Согласованно
Председатель профкома
МБОУ «Фёдоровская ООШ»
_____Т.А.Кичерова

Утверждаю
Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»
_____О.П.Горкунова

Примерное 12-дневное меню для питания школьников МБОУ «Фёдоровская ООШ»

1 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
	сыр твердых сортов	20	14,30	4,6	5,9	0	71,1	0	0,1	52	0,2	176	7	100	0,2	20	14,30	4,6	5,9	0	71,7	0	0,1	52	0,2	176	7	100	0,2
№12	каша вязкая молочная пшенная	180	25,42	7,5	9,1	33,9	247,4	0,16	0,49	37,47	0,12	128,81	44,067	167,45	1,184	200	25,42	8,3	10,1	37,60	274,9	0,18	0,54	41,63	0,13	143,12	48,964	186,05	1,315
№32	чай с сахаром	200	2,95	0,2	0	6,4	26,8	0	0,04	0,3	0	14,2	2,4	4,4	0,36	200	2,89	0,2	0	6,4	26,8	0	0,04	0,3	0	66,08	3,828	7,178	0,732
ГОСТ 26987-86	хлеб пшеничный	30	2,70	2,3	0,2	14,8	70,3	0,03	0	0	0	6	4,2	19,5	0,33	40	2,80	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44
	банан	100	16,04	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6	100	16,04	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6
		530	**61,41**	**16,1**	**15,7**	**76,1**	**510,7**	**0,25**	**10,67**	**109,77**	**0,31**	**384,89**	**101,1**	**322,12**	**3,046**	**560**	**61,45**	**17,6**	**16,8**	**84,7**	**561,7**	**0,27**	**10,72**	**113,93**	**0,32**	**401,2**	**107,39**	**347,23**	**3,287**
	ОВЗ																												
	банан	100	8,00	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0																		
	сок абрикосовый	100	**1,89**	**0,5**	**0**	**12,7**	**52,8**	0	4	217	0																		
	итого	200	71,30	2	0,5	33,7	147,3	0,1	14	237	0																		
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

2 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№15	каша гречневая рассыпчатая	150	19,00	8,2	6,3	35,9	233,7	0,21	0	19,19	0,09	46,615	120,16	180,99	4,046	200	19,02	11	8,5	47,9	311,6	0,29	0	25,58	0,12	62,154	160,21	241,32	5,395
№50	котлета из говядины	65	21,02	11,9	11,3	10,7	191,9	0,05	0,08	14,38	0,06	25,935	17,009	119,25	1,664	70	21,10	12,8	12,2	11,50	206,7	0,05	0,08	15,49	0,06	27,93	18,318	128,42	1,792
№32	компот из свежих яблок	150	5,83	0,1	0,1	7,4	31,2	0,01	1,2	0,9	0	43,59	2,349	2,871	0,588	200	5,83	0,2	0,1	9,9	41,6	0,01	1,6	1,2	0	58,12	3,132	3,828	0,784
ГОСТ 26987-86	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44
	яблоко	100	13,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2	100	12,94	0,4	0,4	9,8.	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2
		505	**61,41**	**23,6**	**18,4**	**83,5**	**470**	**0,35**	**11,26**	**39,47**	**0,15**	**140,14**	**154,11**	**340,11**	**8,938**	**610**	**61,45**	**27,4**	**21,5**	**98,8**	**698,1**	**0,42**	**11,68**	**606,23**	**906,37**	**172,2**	**196,26**	**410,57**	**10,611**
	ОВЗ																												
	молоко 2/5 %	100	1,89	2,9	2,5	4,8	53,3	0	1,3	22	0	8	0,2	4,5	1,1														
	банан	100	**8,00**	**1,5**	**0,5**	**21**	**94,5**	0	10	20	0																		
			71,30																										
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

