16,1	58,64	0,02	72	0	0	0	37,7	0,05	0,008	0	2,1													
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1													
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>710,00</b>	<b>22,44</b>	<b>23,90</b>	<b>100,08</b>	<b>747,00</b>	<b>326,70</b>	<b>77,50</b>	<b>328,14</b>	<b>3,66</b>	<b>333,40</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,86</b>	<b>200,20</b>	<b>0,33</b>	<b>0,42</b>	<b>3,25</b>	<b>17,20</b>													
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>													
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>97,14</b>	<b>100,84</b>	<b>99,58</b>	<b>105,96</b>	<b>99,00</b>	<b>103,33</b>	<b>99,44</b>	<b>101,67</b>	<b>101,03</b>	<b>97,33</b>	<b>97,78</b>	<b>95,69</b>	<b>95,33</b>	<b>92,00</b>	<b>100,71</b>	<b>98,48</b>	<b>95,56</b>													
	<b>Полдник</b>																															
	Кондитерские изделия (вафли)	40,00	7,0	7,10	7,10	41,0	0,01	5,8	108,8	0	107,7	0	0,003	0,3	67,7	0,089	0,11	0,8	0													
	Сок	200	0,00	0,00	8,70	85,00	125	18,7	0,1	0,21	0,1	0	0	0	0,1	0,03	0,01	0,25	3,6													
	Фрукты (яблоки)	200	0,8	0,8	19,6	120	0	1,3	1,2	2	0,1	0	0	0	3,1	0,001	0,02	0	10													
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>440,00</b>	<b>7,80</b>	<b>7,90</b>	<b>35,40</b>	<b>246,00</b>	<b>125,01</b>	<b>25,80</b>	<b>110,10</b>	<b>2,21</b>	<b>107,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>70,90</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1,05</b>	<b>13,60</b>													
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>													
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>101,30</b>	<b>100,00</b>	<b>105,67</b>	<b>104,68</b>	<b>113,65</b>	<b>103,20</b>	<b>100,09</b>	<b>184,17</b>	<b>98,09</b>	<b>0,00</b>	<b>100,00</b>	<b>100,00</b>	<b>101,29</b>	<b>100,00</b>	<b>100,00</b>	<b>105,00</b>	<b>226,67</b>													
	<b>Всего за день</b>		<b>49,04</b>	<b>51,32</b>	<b>218,54</b>	<b>1551,00</b>	<b>719,41</b>	<b>163,80</b>	<b>699,74</b>	<b>8,97</b>	<b>707,20</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>1,96</b>	<b>446,30</b>	<b>0,75</b>	<b>0,93</b>	<b>6,70</b>	<b>45,53</b>													
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>													
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>98,08</b>	<b>100</b>	<b>100,71</b>	<b>101,538</b>	<b>100,62</b>	<b>100,8</b>	<b>97,866</b>	<b>115</b>	<b>98,9091</b>	<b>85,077</b>	<b>100,5</b>	<b>100,63</b>	<b>98,088</b>	<b>95,81</b>	<b>101,8</b>	<b>103,1</b>	<b>116,7</b>													

