

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель
Иванов Александр Петрович

_____ / А.П. Иванов
" 08 " _____ 2008 г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
"Эльбарусовская СОШ"

Маринско-Посадского муниципального округа
Чувашской Республики
" 08 " _____ / Д.А. Ефимов
2008 г.

**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МБОУ "Эльбарусовская СОШ"
Маринско-Посадского муниципального округа Чувашской Республики**

**Десятидневное меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 – 18 лет.**

День 1 (Понедельник)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак 15	Сыр поршьями	25	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25	
173	Каша молочная жидкая манья с маслом	210 (200/10)	278,67	7,56	9,31	41,09	0,13	1,64	0,11	0,57	232,03	27,63	92,16	0,69	
379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1	
	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0,02	0,02	4	13	2,8	0,22	
338	Яблоки св.поршьями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
	Итого	555	607,57	18,35	18,35	85,30	0,23	7,11	0,20	1,12	586,03	263,63	119,71	2,26	
Обед															
43	Салат из белокочанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,00	0,20	2,32	40,57	29,97	16,42	0,55	
102	Суп картофельный с горохом	250	148,29	5,14	5,34	19,50	0,23	13,73	0,28	2,45	34,73	87,88	36,43	2,05	
269	Котлеты рубленые с соусом	150 (100/50)	345,88	16,68	20,92	23,8	2,24	14,9	0,18	3,58	46,32	202,1	47,52	3,38	
304	Рис отварной	200	259,42	4,88	7,31	47,82	0,03	0,00	0,03	0,37	3,24	82,32	25,56	0,69	
79	Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	1,08	
	Итого	940	948,25	31,64	39,27	122,88	2,60	66,01	0,69	9,28	139,65	473,46	147,92	7,75	
Полдник															
408	Пирожки печеные с творогом	75	236,00	8,42	12,70	22,10	0,05	0,01	0,25	3,19	48,35	75,94	11,03	0,52	
348	Компот из кураги	200	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66	
	Итого	275	360,18	9,50	12,70	53,43	0,07	0,84	0,37	4,33	81,43	106,13	32,74	1,18	

День 2 (Вторник)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак 173	Каша молочная жидкая из овсяных хлопьев с маслом	210 (200/10)	280,94	7,63	13,34	32,51	0,18	1,30	0,06	0,80	143,83	234,95	70,05	1,27	
376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0	
338	Апельсины св. поршьями	100	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1	
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0,04	8	26	5,6	0,44	
	Итого	550	472,99	11,57	13,99	75,04	0,28	39,30	0,07	1,04	186,83	277,95	86,65	1,81	
Обед															
	Оррры свежие поршьями	100	20	0,8	0,2	5,2	21	0,25	0,05	0,33	125	22,5	17,5	0,08	
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	112,55	1,96	6,09	13,39	0,05	12,35	0,28	2,45	44,9	54,11	27,53	1,18	
279	Тертлеги рубленые с соусом	150 (100/50)	278,2	14,94	16,74	16,1	0,06	0	0,04	5,72	36,52	157,2	27,32	2,28	
302	Каша Гречневая рассыпчатая	200	355,28	11,56	8,41	56,85	0,28	0	0,03	0,81	19,87	274,53	182,93	6,15	
349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	1,08	
	Итого	945	967,68	32,75	31,96	137,95	21,46	12,60	0,39	9,88	241,09	579,55	277,28	10,76	
Полдник															
408	Пирожки печеные с картофелем	75	172,00	5,06	3,12	31,04	0,09	0,51	1,00	1,53	16,90	56,00	20,40	1,00	
348	Компот из черносидва	200	92,81	0,34	0	23,65	0	0,45	0	0,27	11,89	12,33	15,16	0,45	
	Итого	275	264,81	5,40	3,12	54,69	0,09	0,96	1,00	1,80	28,79	68,33	35,56	1,45	