3 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№4	плов с курицей	200	35,38	27,2	8,1	33,2	314,6	0,09	2,36	147	0	75,416	108,33	233,51	2,012	210	35,42	28,6	8,5	34,9	330,4	0,1	2,48	154,35	0	79,187	113,74	245,19	2,112
№20	какао с молоком	200	13,27	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	0,68	17,25	0	167,68	34,322	130,28	1,088	200	13,27	4,7	3,5	12,50	100,4	0,04	0,68	17,25	0	167,68	34,322	130,28	1,088
№27	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4
№30	апельсин	100	10,20	0,9	0,2	8,1	37,8	0	60	8	0	34	13	23	0,3	100	10,20	0,9	0,2	8,1	37,8	0	60	8	0	34	13	23	0,3
	итого	**540**	**61,41**	**35,8**	**12,1**	**73,5**	**546,6**	**0,22**	**63,04**	**172,25**	**0**	**285,09**	**161,25**	**412,79**	**3,84**	**550**	**61,45**	**37,2**	**12,5**	**75,2**	**562,4**	**0,22**	**63,16**	**179,6**	**0**	**288,86**	**166,67**	**424,47**	**3,941**
	ОВЗ																												
	сок абрикосовый	100	1,89	0,5	0	12,7	70	53	0	4	217	0																	
	ьанан	100	**8,00**	**1,5**	**0,5**	**21**	**540**	95	0	10	20	0																	
			71,30																										
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

4 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№8	горошница	150	**19,25**	14,5	1,3	33,8	204,8	0,44	0	0,9	0	124,95	69,913	215	4,45	180	19,34	17,3	1,6	40,5	245,8	0,52	0	1,08	0	149,94	83,896	258	5,34
№14	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	**20,05**	13,9	7,4	6,3	147,3	0,09	2,73	316,07	0,17	52,644	56,022	209,022	1,05	90	20,00	12,5	6,7	5,70	132,5	0,08	2,46	284,46	0,16	47,38	50,42	188,12	0,945
№11	соус красный основной	30	**3,85**	1	0.7	2,7	21,2	0,01	0,81	38,5	0,01	2,77	3,67	7,16	0,15	30	3,85	1	0,7	2,7	21,2	0,01	0,81	38,5	0,01	2,77	3,67	7,16	0,15
№19	компот из смеси сухофруктов	200	**4,70**	0,5	0	19,8	81	0	0,02	15	0	108,08	2,11	4,307	0,084	200	4,70	0,5	0	19,8	81	0	0,02	15	0	108,08	2,11	4,307	0,084
№28	яблоко	100	**11,00**	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2	100	11,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2
№27	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93.8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	**0**	**0**	**0**	**0**	**8**	**5,6**	**26**	**0,4**
	итого	**620**	**61,41**	**33.3**	**10,1**	**92,1**	**592,5**	**0,61**	**13,56**	**375,42**	**0,19**	**312,44**	**146,32**	**472,49**	**8,376**	**640**	**61,45**	**9,7**	**98,2**	**618,7**	**0,69**	**13,28**	**343,99**	**343,99**	**0,17**	**332,17**	**154,7**	**494,58**	**9,161**
ОВЗ	сок абрикосовый	100	1,89	0,5	0	12,7	52,8	0	4	217	0																		
	банан	100	8,00	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0																		
			71,30																										
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

5 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№25	сыр твердых сортов в нарезке	20	12,40	4,6	5,9	0	71,7	0,01	0,14	52	0,19	0,14	162	100	0,2	20	12,40	4,6	5,9	0	71,7	0,01	0,14	52	0,19	176	7	100	0,2
№2	каша жидкая молочная манная	200	21,32	5,3	5,7	25,3	174,2	0,06	0,55	27,49	0,07	142,52	16,941	103,18	0,347	200	21,32	5,3	5,7	25,30	174,2	0,06	0,55	27,49	0,07	142,52	16,941	103,18	0,347
№24	омлет натуральный	90	10,68	7,6	10,8	1,9	135,3	0,04	0,18	109,67	1,31	65,701	10,05	121,6	1,254	100	10,72	8,5	12	2,2	150,3	0,04	0,2	121,86	1,45	73,001	11,167	135,11	1,393
№18	чай с сазаром	200	3,45	0,2	0	6,4	26,8	0	0,04	0,3	0	66,08	3,828	7,178	0,732	200	3,45	0,2	0	6,4	26,8	0	0,04	0,3	0	66,08	3,828	7,178	0,732
№28	яблоко	100	11,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2	100	11,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2
№27	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	05.июн	26	0,44
		650	**61,41**	**21,1**	**23,1**	**63,1**	**546,2**	**0,18**	**10,91**	**194,47**	**1,57**	**474,3**	**52,419**	**368,96**	**5,172**	**660**	**61,45**	**22**	**24,3**	**63,4**	**561,2**	**0,18**	**10,93**	**206,65**	**1,71**	**481,6**	**53,535**	**382,47**	**5,311**
ОВЗ	банан	100	**8,00**	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	120	42	28	0,6														
	молоко 2,5%	100	1,89	2,9	2,5	4,8	53,3	0	1,3	22	0	120	14	90	0,1														
			71,30																										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ																													

