

Основное меню для учащихся общеобразовательных школ возрастной группы дети от 7 до 11 пет.

20 d 3 r.

Директор ООО "Промпут" Лукьянов А.В.

"Утверждаю"

		Пищев	Пищевые вещества	зства	Энергети-		ш	Витамины	-				Минеральные вещества	ыные вс	щества			Ne peuc	Nº рецеп- Сборник
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Киры,	Жиры, Углеводы,	ценность, ккал	В1, мг	C, Mr	A, MKT F	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, mr	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, Mr	F, Mr So, Mr	пуры	рецептур
	1					Завтрак	рак			9				ĺ	1		-		
Каша "Дружба" моло-ная жидкая с маспок, спивочным	210	6,2	11	35,49	266	0,13	1,17	58	0,2	0,16	120,88	37,42	155,35	6,0	191,37	49.22	0,01	175	2015
200/10		-		40.00	440	02.0	20.61	135.45	1.67	0.47	112.88	27.9	104,58	0,88	147.83	8.1		382	2015
Какао с молоком витаминизированнов	180	3.5/	2	00'01						000	6.38	9.57	24.65	0.58	37.99	1,04			
Батончкк к чаю	29	2.18		14,91			1	-		2000	24 84	12.8	18.4	23	178 25	1:5	0.01	338	2015
Φυνκτ	160	0,46		11,85					-	20,0	00,12	0000	000000	200	255.44	50 51	200		
Итого за Завтрак	579	12,41	15	80,33	512		_	27,53 193,45	1.87	0,67	201,88	60'00	302,30	4,00	44,000	10.00	20,0		
						Обед	ед					-		1				1	2000
OFFICE STATE	210	5.23	0	12.68	.93	0,05	98'0	0,22		0.04	16,99	29'6	46,37	0.57	79,87	57.75			SUS
Суп с макаронными изделиями, курои допло	000	00.0	26	981	6		2.53	1,15	0.36	0,1	18,29	20,14	121,73	1,91	233,88	41,26	0.01 13,57		
Тефтели Нежные с соусом 70/50	120	20.0	0.7	200			L	10	rc	0.03	11.45	27.42	84,38	9'0	55,31	92.09		302	2015
Рис отварной	150	3.85	ח	э.		3		1		1 22	3.6	63		22	8			349	2015
Напиток из смеси сухофруктов	200	95,0		31,82	130	0.8	0,38	4,5	1	1,64	210	7'1						LOCI	
	25	1,65		8,35	44	0.05	·n			0,02	4.5	4,75	21,75	,-	34	4.4		2077-	
Хлестуженам	96		-	11.9	111			10.0			5,02	0,02	0.11		0,16			. roct	
NOPATA (CALCASE NAME) AC	1	1000	7	4.00	Cao	101	77.7	31.461	0.46	1.41	53.85	66,2	274,34	6,28	411.22	161.14	0,03 13	13,57	
Moro La Jack	(25)	21,23	9.	174,70		1	13	1											
Andrews are sent to the second				100		L	1	1		600	14	8	14	2.8	240	2		i Ty	
Сск в индивиду эльной упаковке	200			20,2	1		27.0	1		0.03	21 85	13	18.4	2.3	178,25	1.15	100	338	2015
ODAG	160	0,15	2	CB, LT	1	1		1	80.0	200	R 32		30.43	0.37	39.4	17.54		405	2015
Выпечное изделие	9	3,77	4	25,03					00.00	0,00	20,0	-1	2000	2 17	757.25		100		
Итого за Полдник	420	4,23	4	57,08	288	60'0	9 5,75	6,87	0,05	0.07	44,17	50,03	02,03	3,47	451,35	- 1	0,0	-	-
mer to confi		37.87	56	252.14	1 682	1,62	2 37,05	231,78	2,39	2,15	360,01	181,72	640,15		16,41 1 424,01 241,44	241,44	0,06	13,57	



"Согласовано" Директор МОУ СШ № Основное меню для учащихся общеобразовательных школ возрастной группы дети от 7 до 11 лет.

		Пище	Пищевые вещества	ества	Энергети-		æ	Витамины					Минеральные вещества	ьные в	щества		V	Ne peu	Nº рецеп- Сборник
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры,	Жиры, Углеводы,	3	B1, Mr	C, MF	А, мкг Д	Д, мкг В	В2, мг (Ca, Mr	Mg, Mr	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, Mr	F, Mr Se, Mr	иг туры	рецептур
						Зав	Завтрак									1	-		
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	210	6.2	11	35,49	266	0,13	1,17	28	0.2	0,16	120,88	37,42	155,35	6'0	191,37	49.22	0,01	175	
Zaunu	180	3.57	65	18 08	118	0.32	20.61	135,45	1,67	0,47	112,88	27,9	104,58	0,88	147,83	 (8)		382	2015
Какао с молоком витаминизированное	000	ar c	2 5	14 91					Ī	0,01	6,38	9,57	24,65	0,58	37,99	1,04			
Батончик к чако	160	0.46		11.85			5,75			0,03	21,85	13,8	18,4	2,3	178,25	1,15	0,01	338	2015
Фрукт	579	12.41	15	80	43		27,53	193,45	1.87	29'0	261,99	88,69	302,98	4,66	555,44	59,51	0,02		
	D8					90	Обед												
Office Service	210	523	6	12.68	93	0.05	0.86	0,22		4C,0	16,99	19'6	46,37	0,57	79,87	57,72	0,02	111	2015
Суп с макаронными изделиями, курои 200/10	120	8 82	23	9.81	100		7 2,53	1,15	0,36	0,1	18,29	20,14	121,73	1,91	233,88	41,26	0,01 13	13,57 TTK	1
Тефтели нежные с соусом лизо	031	20 6	Y Y	VO 17			-	26.68	0.1	0.03	11,45	27.42	84,38	9'0	55,31	92.09		302	2015
Рис отварной	000	00'0	2	10000			200	2.4		1 22	26	42		22	8			349	2015
Напиток из смеси сухофруктов	200	BC'C	V	20'10				5			i		1	i	0	1		LOCT	1
× COLUMNIA C	25	1,65		8,35	44	0,05	ın			0,02	4,5	4,75	21.75	-	34	4		2077-	9
Конитерское изделие	20	1,1	7	11,9	111			10,01			0,02	0,02	0,11		0,16			70CT 24901	L E
падо ве отоги	725	21.23	37	114,73	882	1,01	1 3,77	31,46	0,46	1,41	53,85	66,2	274,34	6,28	411,22 161,14	161,14	0,03 13	13,57	
Who have a second in							Полдник												
Constant of the Constant of th	200			20.2	88		2			0,02	14	8	14	2.8	240	2		7	+
Сок в индивидуальной упаковке	160	0.46		11.85		0.02	2 5.75			0.03	21,85	13,8	18,4	2,3	178,25	1.15	0,01	338	
Фрукт	60	3.77	4		-			6,87	90'0	0,02	8,32	5,03	30,43	0,37	39,1	17,64		406	2015
Выпечное изделие	420	4.23	4			3 0,09	9 5,75	6,87	90'0	20'0	44,17	26,83	62,83	5,47	457,35	20,79	0,01		
More as once		37.87	55	ľ	1 682	1.62	37,05	231,78	2,39	2,15	360,01	360,01 181,72	640,15	16,41	16,41 1 424,01 241,44	241,44	0,06 13	13,57	