День 3 (Среда)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества													
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
Завтрак																				
14	Масло сливочное порл.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02						
173	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом	210 (200/10)	205,33	5,61	6,4	30,65	0,15	0	0,07	0,87	8,4	0,03	127,92	2,15						
382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98						
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44						
338	Дюблочки св.порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1						
	Итого	560	563,33	12,89	18,57	85,78	0,26	5,30	0,14	1,42	153,92	153,23	166,52	4,59						
Обед																				
47	Салат из квашенной капусты р/м	100	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59						
103	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	121,95	2,81	2,79	20,91	0,11	21,6	0,33	1,48	27,45	68,25	28,30	1,08						
227	Рыба припущенная с соусом	150 (100/50)	131,52	18,58	3,56	6,58	0,12	2,06	0,08	0,76	70,68	200,38	6,2	0,2						
312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37,00	1,32						
348	Компот из изюма	200	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08						
	Итого	940	739,46	30,41	22,74	103,15	0,54	57,88	0,67	5,57	228,06	503,44	116,59	4,87						
Подлинк																				
408	Пирожки печеные с капустой с мясом	75	155,00	4,98	2,53	27,99	0,05	0,66	0,16	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68						
376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0						
	Итого	275	211,85	5,08	2,56	42,98	0,05	0,66	0,16	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68						

День 4 (Четверг)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества													
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
Завтрак																				
338	Апельсинн св. порциями	100	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1						
175	Каша молочная жидкая пшенично-рисовая с маслом	210 (200/10)	259,24	5,97	11,40	33,09	0,10	1,30	0,06	0,21	127,36	156,69	36,40	0,77						
376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44						
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44						
	Итого	550	451,29	9,91	12,05	75,62	0,20	39,30	0,07	0,45	170,36	199,69	53,00	1,31						
Обед																				
88	Салата из свежкы отварной р/м Ши из свежей капусты с картоф.со сметаной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33						
269	Биточки рубленые с соусом	150 (100/50)	345,88	16,68	20,92	23,8	2,24	14,9	0,18	3,58	46,32	202,1	47,52	3,38						
309	Макаронны отварные	200	281,33	7,09	6,52	47,36	0,12	0	0,07	1,01	13,73	10,88	60,37	1,09						
348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34	0	23,65	0	0,45	0	0,27	11,89	12,33	15,16	0,45						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08						
	Итого	805	985,1733	30,25833	40,215	124,9925	2,51	47,4	0,509167	10,55333	163,3808	387,3725	188,1908	8,12						
Подлинк																				
406	Пирожки печеные с повидлом	75	194,00	4,11	1,35	41,43	0,07	0,04	0,34	0,89	13,63	39,69	16,62	1,00						
348	Компот из кураги	200	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66						
	Итого	275	318,18	5,19	1,35	72,76	0,09	0,87	0,46	2,03	46,71	69,88	38,33	1,66						

День 5 (Пятница)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Завтрак	302	Каша молочная жидкая гречневая с маслом	210 (200/10)	295	9,09	12,99	35,18	0,21	1,64	65,20	0,39	183,58	245,75	99,23	2,87	
	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25	
	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98	
	338	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44	
		Яблоки св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
		Итого	575	668,20	22,07	22,88	90,23	0,33	7,11	65,29	0,97	546,70	520,95	146,58	5,54	
Обед	67	Винегрет овощной	100	124,33	1,33	10,1	6,85	0,05	12,95	0,22	4,53	25,65	41,08	18,53	0,77	
	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	136,6	2,26	6,29	16,96	0,10	7,55	0,29	2,43	22,48	75,40	26,35	0,98	
	290	Птица тушенная в смет. соусе	150 (100/50)	227,2	28,84	39,98	5,9	0,02	0,12	0,02	1,94	33,38	19,98	3,22	0,1	
	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37,00	1,32	
	342	Компот из св. яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	
		Итого	945	893,06	39,67	67,93	98,06	0,44	29,14	0,75	9,91	150,69	321,17	107,90	4,64	
Подлинк	408	Пирожки печеные с творогом	75	236,00	8,42	12,70	22,10	0,05	0,01	0,25	3,19	48,35	75,94	11,03	0,52	
	348	Компот из черносливки	200	92,81	0,34	0	23,65	0	0,45	0	0,27	11,89	12,33	15,16	0,45	
		Итого	275	328,81	8,76	12,70	45,75	0,05	0,46	0,25	3,46	60,24	88,27	26,19	0,97	