Выполнение плана за День

Циклическое меню (завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ккал	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг			Минеральные элементы, мг			Витамины, мг						
							Са	Мг	Р	Fe	К	И	Se	F	A	B1	B2	D	C
<b>Завтрак</b>																			
3	Сыр порционно	15,00	4,20	5,20	0,00	68,60	129,4	5,15	144	0,01	158,7	0	0	0	0,01	0,01	0,001	1	0,1
302	Каша овсяная молочная жидкая	155,00	10,10	12,90	23,20	185,00	115,9	41,3	42,27	0,35	59,1	0,024	0,0063	0,02	167,9	0,039	0,29	1,4	4,3
	Фрукты (яблоки)	200,00	0,8	0,8	19,6	120	0	1,3	1,2	1,6	0,1	0	0	0	3,1	0,001	0,02	0	10
685	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,00	11	16,5	42,5	0,01	12	0	0	0	1	0,04	0	0	0
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>																			
		<b>620,00</b>	<b>19,70</b>	<b>19,40</b>	<b>87,30</b>	<b>574,60</b>	<b>261,9</b>	<b>62</b>	<b>271,27</b>	<b>2,87</b>	<b>265,9</b>	<b>0,024</b>	<b>0,0073</b>	<b>0,72</b>	<b>172,01</b>	<b>0,29</b>	<b>0,341</b>	<b>2,4</b>	<b>14,4</b>
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>102,34</b>	<b>98,23</b>	<b>104,24</b>	<b>97,80</b>	<b>95,24</b>	<b>99,20</b>	<b>98,64</b>	<b>95,67</b>	<b>96,69</b>	<b>96,00</b>	<b>97,33</b>	<b>96,00</b>	<b>98,29</b>	<b>96,67</b>	<b>97,43</b>	<b>96,00</b>	<b>96,00</b>
<b>Обед</b>																			
14	С-т-Витаминный *	60,00	1,30	5,00	7,70	45,00	23,8	0,1	65,9	0,01	0,1	0,018	0,0067	0,3	6	0,01	0,16	1,2	3
139	Суп картофельный с бобовыми	200,00	3,20	3,2	21,20	151,2	17,14	4,7	112,1	0,01	4,2	0,001	0,001	0,1	26	0,07	0,02	0	0,01
294	Затеканка из пшена с рисом	90,00	10,36	8,70	20,90	152,00	138,7	37,7	0,1	1	145	0,01	0	0,5	89,4	0,12	0,05	2	4
520	Картофельное пюре	150,00	4,6	7,5	17,2	202,4	125,9	0,1	2,9	0	0,1	0	0	40,7	0,05	0,128	0,2	9,8	
фирм	Напиток "Солнечный" (витаминизир.)	200,00	0,00	0,00	19,60	94,00	12	15,22	121,1	1,7	144	0	0	68,71	0,06	0,048	0	8	
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1
<b>Итого за 'Обед'</b>																			
		<b>750,00</b>	<b>22,10</b>	<b>24,88</b>	<b>99,96</b>	<b>709,60</b>	<b>328,54</b>	<b>74,32</b>	<b>344,60</b>	<b>3,72</b>	<b>329,40</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,90</b>	<b>230,81</b>	<b>0,36</b>	<b>0,43</b>	<b>3,40</b>	<b>25,81</b>
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>
	<b>Выполнения плана, %</b>		<b>95,67</b>	<b>104,98</b>	<b>99,46</b>	<b>100,65</b>	<b>99,56</b>	<b>99,09</b>	<b>104,42</b>	<b>103,33</b>	<b>99,82</b>	<b>96,67</b>	<b>96,67</b>	<b>100,00</b>	<b>109,91</b>	<b>100,00</b>	<b>102,62</b>	<b>103,03</b>	<b>143,39</b>
<b>Полдник</b>																			
	Сок	200	0,00	0,00	8,70	85,00	125	18,7	0,1	0,21	0,1	0	0	0,1	0,1	0,03	0,01	0,25	3,6
	Булочка слоеная диетическая (ОВС)	100	8,10	7,80	25,01	142,70	0,01	5,8	105,9	0,96	105,3	0,01	0,0029	0,3	70,1	0,09	0,13	0,71	2,3
<b>Итого за 'Полдник'</b>																			
		<b>300,00</b>	<b>8,10</b>	<b>7,80</b>	<b>33,71</b>	<b>227,70</b>	<b>125,01</b>	<b>24,50</b>	<b>106,00</b>	<b>1,17</b>	<b>105,40</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>70,20</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>0,96</b>	<b>5,90</b>
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>105,19</b>	<b>98,73</b>	<b>100,63</b>	<b>96,89</b>	<b>113,65</b>	<b>98,00</b>	<b>96,36</b>	<b>97,50</b>	<b>95,82</b>	<b>100,00</b>	<b>96,67</b>	<b>100,00</b>	<b>100,29</b>	<b>100,00</b>	<b>100,00</b>	<b>96,00</b>	<b>98,33</b>
<b>Выполнение плана за день</b>																			
	<b>Всего за день</b>		<b>49,90</b>	<b>52,08</b>	<b>220,97</b>	<b>1511,90</b>	<b>715,45</b>	<b>160,82</b>	<b>721,87</b>	<b>7,76</b>	<b>700,70</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>1,92</b>	<b>473,02</b>	<b>0,77</b>	<b>0,91</b>	<b>6,76</b>	<b>46,11</b>
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>		<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,065</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>99,8</b>	<b>101,52</b>	<b>101,8295</b>	<b>98,97872</b>	<b>100,063</b>	<b>98,9662</b>	<b>100,961</b>	<b>99,487</b>	<b>98</b>	<b>96,9231</b>	<b>96,923</b>	<b>98,4615</b>	<b>103,96</b>	<b>98,7179</b>	<b>100,22</b>	<b>104</b>	<b>118,23</b>