		t	A STATE OF THE STA		Энергети-		BMT2	ButamkHbl				NINHE	Минеральные вещества	Remense			2	No Dellette	COODHAKE
		Пище	Пищевые вещества	тва	ческая	1	-			1	-				A				рецептур
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, Углеводы		ценность, В	B1, Mr C	C, Mr A, MKT	икт Д, мист	B2,	Mr Ca,	мг Ма, мг	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, Mr	F, MT	Se, Mr		
						Завтрак	Ж				- 1						00.01	1	
	400	13.22	21	13.22	295	20'0	0.02	0,8 0,	0,28		14,24 18,73		35 1,45		200		10,23	A10	2046
Биточек мясной "Сочный"	150	331	2	22.08	148		25,96 25				8	01			15,31			216	2015
Картофельное пюре	AR.	0.05		0.0	5	10,0		4,5					18,9 0,27	63,45		10,0	T	240	2000
Овощи натуральные свежие	250	02.0		15.03	61		0,1		_	0,01	5,25 4,4						,	3/0	2010
4añ c caxapon 200/15	000	200	*	15.42	79	0.05			_				25,5 0,6	5 39,3	1,08			1.17.01 (1	
Батон йодированный		40.03	7.0	66.65	588	0.29	27,08 3	31,21 0	0,37	0,29	84,65 72,47	280,82	82 4,51	1 086,16	98'06	0,08	10,23		
Итого за завтрак		10,40	1	20120		- 1				-	1								
						Обед					- 100	16 31	1 30		73.8	000	0 07	88	2015
Monothoxees, et al.	250	1,87	4	8,96	84	60'0	29,4							2000000	1"		1	260	2015
Щи из свежеи капусты с картофелем	100	11.34	29	4,5	322	90'0	1,13		0,52	V,	1		ľ	_	1.2			309	2015
Гуляш из свинины 50/50	150	6.31		40.22	227	0,1		20,8 0		0,03	21,21 9,65							243	2015
Макароны отварные	000	0.15		26.4	106	100	2,2			0,01	4,8 1,98		4.4 0.11	1 47,68	88,0			TOCT	2010
Напиток из компотной смеси с/м	207	00.5		000	25	20.0			0	0,02	3,6	j	17,4	0,8 27,2	2 1,12	01		2077-	
Хлеб ржаной	20	1,32		90,0	2	2		+	+	100	77	u	17 0	0.4 26.2	2 0.72			TY 10.71.1	
Name of the Park o	20	1,5		10,28	52	- 1	- 1				0	23 000		16	1.	0 0 0	19.47		
Итого за Обед		22,49	39	97,04	826	0,33	32,73 2	22,58	0,6	1/6,0	30'12 02'08				5	1			
						Полдник	ИК		-	1					Orc	je		1	
***************************************	200			20,2	88	0,02			-	0,02	14							338	2015
Сок в индивидуальной упаковке	160	0.46		11.85	52	0,02	5,75								- 1	000		200	2012
Фрукт	200	6.51	80	22.57	185	70,0	•	72,37	9,0				I		_			400	2013
Выпечное изделие		6.97		54.62	325	0,11	5,75 7	72,37	9.0	0,18	58,22 29,65		107,78 6,06	96 489,87	30,83	10,0	10,0		
итого за полдник						-	02.00	0, 00,	+ 67	20	239 B 165 75		681 15 16.79	79 2 337,02	386,29	9 0,13	29,71		
Итого за день	.0	48,69	74	218,31	1 / 39	0,73	00'00		2	101	2								
					3 AE	день, 1	недели	7											
		-	The state of		Энергети-		a a	Butawath				MME	Минеральные вещества	з вещес	Ba			No nerren	Сборник
The second secon			Пищевые взщества	ества	ческая		5	diversion		-		-			-			Part .	CAUGUTYC
Прием пищи, наименскание блюда	Масса порции	Белки, г	Уйиры,	Углеводы,	ценность, ккал	B1, Mr	C, ter A,	А, мкг Д, мкг	-	В2, мг Са, 1	wr Mg,	Mr P. Mr	Fe, Mr	K, MT	l, M.	F, MT	Se, Mr		
						Завточк	SK.			1				20 700 70	A5 62 83	2000	16 76	TTK	
CHOOL	140	10.77	28	13,71	349	0.07	3,89	1,43	0.44	0,12	~		,			1			2000
EXXXV ARCHBIE C COYCOM 120/10	69	99'0		2,28	14	0,04	15	0,1		0,02			77	0,0	114	7,1		377	2015
OBOUTH HAT YEAR ISHORE COCKING 200/15/5	220	0,25	2	15.18	63		2.1		+	10.0	0 07 7				56 33 1 55	9		TY 10.71.1	
Батон холиоованный	43	3,23		22,1	113	0,07	0000	5	77.0	20,02	1	ľ		2	14,	88 0,02	2 16,76		
Итого за Завтрак	ак 513	14,91	1 29	53,27	539	0,18	50,93		0,44	2.10					1				
						Обед	Д	Tro a	-	107.0	40.00		100 51	251 492	492 99 75 13	3 0.05	5 0.07	102	2015
Очи узотрофеньній с горохом пушеным и курой 250/10	260	8,62		17,8	146	0,28	11,09	0,31	-	0,40	1	16 031			1		3	290	2015
Cyclin wa mailly 50/50	100	18,49			145	0,07	7,7	80.0	000	0,12	1.3				15	0	1 0,01	302	2015
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	9	39,62	248	0,31	00	7.1	000	0.00						0,44		342	2015
Компот из вишни с/м	200	0,18	80	77.31	n	o'o	2		-	000					31.28	1 29		LOCT	
Хлеб ржаной	23	1,52	2	7,68	40	0,04			+	70'0								2011-	
Итого за Обел	733	37,58	15	91,14	670	0,71	17,09	21,39	80'0	0,73	91,24 203,41		479,46	8,75 1 037,76	.76 162,45	45 0,16	6 0,1		
						Donal	nnn												
		-		000	88	0.00	NIA I	-	-	0.02	14	80	14	2,8				ΔÌ	
Сок в индивидуальной упаковке	200	0		42 77		0.04	13			0,03	20,8	11,7	14,3			2,6 0,01	1	338	2015
Фрукт	130	26,0	40	23.62				2.4			0,74 0	0,31	2,88	_				¥	
Выпечное изделив	300	2,0		56.56		0,06	13	2,4		50'0	35,54 20	20,01	31,18	5,7 60	604,21 4,	4,62 0,01	21		
итого за полдник					3	20.0	80.13	25 32	0.62	0.95	174 95 285	285.05	127.07	19,05 2,202,75	75 222,65	65 0.19	16.86		
Here or second	1	56.67	57	0000	*														