День 6 (Суббота)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Завтрак	173	Каша молочная жидкая маная с маслом	210 (200/10)	278,67	7,56	9,31	41,09	0,13	1,64	0,11	0,57	232,03	27,63	92,16	0,69	
	209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1	
	377	Чай с лимоном	200 (15/7)	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
	338	Апельсины св. порциями	100	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1	
		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	0,05	0	0	0,05	10	32,5	7	0,55	
		Итого	545	559,67	17,40	14,64	88,97	0,27	42,44	0,22	1,07	301,83	155,47	115,80	2,38	
Обед	98	Огуры свежие порциями	100	20	0,8	0,2	5,2	21	0,25	0,05	0,33	125	22,5	17,5	0,08	
	280	Суп крестьянский с крупой с сметаной	255 (250/5)	109,75	2,53	5,27	6,21	0,04	10,07	0,00	2,30	39,14	34,25	14,46	0,59	
	303	Фрикадельки из говядины с соусом	150 (100/50)	322,88	16,74	19,04	23,04	0,1	3,2	0,02	4,82	61,72	192,46	27,24	2,56	
	348	Каша пшеничная вязкая	200	213,71	5,65	6,08	33,51	0,11	0	0,03	0,10	21,12	129,45	29,30	2,16	
		Компот из изюма	200	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	
		Итого	945	850,77	29,00	31,11	110,22	21,35	13,52	0,10	8,21	277,65	475,45	118,83	7,06	
Подлинк	408	Пирожки печеные с картофелем	75	172,00	5,06	3,12	31,04	0,09	0,51	1,00	1,53	16,90	56,00	20,40	1,00	
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Итого	275	298,05	5,63	3,12	63,25	0,09	0,51	1,00	1,53	16,90*	56,00	20,40	1,00	

День 7 (Понедельник)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества											
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
Завтрак																				
15	Сыр поршиями	25	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25						
173	Каша молочная жидкая манья с маслом	210 (200/10)	278,67	7,56	9,31	41,09	0,13	1,64	0,11	0,57	232,03	27,63	92,16	0,69						
379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1						
	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22						
338	Яблоки св. поршиями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1						
	Итого	500	607,57	18,35	18,35	85,30	0,23	7,11	0,20	1,12	586,03	263,63	119,71	2,26						
Обед																				
43	Салат из белочанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,00	0,20	2,32	40,57	29,97	16,42	0,55						
102	Суп картофельный с горохом	250	148,29	5,14	5,34	19,50	0,23	13,73	0,28	2,45	34,73	87,88	36,43	2,05						
269	Быточки рубленые с соусом	150 (100/50)	345,88	16,68	20,92	23,8	2,24	14,9	0,18	3,58	46,32	202,1	47,52	3,38						
302	Каша гречневая рассыпчатая	200	355,28	11,56	8,41	56,85	0,28	0	0,03	0,81	19,87	274,53	182,93	6,15						
348	Компот из кураги	200	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08						
	Итого	800	1135,29	38,86	40,27	154,67	2,87	65,46	0,80	10,86	189,36	695,87	327,01	13,87						
Подливка																				
408	Пирожки печеные с капустой с мясом	75	155,00	4,98	2,53	27,99	0,05	0,66	0,16	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68						
376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0						
	Итого	275	211,85	5,08	2,56	42,98	0,05	0,66	0,16	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68						