## Циклическое меню (Завтрак 25%, обед 30%, полдник 10%) возрастная категория 7 - 11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг															
							Са	Мг	P	Fe	K	I	Se	F	A	B1	B2	D	C						
	<b>12 день (2 недели суббота)</b>																								
	<b>Завтрак</b>																								
	Плов из мяса птицы	200,00	13,10	16,7	29,6	252,0	105,6	9,8	201,9	1,6	179,1	0,022	0,0053	0,01	129,7	0,1	0,28	1,35	0,4						
	Орuchy свежие *	50,00	0,00	0,10	1,60	52,00	14,67	8,27	18,25	0,36	57	0,001	0,001	0,001	15,6	0,001	0,03	0	5,3						
	Какао с молоком	200,00	2,20	2,80	21,90	154,00	147,44	41	0,1	0,1	0,1	0,0012	0	31,7	0,001	0,02	1,1	8,9							
	Хлеб пшеничный	50,00	4,5	0,5	29,5	141	5,6	2,9	41,3	0,9	36	0	0,001	0,7	0	0,2	0,03	0	0						
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>500,00</b>	<b>19,80</b>	<b>20,10</b>	<b>82,60</b>	<b>599,00</b>	<b>273,31</b>	<b>61,97</b>	<b>261,55</b>	<b>2,96</b>	<b>272,2</b>	<b>0,0242</b>	<b>0,0073</b>	<b>0,711</b>	<b>177</b>	<b>0,302</b>	<b>0,36</b>	<b>2,45</b>	<b>14,6</b>						
	<b>Норматив потребления 25%</b>	<b>От 500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>	<b>175</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>						
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>102,86</b>	<b>101,77</b>	<b>98,63</b>	<b>101,96</b>	<b>99,39</b>	<b>99,15</b>	<b>95,11</b>	<b>98,67</b>	<b>98,98</b>	<b>96,80</b>	<b>97,33</b>	<b>94,80</b>	<b>101,14</b>	<b>100,67</b>	<b>102,86</b>	<b>98,00</b>	<b>97,33</b>						
	<b>Обед</b>																								
	С-т мя свежлы с растительным маслом	60,00	1,2	4,1	0,1	54,9	0,1	0	19,14	0,1	119,1	0,005	0	0	102,3	0,04	0,04	0	4,9						
	Суп овальной со сметаной	210,00	4,20	5,10	23,40	135,00	190	39,6	235,8	1,9	156	0,005	0,005	0,1	31,1	0,14	0,12	1,9	1,9						
	Коглеты рыбные "Любительские"	90,00	9,7	7,1	21,1	160,0	0,1	9,6	18,8	0,1	0	0,02	0,0027	0,4	34,08	0,04	0,1	1	0,5						
	Картофельное пюре	150,00	4,6	7,5	17,2	202,4	125,9	0,1	2,9	0	0,1	0	0	0	40,7	0,05	0,128	0,2	9,8						
	Напиток "Витаминный"	200,00	0,50	0,00	27,00	105,00	10,56	7,31	22,1	0,41	48	0	0	0,38	0	0,03	0	0,1	0,5						
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,64	0,48	13,36	65,00	11	16,5	42,5	1	36	0	0,001	0	0	0,05	0,025	0	1						
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>760,00</b>	<b>22,84</b>	<b>24,28</b>	<b>102,16</b>	<b>722,30</b>	<b>337,66</b>	<b>73,11</b>	<b>341,24</b>	<b>3,51</b>	<b>359,20</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,88</b>	<b>208,18</b>	<b>0,35</b>	<b>0,41</b>	<b>3,20</b>	<b>18,60</b>						
	<b>Норматив потребления 30%</b>	<b>от 700</b>	<b>23,10</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>705,00</b>	<b>330</b>	<b>75</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>330</b>	<b>0,03</b>	<b>0,009</b>	<b>0,9</b>	<b>210</b>	<b>0,36</b>	<b>0,42</b>	<b>3,3</b>	<b>18</b>						
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>98,87</b>	<b>102,45</b>	<b>101,65</b>	<b>102,45</b>	<b>102,32</b>	<b>97,48</b>	<b>103,41</b>	<b>97,50</b>	<b>108,85</b>	<b>100,00</b>	<b>96,67</b>	<b>97,78</b>	<b>99,13</b>	<b>97,22</b>	<b>98,33</b>	<b>96,97</b>	<b>103,33</b>						
	<b>Полдник</b>																								
	Шарлотка с яблоками	100,00	4,10	3,70	25,70	165,00	47,8	19,7	69,7	0,25	38,7	0,0012	0,001	0,3	15,8	0,016	0,004	0,1	1,7						
	Сок	200	1,60	1,50	15,90	85,00	125	18,7	0,1	0,75	9,7	0,01	0,002	0	35,1	0,1	0,12	0,85	3,9						
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>300,00</b>	<b>5,70</b>	<b>5,20</b>	<b>41,60</b>	<b>250,00</b>	<b>172,80</b>	<b>38,40</b>	<b>69,80</b>	<b>1,00</b>	<b>48,40</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>50,90</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>0,95</b>	<b>5,60</b>						
	<b>Норматив потребления 10%</b>	<b>От 300</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>110</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>110</b>	<b>0,01</b>	<b>0,003</b>	<b>0,3</b>	<b>70</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>1</b>	<b>6</b>						
	<b>Выполнение плана, %</b>		<b>74,03</b>	<b>65,82</b>	<b>124,18</b>	<b>106,38</b>	<b>157,09</b>	<b>153,60</b>	<b>63,45</b>	<b>83,33</b>	<b>44,00</b>	<b>112,00</b>	<b>100,00</b>	<b>100,00</b>	<b>72,71</b>	<b>96,67</b>	<b>88,57</b>	<b>95,00</b>	<b>93,33</b>						
	<b>Выполнение плана за день</b>																								
	<b>Всего за день</b>	<b>48,34</b>	<b>49,58</b>	<b>226,36</b>	<b>1571,30</b>	<b>783,77</b>	<b>173,48</b>	<b>672,59</b>	<b>7,47</b>	<b>679,80</b>	<b>0,07</b>	<b>0,02</b>	<b>1,89</b>	<b>436,08</b>	<b>0,77</b>	<b>0,90</b>	<b>6,60</b>	<b>38,80</b>							
	<b>Норматив потребления за день 65 %</b>	<b>50</b>	<b>51,3</b>	<b>217</b>	<b>1527,5</b>	<b>715</b>	<b>162,5</b>	<b>715</b>	<b>7,8</b>	<b>715</b>	<b>0,085</b>	<b>0,02</b>	<b>1,95</b>	<b>455</b>	<b>0,78</b>	<b>0,91</b>	<b>6,5</b>	<b>39</b>							
	<b>Выполнение плана за день, %</b>		<b>96,68</b>	<b>96,65</b>	<b>104,31</b>	<b>102,867</b>	<b>109,6</b>	<b>106,76</b>	<b>94,069</b>	<b>95,77</b>	<b>95,0769</b>	<b>100,62</b>	<b>97,44</b>	<b>96,97</b>	<b>95,842</b>	<b>98,46</b>	<b>98,57</b>	<b>101,5</b>	<b>99,49</b>						