4 лень. 1 недели

			The second		Энергети-			Contract Contract				8	Sarronna of the increase.	100 01 10	COLLOGI				
		Пище	Пищевые вещества		ческая		â	Битамины					au channe	200	200	Ì	-	Ne peuen-	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, У	Углеводы, г	ценность, ккал	В1, мг	C, Mr A	А, мкг Д,	MKT	В2, мг	Са, мг Ме	Mg, Mr P,	Р, мг	Fe, Mr	K, Mr	I, Mr F.	F, Mr Se, Mr	туры	рецептур
						Завтрак	1				- 1		40.00	000	1.0	00 11	00	1 044	2000
Омлет натуральный с сыром с маслом сливочным 135/15/5	155	18,18	24	2,64	,,,	60'0	_	347,8	2,57	0,56	241,32	23,19	310,524	2,82	25,26	20,03	7'7		2015
чай с сахаром 200/15		0,2		15,03			r'o	-		0 0		7 20	187	777	28 82	0.79		TV 10 71 1	
Батон йодированный	22	1,65	-	11,31	200	20,0	0,			0,0		117	143	2.86	361.4	2.6	0.01	338	2015
Фрукт		75,00	- 90	12,14	787	710	1	347.8	2.57	0.61			351,79	6,94			0,01 2,21		
Итого за завтрак		cc'nz	07		104	Offer		2012			4	J.							
	-	1000	-		170	200	16 90	4.07	-	0.42	30.18	29.09	95.78	1.5	508.03	85.2	0.05 0.07	96 /	2015
Рассольник Ленинградский с перловкой,курой 250/10	260	5,61	0	10,71	110	0	(0,03)	5.		7.0		2010	2		_				
Жаркое по-домашнему с овощами свежими24/176/30гр	230	10,17	s.	33,64	218	0,32	38,83	8,09	90'0	0,21	20,82	61,28	205,81	2,66 1	1 248,98	106,45	0,07 0,01		
(говяд.)	215	00		15.03	61		0,1			10,0	5,25	4.4	8,24	0,82	25,25			376	2015
Han 6 caxapom zour 13		30.6		10.35	5.4	90.0				0.02	5,58	5.89	26,97	1,24	42,16	1,74		FOCT	
Хлеб ржаной	0	2,00		2012							0	2	100	100	0.07	*00		2002	
Кондитерское изделие	35	3,6	on .	36	236			0,55	1	1	0,2	1.0	18.0	10,0	0,87	io'o			
Итого за Обед	1771 a.	21,63	17	112,03	687	0,53	55,82	9.71	0,05	99'0	92,03 1	100,76	337,61	6,23 1	825,29	193,4	0,12 0.08	88	
						Donnak	AMA												
				0 000		1000	unu -		-	000	17	α	14	28	240	2	-	77	
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2		20,0	25.5	-	1	20'0	34 05	0 0	, 8 A	22	178.25	115	0.01	338	2015
Фрукт	160	0,46		11,85	25	20'0	0,70	79.97	90	0,00	20,12	7.85	75.38	960	71.62	27.68	0.01		2015
ное изделие	09	6,51		75,22	00	200	27.2	75.37	0 0	2 0	_	29.65	107 78	909	489 87	30.83	0.01		
Итого за Полдник		6,97	0	24,02	929	5	2	12,01	25	2									
Итого за день	2	49,15	51	208,37	1 494	0,81	75,27	429,88	3,22	1,45	422,46 1	176,96	797,18	19,23 2	944,85	283,25	0,14	2,3	
					5.0	день. 1	недели	и		4									5
					Энеогети-	1		S. CONTROL OF				5	2000000	00 00 10	COTTO				
			Пищевые вещества	ества	ческая		m	Витамины					иинеральные вещества	PHPIC RE	фесіва			Ne peuen-	
прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры,	Жиры, Углеводы,	ценность,	B1, MF	C, Mr	A, MKF	Д, мкг	B2, MF	Ca, Mr N	Mg, Mr	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, Mr	F, Mr Se,	Mr YPB	рецептур
			L	_	KKRII	2006	1												
	00.	00.11		100	35/	Sabi Dan	Dan		0.46	0.1	11.54	19.85	137.02	2.1	228.8	23.2	17,09	NTT EC	
Шницель из свинины рубленый	201	11,00	67	12,51				20.8	0.08	0 03	21.21	9.65	52.97	1.22	71,04	100.14	0,01	0,01 309	2015
Макароны отварные	215	0,0		15.03	61		0.1			0,01	5,25	4,4	8,24	0.82	25,25			376	
чаи с сахаром 200/15	25	1.88		12.85		200				10,0	5,5	8,25	21.25	0.5	32,75	6'0		TY 10.71.1	1.1
ьатон иодированный	2 %	***	1	0,1			1	100			0.02	0,02	0.11		0,16			LOCT	
Кондитерское изделие	77	14.		200						1	0.0	1,0	0.000	100	030	10 101	*	17.4	
Итого за Завтрак	ак 510	20,57	45	92,4	819		0.1	22,11	0,54	0,15	43,52	45.11	513,33	10.4	occ	124,24			
	0.50	0,		13 67	80	Tano I	1981	0.3		0.39	44.4	24.34	50.95	1.64	332,4	85,51	0,03 0,	0,07 82	2015
Борщ из свежей капусты с картофелем		n'		16,21						1,0	0	72.20	250.20	277	501 27	, G 2 OF		17 03 265	2015
Плов со свининой с овощами натуральными свежими 250/35	35 285	15,21	30	55,34	553	0,15	12,44	2,09	0,40	0,1	0,00	00'00	61,002	-	20,100	20,00			1
чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61		0,1			0,01	5,25	4,4	8.24	0,82	25,25		1	3/6	cruz .
Nach washing	36	2.38		12,02	63	90'0				0,03	6,48	6,84	31,32	1.44	48,96	2,02		2077-	
Aled physical	c			40.08		0.03		1	1	0.01	4.4	6.6	17	0,4	26,2	0,72		TY 10.71	1.1
Батон йодированный		21 10	35				32,35	2.39	0,46	0,61	111.33	115,56	368,3	7.74	934,18	252,2	0,05	17,1	
000 B200 D101A		21112				-	ІНИК												
Columnia Col	200			20.2	88					0,02	14	8	14	2,8	240	2		Ţ	
Сок в индивидуальной упаковке	160	0,46		11,85			5,75			0,03	21,85	13,8	18,4	2,3	178,25	1,15	0,01	338	2015
Выпечное изделие	09	3,77	4	25,03				6,87	90'0	0,02	8,32	5,03	30,43	0,37	39,1	- 1	200	406	
Итого за Полдник		4,23	4	57,08	288	60'0	5,75	6,87	90'0	0,07	44,17	26,83	62,83	5,47	457,35	20,79	LO'O		
Итого за день	4	45.99	81	254,72	1 934	0,63	38,2	31,37	1,06	0,83	199,02	184,56	650,72	17,85	1 749,53	397,23	0,07	34,2	
- United States of the States																			

