

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность										Витамины и минеральные вещества														
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	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	0,04	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	8	2	1												
	Итого	535	663,23	19,26	21,63	97,4	0,19	5,44	0,14	1,41	216,57	182,75	54,94	3,64													
	Завтрак 2																										

Обед	312	Пюре картофельное	200	220,78	4,15	10,87	26,41	0,19	6,96	0,23	0,29	49,75	110,3	37,12	1,33
	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	800	719,27	18,57	25,36	85,41	0,29	38,06	0,43	5,08	123,8	262,04	77,63	3,54

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

		Итого	500	542,02	17,52	16,09	74,37	0,27	40,44	0,13	0,51	479,18	398,66	77,35	1,74
		Итого	505	675,8	16,84	21,25	104,87	0,31	2,7	0,1	1,29	287,85	406,55	117,95	3,98
		Итого	490	660,16	25,33	26,94	78,8	0,154	7,46	73,85	1,12	304,6	352,3	45,12	2,26
		Итого	500	574,09	14,87	19,7	82,14	0,18	1,4	0,12	0,41	274,56	278,69	51,45	1,7
		Итого	520	634,66	22,05	16,1	95,99	0,36	39,47	0,11	0,99	403,02	490,1	193,55	6,38
		Итого	500	623,85	21,19	19,24	86,1	0,15	2,6	0,18	0,39	273,18	291,37	39,66	1,77
		ВСЕГО за неделю		3710,58	117,8	119,32	522,27	1,424	94,07	74,49	4,71	2022,39	2217,67	525,08	17,83
		Средний показатель за неделю		618,43	19,63	19,89	87,05	0,24	15,68	12,42	0,79	337,07	369,61	87,51	2,97
		Итого	525	589,73	15,88	18,02	88,8	0,17	6,37	0,13	0,77	371,23	350,53	71,98	3,1
		Итого :	500	636,77	27,69	21,14	83,71	0,16	0,45	0,12	0,97	237,2	357,9	47,42	2,25
		Итого	505	463,12	10,36	16,12	69,46	0,2	7,35	0,08	0,7	129,58	198,66	58,4	3,83
		Итого	535	663,23	19,26	21,63	97,4	0,19	5,44	0,14	1,41	216,57	182,75	54,94	3,64
		Итого	550	577,21	16,15	14,86	89,06	0,17	40,6	0,09	0,34	284,18	225,07	44,46	0,76
		Итого	470	659,41	17,6	15,29	113,1	0,19	3,25	0,06	3,08	169,77	269	45,57	1,99
		ВСЕГО за неделю		3589,47	106,94	107,06	541,53	1,08	63,46	0,62	7,27	1408,53	1583,91	322,77	15,57
		Средний показатель за неделю		598,25	17,82	17,84	90,26	0,18	10,58	0,10	1,21	234,76	263,99	53,80	2,60

Итоговые показатели обеда

		Итого	800	727,76	24,28	23,87	83,12	0,4	34,8	0,5	6,25	95,48	188,54	61,6	4,03
		Итого	770	794,25	22,2	25,97	97,72	0,31	17,65	0,39	8,15	84,47	352,44	184	7,15
		Итого	790	581,14	17,33	18,76	87,84	0,42	30,52	0,52	6,21	153,49	362,69	103	4,46
		Итого	795	710,01	27	28,62	86,69	0,23	27,46	0,27	5,24	99,11	342,87	84,41	6,69
		Итого	805	676,83	24,2	36,63	91,76	0,4	16,64	0,51	3,92	119,31	286,68	104,12	4,03
		Итого	765	647,04	19,44	23,18	91,03	0,29	37,6	0,34	6,34	109,92	354,94	91,37	5,37
		ВСЕГО за неделю		4137,03	134,45	157,03	538,16	2,05	164,67	2,53	36,11	661,78	1888,16	628,5	31,73
		Средний показатель за неделю		689,51	22,41	26,17	89,69	0,34	27,45	0,42	6,02	110,30	314,69	104,75	5,29
		Итого	800	816,32	24,67	20,77	107,37	0,44	14,67	0,54	6	119,68	232,41	95,09	4,76
		Итого	745	743,77	23,54	25,8	85,52	0,19	28,86	0,54	10,9	108,91	259,71	94,59	3,69
		Итого	790	581,14	17,33	18,76	87,84	0,42	30,52	0,52	6,21	153,49	362,69	103	4,46
		Итого	800	738,64	20,11	22,99	94,05	0,17	37,6	0,34	5,78	95,12	283,74	69,37	4,29
		Итого	800	793,45	31,74	34,69	121,49	0,46	24,64	0,3	5,3	97,76	229,17	236,62	9,13
		Итого	800	719,27	18,57	25,36	85,41	0,29	38,06	0,43	5,08	123,8	262,04	77,63	3,54
		ВСЕГО за неделю		4392,59	135,96	148,37	581,68	1,97	174,35	2,67	39,27	698,76	1629,76	676,3	29,87
		Средний показатель за неделю		732,10	22,66	24,73	96,95	0,33	29,06	0,45	6,55	116,46	271,63	112,72	4,98