## Список литературы

При составлении меню использовались:

1. Сборник технических нормативов «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» под редакцией Ф.Л. Марчука.
2. Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных учреждениях, под редакцией В. Т. Лапиной, 2004г
3. Сборник рецептов для предприятий общественного питания А.И. Сдобнов 2001 г
4. Таблица «Химический состав Российских продуктов питания» Института питания РАМН под редакцией член-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и

**Технологическое заключение** — среднесуточные нормы белков, жиров, углеводов и энергетической ценности в пределах допустимых отклонений (+ -) 5 %.

Выходы блюд рационов соответствуют рекомендованным САНПИН 2.3/2.4. 3590 -20 прил. 9 табл. 1. Общие (суммарные) выходы по приемам пищи соответствуют рекомендованным прил. 9 табл. 3. Норматив потребления по приемам пищи — завтрак 25%, обед 30%, полдник 10% соответствует прил. 10 табл.3.

В меню не содержатся продукты запрещенные в питании детей, использована щадящая тепловая обработка блюд.

Потребность питания по пищевой ценности для летнего оздоровительного лагеря выполнена в полном объеме.

**ПРИМЕЧАНИЕ \*** - все виды салатов с использованием овощей старого урожая и овощи свежие с 1 марта заменяются на салаты с использованием овощей прошедших тепловую обработку.