1.						Энергети-		- Вита	Витамины				2	Минеральные вещества	ные вец	цества			Ne peuen-	п- Сборник
The continue of through the		1	Пище	вые вещ		ческая		-	-	ŀ		-	-	-	-		\vdash		-	
This continue with the conti	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры,		ценность, ккал	B1, Mr	MI	- 61	MKT	MF	MI	Į.		N.	F.		Mr Se, Mr	_	
10,000 1,100 2,1							Завт	зак				- 1	Ш	1	1		0.00	220	71	
Figure 19 Figu		907	90 44		12.4	354	0.07		6,1	0,46	0,1			137,02	2,1		-1			2000
Fig. 10 Fig.	Іницель из свинины рубленый	100	00,11	1	40.22	227	0.1		20,8	80'0	0,03		9,65	52,97	1,22		1	10,0	1	2012
1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1,	лакароны отварные	000	000		15.03	61		0,1			0,01	5,25	4,4	8,24	0,82	25,25	+	1	27.007	1
Protection Continue Continu	łай c сахаром 200/15	612	1.0	*	1131	58	0,04				0,01	4,84	7,26	18,7	0,44	28,82	0,79	+	17.01.71	
Figure 34 Sample Figure 35 S	затончик к чаю	77	20.1			444			0.01			0,02	0,02	0,11	-	0,16			24901	
Marco at Samples 507 20.34 42 50.88 511 51 42.41 42.11 42.	(ондитерское изделие	20	1.0		0,		1	1	77.00	200	4,0	110	1 18	217.04	4.58		24.13	1,71 17,1	1	
150 150	Итого за Завтрак		20,34		90,86	811	0,21	- 1.	22,11	0,04	0,13		2	101112						
The control of the							90	- 1		-		- 1		200	***	70.00	74 05	0 100	7 111	2015
1		nac .	5.R1		15.88		60'0	1,36	0,29		0,37	- 1	1,74	9779	10.	33,37	00'1	1000		
150 150	Суп с макаронными изделиями и курой 250/10	007	000		Q R1		0.07	2.53	1,15	96,0	0.1		0,14	121,73	1,91	233,88	41,26		1	2000
150 151	Тефтели Нежные с соусом 70/50	120	8,82		10.00				21	0.08	0.15		18,84	209,06	4,9	264,1	60,48	0,01		2015
Micro 3 Blocked 775 283 22 24 1 20 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Канта гречневая рассыпчатая	150	8,77		39,02				-		000		00	14	2,8	240	2		389	2015
The control of the		200			20.2		0,02					1 1 1	-	7.00	3	0.40	2 62		LOCT	
The continue of the continue	woo	45	2.97		15,03	78	80'0				0,04	89	8,55	39,15	1,0	4	76'7		2077	
Micro 3a Glocal 75 26.50 3.51 10.324					,,00,			3 89	22.44	0.44	0.68		37,27	436,54	12,42		178,21	0,05 13,65	35	-
The contract of the contract	Итого за Обед		26,37		100,34			200												
1-20 1-20								HNK	-	F	0.00	14	8	14	2,8	240	2		Ty	
Fig. 10 Color Co	TO THE PROPERTY OF THE PROPERT	200			20.2				Ì		20'0	21 85	13.8	18.4	2.3	178,25	1,15	10,0	338	2015
	ок в индивидуальной упаковко	160	0,46	10	11,85		3			100	20,0	20,12	000	20 43	0.37	30.1	17.64		406	2015
Индото за Полдание 420 420 578 6587 0.05 0.05 0.05 67.4 7.14 0.05 0.05 0.05 0.05 6.74 7.14 0.05 0.05 0.05 6.74 0.05	Фрукт	9	3.77		25,03				6.87	90'0	0,02	_	2,03	20,43	10,0	757 35	20.79	100		
Имого за двить блюда 150 gd 73 gd sign 9 g d sign 1 g d sign			4.23		80,78				6,87	90'0	70,0	4	26,63	05,03	1,40		20,10	_		-
Имасса порции Белим, г. Мете портите ведерати и пото за дветрам 150 ден 1, 25 ден 2, 14	The state of the s		000		BY BYC				51.42	1,04	6,0		55,28	716,41	47	_	323,13	0,07 30,75	15	
Соми 2001555 Васса порции Пищевые веществая в даста в даст	Итого за дені	lb.	20,94	1	240,40		5	_		5	1									
минератыние блюда Нисто за Завитрые Ст. и в в в в в в в в в в в в в в в в в в						2,1	(енр,		N		Ì									-
