Согласовано:

Директор МБОУ «СОШ № 51» Яковлев А.В.

« 7 » 09 2022 год

Утверждаю:

Дуванова Елена Евгеньевна

« 7 » 10 2022 год

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

по столовой МБОУ «СОШ № 51» по организации питания детей 1-4 классы

осенне-зимний период

МЕНЮ

1 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.															
	Завтрак																				
	Каша рисовая вязкая с маслом (180г) №510, 2004 шк	180	5,42	2,95	7,92	0,35	34,1	255			10,3	10,3	10,3	1930,43	882	1406,21	5,26	2,84	4,05	11,38	0
	Яйцо отварное	40	4,78	5,08	4,05	0	0,25	56,5			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Какао с молоком № 693 2004 г.	200	3,64	2,9	3,34	0,6	24,1	134,8			0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Яблоко свежее ТТК № 305	120	0,45	0	0,42	0,48	12,67	53,35			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Завтрак '		**16,43**	**10,93**	**16**	**1,7**	**83,92**	**562,9**		**41,21**	**10,3**	**10,3**	**10,3**	**2500,43**	**1101,6**	**1801,01**	**9,82**	**7,4**	**8,61**	**31,38**	**0**
	Обед																				
	Салат из белокочанной капусты № 43, 2004 шк.	100	1,49	0	4,97	0,01	10,73	89,26			0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0
	Суп с крупой и томатом с мясом № 150, 2004 шк	250/12,5	4,89	3,28	7,32	5,11	16,06	149,2			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,25
	Сосиски отварные № 413, 2004 шк.	100	9,36	9,36	10,1	0	0,8	176,3			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Макаронные изделия отварные №516 , 2004 шк.	150	4,92	0,03	4,32	0,62	29,93	177,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,49
	Компот ягодный ТТК№2022/09/16	200	0,23	0	0,06	0	24,76	90,23			0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Хлеб славянский	30	2,09	0	0,32	0	11,17	56,98			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Обед '		**25,13**	**12,67**	**27,3**	**6,01**	**106,2**	**803,1**		**58,79**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**29**	**2,74**
	Итого за день		**41,56**	**23,6**	**43,3**	**7,71**	**190,1**	**1366**			**10,3**	**10,3**	**10,3**	**3070,43**	**1321,2**	**2195,81**	**14,38**	**11,96**	**13,17**	**60,38**	**2,74**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-35,4	23,6	-35,7	7,71	-144,9	-984													
	Содержание, % от калорийности		12		32		55														

МЕНЮ

2 день.

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
			всего	в т.ч. [illegible]	всего	в т.ч. [illegible]															
	Завтрак																				
	Каша пшенная вязкая с маслом (180г) №510 , 2004 шк.	150	6,5	2,47	7,06	1,16	36,12	231,3			9,52	9,52	9,52	1819,27	840	1329,64	7,18	5,87	6,53	9,48	0
	Чай с сахаром №685, 2004шк	200	0,18	0	0,04	0,05	13,75	53,14			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Запеканка из творога ТТК №2022/03/14/1	75/20	11,57	11,48	13,5	0,08	23,3	259,8			3,38	2,69	3,03	516,73	375,17	445,95	23,61	22,95	23,28	4,5	0
	Итого за 'Завтрак'		**20,39**	**13,95**	**20,9**	**1,56**	**85,98**	**607,5**		**44,69**	**12,89**	**12,21**	**12,55**	**2906**	**1434,77**	**2170,38**	**35,36**	**33,38**	**34,37**	**28,98**	**0**
	Обед																				
	Суп из овощей с фасолью и мясом, со сметаной № 144, 2004 шк.	250/12,5/10	6,8	3,53	9,42	5,05	15,53	169,8			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,25
	Котлеты рубленные из птицы №498, 2004,шк.	90	10,9	0,61	8,33	5,25	16,71	202,5			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Каша рассыпчатая гречневая № 508, 2004 шк	150	5,67	0,03	5,94	2,08	43,95	252,7			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с лимоном №687, 2004 шк.	200/15/7	0,24	0	0,05	0,06	14,07	55,61			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Огурец консервированый ТТК №37,шк	60	0,45	0	0,05	0,06	1,37	7,957			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Обед'		**26,2**	**4,16**	**24**	**12,77**	**104,4**	**751,9**		**55,31**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**15**	**0,25**
	Итого за день		**46,6**	**18,11**	**44,9**	**14,32**	**190,4**	**1359**			**12,89**	**12,21**	**12,55**	**3476**	**1654,37**	**2565,18**	**39,92**	**37,94**	**38,93**	**43,98**	**0,25**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-30,4	18,11	-34,1	14,32	-144,6	-991													
	Содержание, % от калорийности		17		31		53														