День 8 (Вторник)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества											
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
173	Каша молочная жидкая манья с маслом	210 (200/10)	278,67	7,56	9,31	41,09	0,13	1,64	0,11	0,57	232,03	27,63	92,16	0,69						
376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0,01	0,2	35	17	11	0,1						
338	Апельсины св. поршиями	100	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,06	0,04	8	26	5,6	0,44						
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44						
	Итого	495	470,72	11,50	9,96	83,62	0,23	39,64	0,12	0,81	275,03	70,63	108,76	1,23						
Обед																				
20*	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	81,67	0,9	7,17	3,17	0,83	13,17	1	0,33	39	16,67	38,33	0,9						
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	112,55	1,96	6,09	13,39	0,05	12,35	0,28	2,45	44,9	54,11	27,53	1,18						
294	Котлеты из птицы рубленые с соусом	150 (50/50)	220,1	19,58	20,78	21,6	0,06	1,54	0,04	3,06	51,9	45,32	17,64	0,8						
304	Рис отварной	200	259,42	4,88	7,31	47,82	0,03	0,00	0,03	0,37	3,24	82,32	25,56	0,69						
349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08						
	Итого	805	875,39	30,81	41,86	132,38	1,04	27,06	1,35	6,77	153,84	269,62	131,06	4,65						
Подливка																				
406	Пирожки печеные с повидлом	75	194,00	4,11	1,35	41,43	0,07	0,04	0,34	0,89	13,63	39,69	16,62	1,00						
348	Компот из кураги	200	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66						
	Итого	275	318,18	5,19	1,35	72,76	0,09	0,87	0,46	2,03	46,71	69,88	38,33	1,66						

День 9 (Среда)

№ по СР		Наименование блюда		Выход (гр)		Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества					
---------	--	--------------------	--	------------	--	------------------	--	--	--	--	--	---------------------------------	--	--	--	--	--

	173	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом	210 (200/10)	205,33	5,61	6,4	30,65	0,15	0	0,07	0,87	8,4	0,03	127,92	2,15
	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	338	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0,04	8	26	5,6	0,44
		Ближки св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	505	563,33	12,89	18,57	85,78	0,26	5,30	0,14	1,42	153,92	153,23	166,52	4,59
Обед	67	Винегрет овощной	100	124,33	1,33	10,1	6,85	0,05	12,95	0,22	4,53	25,65	41,08	18,53	0,77
	88	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	255 (250/5)	99,7	1,88	6,18	8,11	0,06	22,55	0,26	2,4	41,49	50,01	22,24	0,79
	290	Птица тушенная в смет. соусе	150 (100/50)	227,2	28,84	39,98	5,9	0,02	0,12	0,02	1,94	33,38	19,98	3,22	0,1
	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	355,28	11,56	8,41	56,85	0,28	0	0,03	0,81	19,87	274,53	182,93	6,15
	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08
		Итого	805	938,96	46,63	65,22	106,91	0,48	35,62	0,53	10,25	135,18	456,81	248,92	8,88
Поддник	408	Пирожки печеные с капустой с мясом	75	155,00	4,98	2,53	27,99	0,05	0,66	0,16	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68
	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
		Итого	275	279,18	6,06	2,53	59,32	0,07	1,49	0,28	1,19	41,45	71,93	31,25	1,34