6 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
№10	рагу из овощей	150	21,08	2,9	7,5	13,6	133,3	0,08	12,16	309,4	0,01	63,29	28,74	70,24	1,016	180	23,12	3,4	9	16,4	160	0,09	14,59	371,2	0,02	75,95	34,49	84,29	1,219
№21	кисель	200	4,75	0,1	0	14	56,8	0	1,2	0	0	63,27	2,61	5,933	0,131	200	4,75	0,1	0	14,00	56,8	0	1,2	0	0	63,27	2,61	5,933	0,131
№27	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	16	5,6	26	0,4
№30	апельсин	100	12,00	0,9	0,2	8,1	37,8	0	60	8	0	34	13	23	0,3	100	12,00	0,9	0,2	8,1	37,8	0	60	8	0	34	13	23	0,3
№16	котлета из говядины	75	21,02	13,7	13	12,3	221,4	0,06	0,09	16,59	0,07	29,925	19,626	137,6	1,92	65	19,02	11,9	11,3	10,7	191,9	0,05	0,08	14,38	0,06	25,935	17,009	119,25	1,664
		565	**61,41**	**20,6**	**21**	**67,7**	**543,1**	**0,22**	**73,45**	**333,94**	**0,08**	**198,49**	**69,579**	**262,77**	**3,806**	**585**	**61,45**	**19,3**	**20,8**	**68,9**	**540,3**	**0,23**	**75,87**	**393,6**	**0,08**	**207,16**	**72,711**	**258,47**	**3,753**
ОВЗ	какао с молоком	100	8,00	2,3	1,8	6,2	50,2	0,02	0,34	8,63	0	83,84	17,16	65,14	0,544														
	банан	100	1,89	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	1														
		0	**71.30**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

7 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№7	макароны отварные	100	19,20	3,5	3,3	21,9	131,2	0,04	0	12,24	0,06	70,55	4,797	27,14	0,49	100	19,20	3,5	3,3	21,9	131,2	0,04	0	12,24	0,06	70,55	4,797	27,14	0,49
№15	гуляш из говядины	80	23,63	13,6	13,2	3,1	185,7	0,04	1,13	20,37	0,06	44,59	18,604	133,3	1,969	90	23,70	15,3	14,9	3,50	208,9	0,05	1,27	22,92	0,06	50,164	20,93	149,96	2,215
№22	чай с лимоном и сахаром	200	3,56	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	0	67	4,559	8,517	0,768	200	3,56	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	0	67	4,559	8,517	0,768
№29	банан	100	13,10	1,5.	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6	100	13,00	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6
№27	хлеб пшеничный	30	1,92	0,2	14,8	14,8	70,3	0	0	0	0	6	4,2	20	0,3	40	1,99	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4
		510	**61,41**	**21,1**	**17,3**	**67,4**	**509,6**	**0,16**	**12,29**	**52,99**	**0,11**	**196,15**	**74,159**	**216,45**	**4,156**	**530**	**61,45**	**23,5**	**19,1**	**72,7**	**556,3**	**0,17**	**12,43**	**55,54**	**0,12**	**203,72**	**77,885**	**239,61**	**4,513**
ОВЗ	сок натуральный	100	1,89	0,5	0	12,7	52,8	0	4	217	0	20	10	18	0,2														
	банан	100	8,00	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6														
			71,30																										
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