Macca порции Sample Macca порции Macca пор			- T	00 01 100	поства	Энергети-		ш	итамин	-				Минерал	ьные в	щества			Ne peuen-	еп- Сборник
National Macca порции Блиода Macca порции Macca порции Блиода Macca порции Блиода Macca порции Macca порции Блиода Macca порции Macca порди порции Macca		Section of the second	I	capic per	10000				-	ľ	1		-	-			-		-	d peucntyp
Comparison	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци		_	Углеводы.		-	C, MI	MKL	Q, MKT	32, Mr	L.	Mr	P, Mr	Fe, Mr	K, MT	-	F, MT Se,	WL	
Comparison Com							Зав	грак			0, 0	20.00	10000	150 57	700	297.05	52 83	0.02 16	16.76 TTK	
Checom 2000/15/5 Checom 200		400	107		13				1,43	0.44	0,12	23,05	70°84	130,04	4,21	20,102	25,00			2015
CKOOM 200/15/5 CKOO	Ежики мясные с соусом 120/70	061	300		2				0,1		0,02	8,4	15,6	12	9,0	174	1,2	+	7770	
Vivoro 3a Завтраж 513 3.25 (1) 113 0,07 0,02 9.46 14,19 36,55 0,86 56,38 Vivoro 3a Завтраж 513 14,91 29 53,27 539 0,18 20,39 1,53 0,44 0,17 48,17 61,63 216,43 4,6 56,78 Vivoro 3a Завтраж 513 14,91 20 9,46 14,19 36,55 0,18 10,3 0,01 48,17 61,63 216,43 4,6 56,78 № 250/10 260 2,13 14,6 3,21 214 0,13 22,19 0,11 48,17 61,63 14,7 56,26 1,6 56,11 150 3,85 5 40,17 22,3 0,04 3,3 2,19 0,01 14,5 14,7 22,3 14,8 14,6 14,7 26,28 1,7 14,8 14,7 26,4 4,18 14,7 26,28 1,4 26,28 1,4 26,28 1,4 26,28	Овощи натуральные свежие	000	000	o u	15.18			2.1			0,01	7,25	2	9,34	0,87	33,4	- (l	311	
Minoro 3a 3aerpak 513 14,91 29 53.27 539 0.18 20.99 1.53 0.44 0.17 48.17 61.63 216.43 4.6 560.78	чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5	7250	000								0,02	9,46	14,19	36,55	0,86	56,33	- 1		-	
Secondary Seco			14.9		3					0,44	0,17	48,17	61,63	216,43	4,6	560,78	- 1	0,02 10	10,701	-
260 2.13 6 12.87 114 0.09 19.29 10.3 0.01 0.39 52.6 55.04 56.66 15.4 34.101 100 14.39 16 3.21 2.14 0.1 2.83 22.19 0.13 14.88 19.69 139.89 14.7 22.81 150 3.86 5 40.17 22.4 0.04 3.3 26.88 0.1 0.03 114.5 27.42 84.38 0.65 15.43 220 1.45 22.31 91 0.01 3.3 0.01 0.03 114.5 27.42 84.38 0.6 0.11 56.92 3.8 2.2 2.3 85.91 681 0.28 25.42 59.17 0.11 0.58 91.43 82.05 306.67 4.1 0.88 29.92 200 0.46 11.85 22.2 188 0.02 5.75 0.03 21.85 13.8 18.4 2.3 178.25 500 0.46 2.2 22 22 22 22 22 22	אווסום אם סומווא						Ö	ред									- 40			3015
200 14/10 224 0,1 2,19 0,13 14,88 19,69 139,89 14/1 26,20 1500 3,86 5 40,17 224 0,04 3,6,68 0,1 0,03 11,45 27,42 84,38 1,46 26,31 200 0,18 22,31 91 0,01 3,3 0,01 8,54 5,72 84,38 0,6 5,51 22 1,46 7,35 38 0,04 3,8 0,01 8,54 5,72 84,18 19,69 14,1 26,92 3a Oбed 7,35 38 0,04 3,8 0,01 8,54 8,14 19,14 0,88 29,32 1a Ofed 7,35 38 0,04 3,54 59,17 0,11 0,58 91,43 82,05 4,18 19,14 26,97 4,18 19,14 26,97 4,18 19,14 26,97 4,18 19,14 26,97 4,18 1,14 26,97 4,18 <t< td=""><td>CHOCK</td><td>950</td><td>10</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>14.</td><td>0,01</td><td>0,39</td><td>52,6</td><td>25,04</td><td>56,66</td><td>1.64</td><td>341,01</td><td>- 1</td><td>3</td><td>70'0</td><td>+</td></t<>	CHOCK	950	10						14.	0,01	0,39	52,6	25,04	56,66	1.64	341,01	- 1	3	70'0	+
150 3,166 5 40,17 224 0,04 3,3 26,68 0,1 0,03 11,45 27,42 84,38 0,66 52,31 200 0,18 22,31 91 0,01 3,3 0,01 8.54 5,72 86,91 0,01 8.54 8,72 86,91 0,01 8.58 0,01 8.69 0,11 6.88 29,42 8.91 0,01 8.59 0,01 8.54 8.91 8.91 8.73 8.73 8.73 8.73 8.73 8.73 8.74 8	Борщ из св.капусты с картофелем, сметанси 250/10	2007	44.9						1		0,13	14.88	19,69	139,89	1.47	262,81		5		