МЕНЮ

3 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Помидоры свежий ТТК 128.шк	45	0,47	0	0,08	0,09	2,13	10,75			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Фрикадельки "Петушок" №81,2008,шк	90	11,63	10,61	10,9	3,88	7,43	173,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Соус томатный № 587, 2004 шк.	50	0,48	0,01	2,1	0,03	3,16	32,96			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0
	Макаронные изделия отварные №516 , 2004 шк.	150	4,92	0,03	4,32	0,62	29,93	177,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,49
	Напиток "Здоровье" № 158, 2008,шк	200	0,11	0	0,07	0,08	23,93	92,4			0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**19,75**	**10,65**	**17,7**	**4,96**	**79,38**	**551,1**		**43,59**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**24,5**	**2,49**
	Обед																				
	Огурец свежий ТТК № 127/2 (80г)	80	0,63	0	0,08	0,08	2,72	12,44			2,4	2,4	2,4	680	160	420	0,16	0,16	0,16	0	0
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной №124/1, 2004 шк	250/10	1,88	0,23	9,15	7,65	11,52	132,3			3,25	3,25	3,25	320,5	158	239,25	6,98	1,79	4,38	0	0
	Жаркое по-домашнему (индейка) ТТК №2022/02/04	50/200	17,16	0	15,4	15,63	30,74	326,8			8,1	8,1	8,1	710	580	645	27,12	4,74	15,93	0	0
	Компот из свежих яблок № 631/1 , 2004 шк.	200	0,15	0	0,14	0,16	31,6	121,3			0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0
	Хлеб славянский	30	2,09	0	0,32	0	11,17	56,98			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Обед '		**24,04**	**0,23**	**25,3**	**23,78**	**100,5**	**713,1**		**56,41**	**13,75**	**13,75**	**13,75**	**2280,5**	**1117,6**	**1699,05**	**38,82**	**11,25**	**25,03**	**30**	**0**
	Итого за день		**43,79**	**10,87**	**43**	**28,74**	**179,9**	**1264**			**13,75**	**13,75**	**13,75**	**2850,5**	**1337,2**	**2093,85**	**43,38**	**15,81**	**29,59**	**54,5**	**2,49**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-33,2	10,87	-36	28,74	-155,1	-1086													
	Содержание, % от калорийности		14		31		55														

МЕНЮ

4 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Огурец консервированый ТТК №37,шк	30	0,23	0	0,03	0,03	0,68	3,979			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Тефтели рыбные с соусом 394/2004 шк.	50/30	8,65	7,07	8,69	0,11	7,76	121,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Пюре картофельное № 520, 2004 шк.	200	4,16	0,91	6,94	0,65	28,21	190,4			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Напиток шиповника ТТК № 134 ,шк.	200	0,3	0	0,12	0,14	27,84	106,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**15,5**	**7,98**	**16**	**1,2**	**77,29**	**484,9**		**38,54**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**24**	**0**
	Обед																				
	Салат из свежих помидоров и огурцов №20, 2004	80	0,74	0	3,94	0	3,94	52,84			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Борщ с капустой и картофелем с мясом №110,2004 шк.(со сметаной)	250/12,5/10	4,78	3,26	6,39	0,11	14,08	127,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0,25
	Тефтели № 462, 2004,шк.	60/50	8,06	7,12	12,4	0,17	10,4	184,2			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0
	Бобовые отварные №330, 2004 шк	150	10,9	0,03	1,35	1,11	38,39	254			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром №685, 2004шк	200	0,18	0	0,04	0,05	13,75	53,14			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Хлеб славянский	20	1,39	0	0,21	0	7,44	37,99			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Обед'		**28,2**	**10,41**	**27,6**	**1,71**	**100,8**	**773,3**		**61,46**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**18**	**0,25**
	Итого за день		**43,7**	**18,39**	**43,6**	**2,91**	**178,1**	**1258**			**0**	**0**	**0**	**1140**	**439,2**	**789,6**	**9,12**	**9,12**	**9,12**	**42**	**0,25**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-33,3	18,39	-35,4	2,91	-156,9	-1092													
	Содержание, % от калорийности		16		31		53														