8 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№16	капуста тушеная с мясом	180	40,10	19,8	19,8	12	305,5	0,08	26	92,82	0,12	75,906	43,586	209,68	3,287	200	42,14	22	22	13,3	339,4	0,09	28,89	103,14	0,13	84,34	48,429	232,93	3,652
№21	кисель из клюквы	200	4,75	0,1	0	14	56,8	0	1,2	0	0	63,27	2,61	5,933	0,131	200	4,75	0,1	0	14,00	56,8	0	1,2.	0	0	63,27	2,61	5,933	0,131
№30	апельсин	120	14,00	1,1	0,2	9,7	45,4	0,1	72	9,6	0	41	16	28	0,4	100	12,00	0,9	0,2	8,1	37,8	0	60	8	0	34	13	23	0,3
№27	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4
		540	**61,41**	**24**	**20,3**	**55,4**	**501,5**	**0,18**	**99,2**	**102,42**	**0,12**	**187,98**	**67,396**	**269,21**	**4,217**	**540**	**61,45**	**26**	**22,5**	**55,1**	**527,8**	**0,18**	**90,09**	**111,14**	**0,13**	**189,61**	**69,639**	**287,91**	**4,523**
	овз																												
	банан	100	8,00	2,3	1,8	6,2	50,2	0,02	0,34	8,63	0	83,84	17,16	65,14	0,544														
	какао с молоком	100	1,89	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6														
		200	**71,30**	3,8	2,3	27,2	144,7																						
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

9 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№5	каша гречневая рассыпчатая	150	19,00	8,2	6,3	35,9	233,7	0,21	0	19,19	0,09	46,615	120,16	180,99	4,046	180	20,06	9,9	7,6	43,1	280,4	0,26	0	23,03	0,11	55,938	144,19	217,19	4,856
№16	котлета из говядины	70	21,02	12,8	12,2	11,5	206,7	0,05	0,08	15,49	0,06	27,93	18,318	128,42	1,792	65	20,00	11,9	11,3	10,70	191,9	0,05	0,08	14,38	0,06	25,935	17,009	119,25	1,664
№11	соус красный основной	30	4,38.	1	0,7	2,7	21,2	0,01	0,81	38,5	0,01	2,77	3,67	7,16	0,15	30	4,38	1	0,7	2,7	21,2	0,01	0,81	38,5	0	2,77	3,67	7,16	0,15
№18	чай с сахаром	200	3,45	0,1	0	5,2	21,4	0	0,02	0,17	0	64,18	2,182	4,091	0,421	200	3,45	0,1	0	5,2	21,4	0	0,02	0,17	0	64,18	2,182	4,091	0,421
	яблоко	100	11,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2	100	11,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0	10	5	0	16	9	11	2,2
№27	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0	0	0	8	5,6	26	0,4
		590	**61,41**	**25,5**	**19,9**	**84,8**	**621,2**	**0,35**	**10,91**	**78,29**	**0,16**	**165,5**	**158,93**	**357,66**	**9,052**	**615**	**61,45**	**26,3**	**20,3**	**91,2**	**653,1**	**0,39**	**10,91**	**81,03**	**0,18**	**172,83**	**181,65**	**384,69**	**9,733**
	ОВЗ																												
	банан	100	8,00	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	6,2	8	42	28														
	сок апельсиновый	100	**1,89**	**0,7**	**0,1**	**13,2**	**56,5**	0	40	8	0	18	11	13	0,3														
		200	71,30	2,2	0,6	34,2	151																						
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

10 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№9	рис отварной	150	17,42	3,6	4,8	36,4	203,5	0,03	0	18,36	0,09	106,65	23,586	72,571	0,494	160	17,46	3,8	5,1	38,9	217,1	0,03	0	19,58	0	113,76	25,158	77,409	0,527
№19	компот из смеси сухофруктов	200	4,70	0,5	0	19,8	81	0	0,02	15	0	108,08	2,11	4,307	0,084	200	4,70	0,5	0	19,80	81	0	0,02	15	0	108,0,77	2,11	4,307	0,084
	банан	100	13,10	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6	100	13,10	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6
№15	гуляш из говядины	80	23,63	13,6	13,2	3,1	185,7	0,04	1,13	20,37	0,06	44,59	18,604	133,3	1,969	85	23,63	14,4	14	3,3	197,3	0,04	1,2	21,64	0,06	47,377	19,767	141,63	2,092
ГОСТ 26987-86	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44
		570	**61,41**	**22,2**	**18,8**	**100**	**658,5**	**0,16**	**11,15**	**73,73**	**0,14**	**275,32**	**91,9**	**264,17**	**3,586**	**585**	**61,45**	**23,2**	**19,9**	**102,7**	**683,7**	**0,16**	**11,22**	**76,23**	**0**	**285,21**	**94,635**	**277,34**	**3,742**
ОВЗ	банан	100	**8,00**	1,5	0,5	21	94,5	0	10	20	0	8	42	28	0,6														
	сок	100	1,89	0,5	0	12,7	52,8	0	4	217	0	20	10	18	0,2														
			71,30																										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ																													