утинистия 200 0,18 2,23 91 0,01 3,3 0,01 8,54 5,72 6,6 0,11 56,92 мутаковке 220 1,45 7,35 38 0,04 3,3 0,01 8,54 59,17 0,11 0,58 91,43 82,05 306,67 4,18 19,14 0,88 29,92 мутаковке 220 27 85,91 681 0,28 5,42 59,17 0,11 0,58 91,43 82,05 306,67 4,7 745,97 1 мутаковке 200 0,48 1,88 0,02 5,75 0,01 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18 1,18 2,18	Гуляш из птицы 50/50	3 5	3.6					4	26,68	0,1	0,03	11,45	27,42	84,38	9,0	55,31	- 1		200	+
22 1,45 7,35 38 0,04 5,41 0,11 0,58 4,18 19,14 0,98 29,92 мулаковке Итого за Полдини 22 1,45 7,35 26 5,14 0,11 0,58 91,43 82,05 306,67 4,7 745,97 1 мулаковке 200 30 5,42 59,17 0,11 0,58 91,43 82,05 306,67 4,7 745,97 1 мулаковке 200 30 25,42 59,17 0,11 0,58 91,43 82,05 306,67 4,7 745,97 1 мулаковке 200 30 30 5,75 30 0,03 21,88 13,8 18,4 2,3 178,25 мулаковке 66,51 8 24,62 32,5 11 5,73 0,6 0,18 50,18 17,78 6,06 16 0,18 6,03 17,58 17,58 17,58 17,58 17,58 17,58 17,5	Рис отварной	000	0,0		22					3	0,01	8,54	5,72	9'9	0,11	56,92		1	242	-
мяной итого за Полдник Воста	Компот из вишни с/м	2002	5	2 1					N.		0,02	3,96	4,18	19,14	0,88	29,92			2077	2
Итого за Обед 732 22 27 85,91 681 0,28 25,42 59,17 0,11 0,18 91,43 92,01 1,43 92,01 1,43 92,01 1,43 92,01 1,43 92,143 93,143 92,01 1,43 93,17 0,11 0,13 92,01 1,43 93,143 93,01 1,43 93,143 93,01 1,43 93,143 93,01 1,43 93,143 93,01 1,43 93,143 93,01 1,43 93,143 93,01 1,43 93,01 93,01 1,43 93,01 93,01 1,43 93,01	Хлеб ржаной	22	1,2	12	υ,			- 4	- 1	3		20.00	20.00	200 67	47	745 97		0.13	0.09	
Норм видуальной упаковке 200 20,2 5,75 0,02 1,6 1,8 1,1 2,8 24,0 нное изделие 160 0,46 1,185 22,7 185 0,07 5,75 0,03 21,85 13,8 18,4 2,3 17,825 нное изделие 6,51 8 22,57 185 0,07 0,73 7,6 0,13 22,37 7,85 7,5,38 0,96 71,625 нное изделие Итого за Полдник 420 6,97 7,51,37 0,6 0,18 5,2,37 7,65 0,96 71,62 71,62 17			.`		85			8 25,42	- 1	0,11	0,58	91,45	65,00	10,000	9					
Андивидуальной упаковке 200 20,2 88 0,02 57.5 14 0 14 2.3 178,25 Нов издалие 160 0,46 0,46 11,85 52 0,02 5.75 0,03 21,85 7,85 7,83 13,8 18,4 2,3 176,25 Нов издалие 60 6,51 8 22,57 185 0,07 72,37 0,6 0,13 22,37 7,85 7,538 0,96 7,162 Нов издалие 420 6,97 8 54,62 325 0,11 5,75 72,37 0,6 0,18 59,55 107,78 6,06 489,87								дник			-	1	0	4.4	ac	240		-	VT.	
Инфинациалисти утальство. 160 0,46 11,85 52 0,02 5,75 0,0 0,03 21,50 1,10 1,10 1,10 1,10 1,10 1,10 1,10	מאפטאסעה ציטה ושטאשיים ייי	200			20,						0,02	14	20 00	18.4	23	17825	1	0.01	338	
ное изделие Итого за Полдник 420 6,51 8 22,57 185 0,01 7,53 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01 2,13 0,01<	Сок в индивидуальной упаковко	160	0,	46	11.8					C	0,03	75 66	7 85	75.38	0.96	71,62	1.		0,01 406	5 2015
Итого за Полдиик 420 6,97 8 54,62 325 U,11 3,79 12,51 U,1 0,70 115 0,93 197,82 173,33 630,88 15,36 1796,62	Выпечное изделие	09	9						-1	0,0	81.0	58 22	29.65	107.78	90'9	489,87		10,0	0,01	
115 093 197.82 173.33 630,86 12,30 1190,02			9		54			-	16,51	0,	2			000	41.00			4	16.86	
1949 Charles	Mroro 3a nei	He	43,		193,8	-		7 52,16	133,07	1,15	0,93	197,82	173,33	630,88	06,61			- 1	2016	+