МЕНЮ

5 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Биточки, котлеты, шницель рубленые №451,2004,шк. 50г	50	8,02	6,74	8,63	0,15	8,28	123,6			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Соус томатный № 587, 2004 шк.	50	0,48	0,01	2,1	0,03	3,16	32,96			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0
	Каша вязкая гарнирная (пшенная) №302, 2004, шк	150	4,18	0,04	4,74	1,19	23,76	154			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром №685, 2004шк	200	0,18	0	0,04	0,05	13,75	53,14			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Яблоко свежее ТТК № 305	120	0,45	0	0,42	0,48	12,67	53,35			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Завтрак '		**15,45**	**6,8**	**16,2**	**2,17**	**74,41**	**480,4**		**39,40**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**15,5**	**0**
	Обед																				
	Огурец свежий ТТК № 127.	80	0,63	0	0,08	0	2,72	12,44			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Суп с макаронными изделиями с курой №147, 2004 шк.	250/25	8,58	5,93	9,4	5,2	17,36	186,7			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Котлеты или биточки рыбные №388, 2004, шк.	90	9,92	10,1	8,75	5,09	12,72	166,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,8
	Пюре картофельное № 520, 2004 шк.	150	3,12	0,68	5,2	0,49	21,16	142,8			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Компот из урюка ТТК № 31/2018 шк.	200	1,02	0	0,06	0	32,96	124,8			0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0
	Хлеб пшеничный	50	3,57	0	0,4	0,45	21,34	105,5			0	0	0	950	366	658	7,6	7,6	7,6	0	0
	Итого за 'Обед '		**26,84**	**16,71**	**23,9**	**11,23**	**108,3**	**739**		**60,60**	**0**	**0**	**0**	**950**	**366**	**658**	**7,6**	**7,6**	**7,6**	**20**	**1,8**
	Итого за день		**42,34**	**23,51**	**40,1**	**13,4**	**182,7**	**1219**			**0**	**0**	**0**	**1520**	**585,6**	**1052,8**	**12,16**	**12,16**	**12,16**	**35,5**	**1,8**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-34,7	23,51	-38,9	13,4	-152,3	-1131													
	Содержание, % от калорийности		15		28		57														

МЕНЮ

6 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Сосиски отварные № 413, 2004 шк.	50	4,68	4,68	7,54	0	0,4	88,17			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Соус томатный № 587, 2004 шк.	50	0,48	0,01	2,1	0,03	3,16	32,96			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0
	Каша рассыпчатая гречневая № 508, 2004 шк	150	8,67	0,03	5,94	2,08	43,95	252,7			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с лимоном №687, 2004 шк.	200/15/7	0,24	0	0,05	0,06	14,07	55,61			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	20	1,43	0	0,16	0,18	8,54	42,18			0	0	0	380	146,4	263,2	3,04	3,04	3,04	0	0
	Яблоко свежее ТТК № 305	130	0,49	0	0,46	0,52	13,72	57,79			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Завтрак '		**15,97**	**4,72**	**16,2**	**2,87**	**83,83**	**529,4**		**40,33**	**0**	**0**	**0**	**380**	**146,4**	**263,2**	**3,04**	**3,04**	**3,04**	**15,5**	**0**
	Обед																				
	Салат из белокочанной капусты № 43, 2004 шк.	60	0,9	0	2,98	0,01	6,44	53,55			0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0
	Суп картофельный с бобовыми с мясом №139, 2004 шк.	250/12,5	6,7	3,35	5,85	5,55	20,87	175,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,25
	Котлета "Детская",№ 75,2008,шк	90	12,1	12,35	12,2	4,25	10,73	207,3			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Соус томатный № 587, 2004 шк.	50	0,48	0,01	2,1	0,03	3,16	32,96			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0
	Рис припущенный №512 , 2004 шк	150	3,52	0,03	4,32	0,46	37,15	202,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Напиток "Ягодный" № 275 /1, 2004 Уд.шк(30 г.)	200	0,28	0	0,11	0	12,39	48,85			0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Обед '		**26,12**	**15,74**	**27,8**	**10,56**	**103,5**	**783,2**		**59,67**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**13,5**	**0,25**
	Итого за день		**42,1**	**20,46**	**44**	**13,43**	**187,4**	**1313**			**0**	**0**	**0**	**950**	**366**	**658**	**7,6**	**7,6**	**7,6**	**29**	**0,25**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-34,9	20,46	-35	13,43	-147,6	-1037													
	Содержание, % от калорийности		15		32		53														