День 12 (Суббота)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества										
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Завтрак																
173	Каша молочная жидкая манная с маслом	210 (200/10)	278,67	7,56	9,31	41,09	0,13	1,64	0,11	0,57	232,03	27,63	92,16	0,69		
209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1			
377	Чай с лимоном	200 (15/7)	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04		
338	Апельсин св. порциями	100	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1		
	Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	0,05	0	0,05	10	32,5	7	0,55			
	Итого	510	559,67	17,40	14,64	88,97	0,27	42,44	0,22	1,07	301,83	155,47	115,80	2,38		
Обед																
43	Салат из белокачанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,00	0,20	2,32	40,57	29,97	16,42	0,55		
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	112,55	1,96	6,09	13,39	0,05	12,35	0,28	2,45	44,9	54,11	27,53	1,18		
268	Шницель рубленый с соусом	150 (50/50)	273,22	16,52	14,3	21,52	0,1	3,04	0,04	3,06	60,12	186,22	30,58	2,7		
312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37,00	1,32		
348	Компот из черносливки	200	92,81	0,34	0	23,65	0	0,45	0	0,27	11,89	12,33	15,16	0,45		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0,56	14,8	71,2	22	7,08			
	Итого	800	860,62	27,38	36,87	108,02	0,44	58,76	0,75	8,95	222,66	464,14	148,68	7,28		
Поддник																
406	Пирожки печеные с повидлом	75	194,00	4,11	1,35	41,43	0,07	0,04	0,34	0,89	13,63	39,69	16,62	1,00		
348	Компот из яблок	200	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6		
	Итого	275	302,83	4,47	1,35	69,49	0,10	0,04	0,34	0,99	29,50	65,28	24,95	1,60		

Итоговые показатели завтрака и обеда по учащимся 7-11 лет
Итоговые показатели завтрака

Итого	555	607,57	18,35	18,35	85,30	0,23	7,11	0,20	1,12	586,03	263,63	119,71	2,26
Итого	550	472,99	11,57	13,99	75,04	0,28	39,30	0,07	1,04	186,83	277,95	86,65	1,81
Итого	560	563,33	12,89	18,57	85,78	0,26	5,30	0,14	1,42	153,92	153,23	166,52	4,59
Итого	550	451,29	9,91	12,05	75,62	0,20	39,30	0,07	0,45	170,36	199,69	53,00	1,31
Итого	575	668,20	22,07	22,88	90,23	0,33	7,11	0,22	0,97	546,73	520,95	146,58	5,54
Итого	545	559,67	17,40	14,64	88,97	0,27	42,44	0,22	1,07	301,83	155,47	115,80	2,38
ВСЕГО за неделю		3323,05	92,19	100,47	500,95	1,57	140,56	65,98	6,07	1945,66	1570,91	688,26	17,89
Средний показатель за неделю		553,84	15,37	16,75	83,49	0,26	23,43	11,00	1,01	324,28	261,82	114,71	2,98
Итого	500	607,57	18,35	18,35	85,30	0,23	7,11	0,20	1,12	586,03	263,63	119,71	2,26
Итого :	495	470,72	11,50	9,96	83,62	0,23	39,64	0,12	0,81	275,03	70,63	108,76	1,23
Итого	505	642,24	14,24	24,82	86,52	0,29	6,60	0,13	1,34	284,23	361,95	91,65	2,83
Итого	495	386,48	8,42	9,20	67,35	0,18	38,98	0,06	0,40	138,52	160,52	43,90	1,12
Итого	505	563,33	12,89	18,57	85,78	0,26	5,30	0,14	1,42	153,92	153,23	166,52	4,59
Итого	510	559,67	17,40	14,64	88,97	0,27	42,44	0,22	1,07	301,83	155,47	115,80	2,38
ВСЕГО за неделю		3230,00	82,80	95,53	497,55	1,46	140,07	0,85	6,16	1739,55	1165,41	646,34	14,41
Средний показатель за неделю		538,33	13,80	15,92	82,93	0,24	23,34	0,14	1,03	289,93	194,24	107,72	2,40