3 день, 2 недели

ие блюда	Масса порции	пищевь	пищевые вещества		ческая							2 C C C C C C C C C C C C C C C C C C C					25	o Luahad av	
и, наименование оптода канка" вежие Упого за Завтрак	מכרם ווסטמשו		W		-	-	-	-	-								F		Соорник
звежие		Белки, г	Жиры, Углево	ды,	ценность, ккал	B1, Mr C	C, Mr A, MKr	икг Д, мкг	г В2, мг	Са, мг	Mg, Mr	P, Mr	Fe, мг	K, Mr	I, Mr	F, Mr Se,	Mr	iypei pe	dámahad
вежие						Завтрак	1					Ш				ŀ	F	ì	
вежие	06	11,1	8	9,91	156	-	1,22 8		0,14 0,08	39,56	34,34	153,52	0,5	265,94	111,41		ľ	× 9	2700
вежие	150	3,31	2	22,08	148	_						U)				0,04		212	2015
	30	0,17		9'0	0	0,01		m	0,0	1 5 25						o'o	'	376	2015
9	215	0,2	4	15,03	73	20.0	5	-	000		6 9.24	23,8	0,56		1,01		Ty	TY 10.71.1	
	30	18,1	- 7	18	115		0	0,55							0				
	543	18 68	18	80.01	556	0.28	27,28 38	45	0,23 0,24	4 106,28	85,42	297,2	3,44	1 128,33	187,74	0.05			
AN INVESTMENT OF THE PARTY OF T			100			200													
THE PERSON NAMED IN COLUMN TO THE PE	6.10	100	i	70.07	777	Оред	0.85	20	0.41	37 73	73 34.94	87.04	2.48	465,36	74,32	0,03	20,0	102	2015
Суп картофельный с горохом лущеным	520	5,94	n	10,0	141													100	2000
Плов со свининой с овощами натуральными свежими 250/35	285	15,21	30	55,34	553	0,15	12,44 2	2,09 0,	0,46 0,17	7 50,8	,8 73,38	260,79	3,44	501,37	163,95	0,02	17,03	265	2015
LINE DISSOLUTE COVERNMENT TREESON 200/15/5	220	0,25		15,18	63		2,1		0,01	7,25	25 5	9,34	1 0,87	33,4				377	2015
מא כיואואיסרוסאי, כמסקרוסאי בייניס	36	2.38		12,02	63	90'0			0,03	3 6,48	48 6,84	31,32	1,44	48,96	2,02		- 2	2077-	
Алео ржаном	00	u ·		10.28	65	0.03	+	-	0.01		4,4	17	7 0,4	26,2	0,72		TY	TY 10.71.1	
Батон йодированный	20	0	- 0	07.01	070	3 4	05 30	0 30	0.48	106	126	405 49		1 075.29	241.01	0,05	17.1		
Итого за Обед	811	25,28	36	112,76	6/9	10,0	2												
						5	MK									İ	-	V.	
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88	0			0,02		14 8	14		240	2 2	Č		338	2015
Фрукт	130	0,52	-	12,74	61	0.04	13		0,03				2,00			2		TTK	2
ное изделие	900	3,61	12	23,62	275	900	6	2,4	0.05	(*)	5.54 20.01	.,		99		0.01	-		
Итого за Полдник	280	3.	2	02,00		20.0	_				000				75 557	****	17.4		
Итого за день		48,09	29	248,73	1 795	0.85	65,67 42	42,92 0	0,69,0	32 248,48	48 232,19	133.01	16.71	2,007,003	_	-	1		
					4д	день, 2	недели	-									1		
		Пищев	Пищевые вещества	ства	Энергети-		Вит	Витамины				Минер	Минеральные вещества	веществ	а		o N	Ė	Сборник
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Киры, У	Жиры, Углеводы,	ценность,	B1, Mr	C, Mr A,	А, мкг Д, мкг	кг В2, мг	Ca, Mr	Mg, Mr	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, Mr	F, Mr S	Se, Mr		рецептур
					nnan	Зантрак	35												
	150	20.00	σ	26.16			62	42.37 0	0,28 0,13	13 68,51	51 15,54	92,06	6 0.88	8 115,63	3 4,34			222	2015
Пудинг творожный	20	0.26	2	7,55	32										22			929	2013
Coyc via kypativi Laŭ o caxabom 200/15	215	0,2		15,03			0,1		0,01		5,25 4,4	8,24	4 0,82	25,25			N.A.	376	2015
Батон йодированный	42	3,15	F	21,59	110			1	0,02		9,24 13,86				16,1 2	100	<u> </u>	338	2015
	130	0,52	- ;	12.74		0,00	13 73 7	75.67	0.08	0.10			13	1"	1 "				
Итого за Завтрак	287	24.38		00,00	250		4							1					
200/10	210	5.13	2	13,63	86		3,56	0,86	0.	0,34 24,57	,57 23,75	5 81,01	1,21	1 411,59	9 68,32	0,04	90'0	96	2015
accompliance to provide the provide of the provide	250	12.5	9	41,3	269	0,39	48,54	96,36	90'0	0,25 54,	54,91 71,36	6 241,56	3,09	9 1 508,47	133,06	80'0	0,01	XL	
Adpane IIO-Howamaewy (Looshy)	00	0.00		4.0	9	000	-	9	0.0	0.02	13.8 8.4	4 25	2 0,36	6 84,6	9	10,0		7.1	2015
Овощи натуральные свежие	200	0.58		31,82	13		0,38	3,4	1,						80		1	349	2015
напиток из смеси сухофруктов	33	211		10.69					ó	0,03	5,76 6,08	27,84	1,28	8 43,52	2 1,79		5.5	TOCT	
Хлео ржанои		;	-					0.01		0	0.02 0.02	11,0	-	0,16	9			LOCT 24004	
Кондитерское изделие	20			2														1005	
Итого за Обед	772	21,76	15	110,54	029	1,39	62,48	16,63	0,06 1,	1,86 101,66	,66 113,81	375,72	72 8,14	4 2 056,34	4 203,17	0,13	0,07		
							ник				1						Ť	2	
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2			1		0 0		14		2,0	0 470 75	1	000	1	338	2015
фрукт	160	0.46		11,85	52	0,02	5,75	75 67	0 0	0,03	37 785	75.38		1	27,68		0,01	406	2015
ное изделие	90	6,51	0 0	54.62			5 75 7	72.37			22			1		10,0	10,0		
Итого за Полдник	420	18.0	0	2010							1 '				A CAC SC		80.0		
Итого за день		53,31	34	248,23	1 524	1,67	81,95 13	131,37	0,94 2,	2,23 263	263,78 188,96	96 633,8	19,6	9 3 103,66	242,45	0,13	90,0		