МЕНЮ

7 день

Номер рец	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Каша овсяная вязкая №510, 2004 шк.	200	8,25	3,34	6,96	2,93	45,18	284,5			0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	0
	Омлет натуральный с колбасой, ТТК №21, шк.	80	9,28	9,28	10,6	0	1,81	139,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Напиток шиповника ТТК № 134 шк.	200	0,3	0	0,12	0,14	27,84	106,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	0
	Хлеб пшеничный	20	1,43	0	0,16	0,18	8,54	42,18			0	0	0	380	146,4	263,2	3,04	3,04	3,04	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**19,3**	**12,62**	**17,8**	**3,25**	**83,36**	**571,8**		**44,03**	**0**	**0**	**0**	**380**	**146,4**	**263,2**	**3,04**	**3,04**	**3,04**	**37**	**0**
	Обед																				
	Помидоры свежий ТТК 128 шк	60	0,62	0	0,11	0,12	2,84	14,33			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Суп картофельный с мясными фрикадельками №137, 2004 шк.	250/10	4,13	1,86	5,74	0,42	19,12	124,5			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Каша вязкая гарнирная (пшенная) №302, 2004, шк	150	3,18	0,04	4,74	1,19	23,76	154			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Гуляш из куриного филе ТТК № 32/1/2017шк	120	14,5	0	12,4	5,45	9,4	210,3			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Компот из изюма №638 , 2004 шк.	200	0,35	0	0	0	28,2	107,5			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Хлеб ржаной	30	1,86	0	0,32	0,36	11,38	53,01			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Обед'		**26,8**	**1,9**	**23,6**	**7,81**	**107,5**	**726,9**		**55,97**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**15**	**0**
	Итого за день		**46,1**	**14,52**	**41,4**	**11,06**	**193,9**	**1299**			**0**	**0**	**0**	**950**	**366**	**658**	**7,6**	**7,6**	**7,6**	**52**	**0**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-30,9	14,52	-37,6	11,06	-141,1	-1051													
	Содержание, % от калорийности		17		27		56														

МЕНЮ

8 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г всего	Белки, г в т.ч. [illegible]	Жиры, г всего	Жиры, г в т.ч. [illegible]	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
	Завтрак																				
	Огурец свежий ТТК № 127.	80	0,63	0	0,08	0	2,72	12,44			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Фрикадельки в соусе № 469, 2004, шк.	55/50	8,23	6,73	12,7	4,94	10,56	187,6			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0
	Макаронные изделия отварные №516 , 2004 шк.	150	4,92	0,03	4,32	0,62	29,93	177,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,49
	Напиток из брусники (15г) ТТК№16/2021 шк	200	0,1	0	0,07	0,08	19,62	75,81			0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Завтрак '		**16,03**	**6,75**	**17,4**	**5,9**	**75,63**	**517**		**39,63**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**20,5**	**2,49**
	Обед																				
	Салат из свежих овощей 14/2008	100	1,11	0	5,87	10,08	9,09	117			5	2,3	3,65	722,5	170	446,25	7,14	7	7,07	5	0
	Рассольник ленинградский со сметаной №132, 2004 шк	250/10	2,28	0,23	5,54	4,04	19,2	133,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски №454,2004,шк	90	13,52	13,24	9,52	3,21	7,16	167,6			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Каша рассыпчатая гречневая № 508, 2004 шк	150	8,67	0,03	5,94	2,08	43,95	252,7			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром №685, 2004шк	200	0,18	0	0,04	0,05	13,75	53,14			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Обед '		**27,9**	**13,49**	**27,1**	**19,73**	**106**	**787,7**		**60,37**	**5**	**2,3**	**3,65**	**1292,5**	**389,6**	**841,05**	**11,7**	**11,56**	**11,63**	**20**	**0**
	Итого за день		**43,93**	**20,24**	**44,5**	**25,62**	**181,6**	**1305**			**5**	**2,3**	**3,65**	**1862,5**	**609,2**	**1235,85**	**16,26**	**16,12**	**16,19**	**40,5**	**2,49**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-33,1	20,24	-34,5	25,62	-153,4	-1045													
	Содержание, % от калорийности		14		34		53														