Итоговые показатели по области

Итого	940	948,25	31,64	39,27	122,88	2,60	66,01	0,69	9,28	139,65	473,46	147,92	7,75
Итого	945	967,68	32,75	31,96	137,95	2,14	12,60	0,39	9,88	241,09	579,55	277,28	10,76
Итого	940	739,46	30,41	22,74	103,15	0,54	57,88	0,67	5,57	228,06	503,44	116,59	4,87
Итого	805	985,17	30,26	40,22	124,99	2,51	47,40	0,51	10,55	163,38	387,37	188,19	8,12
Итого	945	893,06	39,67	67,93	98,06	0,44	29,14	0,75	9,91	150,69	321,17	107,90	4,64
Итого	945	850,77	29,00	31,11	110,22	2,135	13,52	0,10	8,21	277,65	475,45	118,83	7,06
ВСЕГО за неделю		5384,40	193,73	233,22	697,26	48,91	226,55	3,11	53,39	1200,52	2740,44	956,71	43,20
Средний показатель за неделю		897,40	32,29	38,87	116,21	8,15	37,76	0,52	8,90	200,09	456,74	159,45	7,20
Итого	800	1135,29	38,86	40,27	154,67	2,87	65,46	0,80	10,86	189,36	695,87	327,01	13,87
Итого	805	875,39	30,81	41,86	132,38	1,04	27,06	1,35	6,77	153,84	269,62	131,06	4,65
Итого	840	801,90	25,25	30,40	105,62	0,43	36,67	0,48	10,64	224,39	449,49	113,83	4,64
Итого	800	820,82	28,68	31,03	108,14	12,95	13,42	0,08	8,08	160,15	466,45	111,83	7,44
Итого	805	938,96	46,63	65,22	106,91	0,48	35,62	0,53	10,25	135,18	456,81	248,92	7,88
Итого	800	860,62	27,38	36,87	108,02	0,44	58,76	0,75	8,95	222,66	464,14	148,68	8,28
ВСЕГО за неделю		5432,98	197,61	245,66	715,74	18,22	236,98	3,98	55,55	1085,58	2802,37	1081,33	46,74
Средний показатель за неделю		905,50	32,93	40,94	119,29	3,04	39,50	0,66	9,26	180,93	467,06	180,22	7,79

Итоговые показатели по подлинку

Итого	275	360,18	9,5	12,7	53,43	0,07	0,84	0,372	4,33	81,43	106,13	32,74	1,18
Итого	275	264,81	5,4	3,12	54,69	0,09	0,96	1	1,8	28,79	68,33	35,56	1,45
Итого	275	211,85	5,08	2,56	42,98	0,05	0,66	0,163	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68
Итого	275	318,18	5,19	1,35	72,76	0,09	0,87	0,46	2,03	46,71	69,88	38,33	1,66
Итого	275	328,81	8,76	12,7	45,75	0,05	0,46	0,252	3,46	60,24	88,27	26,19	0,97
Итого	275	298,05	5,63	3,12	63,25	0,09	0,51	1	1,53	16,9	56	20,4	1
ВСЕГО за неделю		1781,88	39,56	35,55	332,86	0,44	4,30	3,25	13,20	242,44	430,35	162,76	6,94
Средний показатель за неделю		296,98	6,59	5,93	55,48	0,07	0,72	0,54	2,20	40,41	71,73	27,13	1,16
Итого	275	211,85	5,08	2,56	42,98	0,05	0,66	0,163	0,05	8,37	41,74	9,54	0,68
Итого	275	318,18	5,19	1,35	72,76	0,09	0,87	0,46	2,03	46,71	69,88	38,33	1,66
Итого	275	362,05	8,99	12,7	54,31	0,05	0,01	0,252	3,19	48,35	75,94	11,03	0,52

	Итого	275	264,81	5,4	3,12	54,69	0,09	0,96	1	1,8	28,79	68,33	35,56	1,45
	Итого	275	279,18	6,06	2,53	59,32	0,07	1,49	0,283	1,19	41,45	71,93	31,25	1,34
	Итого	275	302,83	4,47	1,35	69,49	0,1	0,04	0,34	0,99	29,5	65,28	24,95	1,6
	ВСЕГО за неделю		1738,90	35,19	23,61	353,55	0,45	4,03	2,50	9,25	203,17	393,10	150,66	7,25
	Средний показатель за неделю		289,82	5,87	3,94	58,93	0,08	0,67	0,42	1,54	33,86	65,52	25,11	1,21