					-					_					1				
		Пиш	Пищевые вещества	щества	энергети-		B	Витамины				2	Минеральные вещества	thre Beut	ества	-		Nº peyen-	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	_	Жиры, Углеводы,	1	В1, мг	C, Mr A	А, мкг Д, мкг	кг В2, мг		Са, мг Мд,	MF	P, Mr	Fe, Mr K	K, Mr I, Mr	Ar F, Mr	Ir Se, MF	ıybel	рецептур
						Завтрак	рак				- 1						- 1	1111	
	100	13,22	2 21				1,02	8,0		0,11	-1	18,73	129,95			0 07,02	0,03 10,23	L	2015
Dalluden machon or annual and annual	150	8,77	9 4			0,31			80,0	0,15		138,84	203,00	6,4,0					2015
Nama iperhebax paccalitation	215	0,2	2	15,03	61		0,1			0,01	-1	4,4	8,24	0,62			+	17 40 74	202
Han c caxapom Zuur 13	31	2,33	(3)	15,93		0,05				0,02	6,82	10,23	26,35	0,62	40,61	1,12		17 10.71	
Батон иодированный Конлителское излепие	20	1,1	-	11,9	111			10,0			0,02	0,02	0,11		91,0			24901	
Итого за Завтрак	516	25,62	2 35	5 95,7	796	0,43	1,12	21,81	0,36	0,29	46,8 17	172,22	373,71	7,79	530,99 83	83,27 C	0,04 10,24	4	
						Обед	ед				- 1			- 1			L	L	2005
	250	187		4 8,96	84	60'0	29,4	0,29		0,38		20,89	46,24		-1			000	2013
Щи из свежеи капусты с картофелем	400	14 39	*	3		0.1		22,19		0,13	14,88	19,69	139,89		-				2012
Гуляш из птицы 50/50	001	20,4		,				20.8	80'0	0,03	21,21	9,65	52,97	1,22	71,04 10	100,14	0,01		2015
Макароны отварные	nc1	10,0		4.			21			0,01	7,25	2	9,34	0,87	33,4	-		377	2015
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5	027	0,0	2 9	12,10		0.08				0.03	7.56	7,98	36,54	1,68	57,12	2,35		70CT	
Хлеб ржаной	47	2,11							1		0.0	,,	0.81	0.01	0.87	0.01			
Кондитерское изделие	30		1,8					000	000	0,0		20.00	205 70	200	÷		0 13 0	0.1	
Итого за Обед	792	27,39		30 89,6	5 776	0,37	34,33	43,83	0,08	0,38	33,33	10,00	500,002	100	01 0000				
							Полдник		+			-	7.	00	orc	C		2	- 32
Granden Control of the Control of th	200			20,2	2 88	3 0,02				0,02	14	œ	14	2,0			100	000	2000
Сок в индивидуальной упаковке	160	C	0.46	11.8	85 52	0,02	5,75			0,03	21,85	13,8	18,4	2,3			10,0	338	2002
Фрукт	60	277	77			3 0.05	10	6.87	90.0	0,02	8,32	5,03	30,43	0,37	39,1	-1		406	2012
Выпечное изделие		0, 4					5,75	6,87	90'0	70,0	44,17	26,83	62,83	5,47	457,35 2	20,79	10,01		
Myoro 3a Della		57,24		69 252,38	1 860	0,89	3 41,2	72,51	6,	0,94	184,9 2	262,36	722,33	19,9	1 713,94 30	300,98	0,18 10,34	34	
				Z	TOTOT	OCH	ОВНО	итого по основному меню	오							ſ			
	Damon I	Earloon to bound the	Энерге			Витамины	191				M	неральн	Минеральные вещества	тва		-			
	all market		TM						1		1	1	-	ľ		T			
Итого	Белки, г	Жир Углевод	Углеводы ценнос , г ть, ккал	B1, Mr	C, Mr	A, MK	Д, мкг	B2, Mr Ca	Ca, Mr Mg	Mg, Mr	Р, мг	Fe, Mr	K, Mr	І, мг	F, Mr	Se, Mr			
Итого за весь пермод	491,78	632 2 326.13	13 17 051	9,59	9 517,88	8 1275,8	13,08	12,34	2 459.9 2 1	2 106,16 6	6 933,56	184,43 2	21 784,18	3 086,62	1,26 1	171,77			
	81 87	63.7 232.61	61 1 705.1	96'0	51,79	9 127,58	1,31	1,23	245,99	210,62	693,36	18,44	2 178,42	308,66	0,13	17,18			
Среднее значение за период									1							1			

Нормативная документация: СанПиН 2 3/2.4.3590-20 Санитарно-зпидемиологические требования к организации питания населения Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" под ред. Могильного М.П., Тутельяна В.А. 2015 г Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной 2004г.