МЕНЮ

9 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Помидоры свежий ТТК 128.шк	30	0,31	0	0,05	0,06	1,42	7,167			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Плов из птицы ТТК 30/2018 шк	50/200	16,61	0	17,4	13,02	55,09	464,5			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром №685 , 2004 шк.	200	0	0	0	, 0	13,96	52,67			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Завтрак '		**19,06**	**0**	**17,7**	**13,35**	**83,27**	**588**		**44,84**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**15**	**0**
	Обед																				
	Салат " Сезонный"№ 13 Уд.2004	80	0,87	0	3,98	3,98	7,27	65,6			0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0
	Пуштые шыд (суп картофельный со взбитым яйцом) с курой № 109, 2004 Удм,	250/12,5	6,46	4,21	6,09	2,87	19,11	154,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Тефтели рыбные с соусом 394/2004 шк.	120	11,47	10,6	10	0,17	11,64	181,7			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Пюре картофельное № 520, 2004 шк.	150	3,12	0,68	5,2	0,49	21,16	142,8			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Компот из свежих яблок № 631 , 2004 шк.	200	0,15	0	0,14	0,16	26,02	100,6			0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	0
	Хлеб пшеничный	20	1,43	0	0,16	0,18	8,54	42,18			0	0	0	380	146,4	263,2	3,04	3,04	3,04	0	0
	Хлеб славянский	20	1,24	0	0,21	0,24	7,59	35,34			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за 'Обед '		**24,74**	**15,49**	**25,8**	**8,08**	**101,3**	**723,2**		**55,16**	**0**	**0**	**0**	**380**	**146,4**	**263,2**	**3,04**	**3,04**	**3,04**	**28**	**0**
	Итого за день		**43,84**	**15,49**	**43,5**	**21,44**	**184,6**	**1311**			**0**	**0**	**0**	**950**	**366**	**658**	**7,6**	**7,6**	**7,6**	**43**	**0**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-33,2	15,49	-35,5	21,44	-150,4	-1039													
	Содержание, % от калорийности		14		30		55														

МЕНЮ

10 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	I (макс.), мкг	I (мин.), мкг	I (сред.), мкг	Zn (макс.), мкг	Zn (мин.), мкг	Zn (сред.), мкг	Se (макс.), мкг	Se (мин.), мкг	Se (сред.), мкг	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.															
	Завтрак																				
	Каша "Дружба" молочная №119,2008	160	5,54	2,17	6,98	0,8	33,56	217,8			8,06	8,06	8,06	1759,08	819,23	1289,16	5,89	4,05	4,97	4,67	0
	Чай с лимоном №687, 2004 шк.	200/15/7	0,24	0	0,05	0,06	14,07	55,61			0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0
	Булочка сдобная с маслом и сыром ТТК №2022/09/19	50/10/30	11,89	8,79	12	4,18	25,51	313,1			0	0	0	1500	1110	1305	4,59	2,91	3,75	2,76	0,48
	Итого за 'Завтрак '		**17,67**	**10,96**	**19,1**	**5,03**	**73,14**	**586,5**		**41,27**	**8,06**	**8,06**	**8,06**	**3259,08**	**1929,23**	**2594,16**	**10,48**	**6,96**	**8,72**	**22,43**	**0,48**
	Обед																				
	Огурец консервированый ТТК №37,шк	60	0,45	0	0,05	0,06	1,37	7,957			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Борщ с капустой и картофелем с мясом №110,2004 шк.(со сметаной)	250/12,5/10	4,78	3,26	6,39	0,11	14,08	127,9			0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0,25
	Плов из птицы (индейка) ТТК 32/2021 шк	50/200	17,06	0	20,6	13,02	59,22	543,1			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Напиток "Здоровье" № 158, 2008,шк	200	0,11	0	0,07	0,08	23,93	92,4			0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	0
	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,24	0,27	12,8	63,27			0	0	0	570	219,6	394,8	4,56	4,56	4,56	0	0
	Итого за 'Обед '		**24,54**	**3,26**	**27,4**	**13,54**	**111,4**	**834,7**		**58,73**	**0**	**0**	**0**	**570**	**219,6**	**394,8**	**4,56**	**4,56**	**4,56**	**26,5**	**0,25**
	Итого за день		**42,21**	**14,22**	**46,5**	**18,57**	**184,5**	**1421**			**8,06**	**8,06**	**8,06**	**3829,08**	**2148,83**	**2988,96**	**15,04**	**11,52**	**13,28**	**48,93**	**0,73**
	Норма (Школы 7-10 лет)		77	0	79	0	335	2350													
	Отклонение		-34,8	14,22	-32,5	18,57	-150,5	-929													
	Содержание, % от калорийности		12		38		50														