11 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	D							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe
№3	макароны отварные	100	12,71	3,5	3,3	21,9	131,2	0,04	0	12,24	0,06	70,55	4,797	27,14	0,49	120	12,75	4,3	3,9	26,2	157,4	0,05	0	14,69	0,07	84,66	5,756	32,56	0?587
№ 2	гуляш из отварной птицы	100	20,00	13,6	1,9	1,5	77,5	0,03	0,76	29,64	0	87,5	46,87	93,76	0,818	100	20,00	13,6	1,9	1,50	77,5	0,03	0,76	29,64	0	87,5	46,87	93,76	0?818
ТРТС021/2023	чай с лимоном и сахаром	200	2,95	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	0	67,003	4,559	8,517	0,768	200	2,95	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	0	67,003	4,559	8,517	0?768
ГОСТ 26987-86	банан	200	23,19	3	1	42	189	0,08	20	40	0	16	84	56	1,2	200	23,19	3	1	42	189	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0?44
ГОСТ 322-2023	хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,08	20	40	0	16	84	56	1?2
		640	**61,41**	**23,3**	**6,6**	**91,7**	**519,4**	**0,2**	**21,92**	**82,26**	**0**	**249,06**	**145,83**	**211,42**	**3,716**	**660**	**61,45**	**24,1**	**7,2**	**96**	**545,6**	**0,21**	**21,92**	**84,71**	**0,07**	**263,17**	**146,79**	**216,84**	**3?814**
	Обед																												
	банан	100	8,00	1,5	0,5	21	94,5																						
	молоко	**100**	**1,89**	**2,9**	**2,5**	**4,8**	**53,3**																						
		200	71,30	4,4	3	25,8	147,8																						
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								

12 день

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества				Выход 11-17л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
	Завтрак							B1	C	A	D	Ca	Mg	P	Fe							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
№25	каша жидкая молочная рисовая	180	**23,48**	4,7	4,9	25,8	166,1	0,05	0,55	23,74	0,05	133,9	25,166	120,86	0,37	200	23,52	4,7	4,9	26	120	0,23	0,32	0,06	1,45	87,7	32,5	214	2,43
№20	омлет натуральный	90	**10,68**	7,6	10,8	1,9	135,3	0,04	0,18	109,67	1,31	65,701	10,5	121,6	1,254	90	10,68	7,6	10,8	1,90	135,3	0,02	4	0,02	0,2	14,2	8	14	2,8
№16	какао с молоком	200	**5,68**	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	0,68	17,25	0	167,68	34,322	130,28	1,088	200	5,68	4,7	3,5	12,5	100,4	0,24			1,2	27,6	101	39,6	2,28
ГОСТ 26987-86	апельсин	125	**19,01**	1,1	0,3	10,1	47,3	0,05	75	10	0	42,5	16,25	28,75	0,375	125	19,01	1,1	0,3	10,1	47,3	0,08	0	0	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
ГОСТ 26987-86	хлеб пшеничный	40	**2,56**	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0	8	5,6	26	0,44	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0	0,27	0	1,6	97,87	68,8	234,7	1,6
		635	**61,41**	**21,1**	**19,8**	**70**	**542,9**	**0,22**	**76,41**	**160,66**	**1,36**	**417,78**	**91,387**	**427,49**	**3,526**	**655**	**61,45**	**17,64**	**17,28**	**85,45**	**586,4**								
ОВЗ	яблоко	200	**9,89**	5,8	0	21,36	105	0				6,2			0,3														
	итого		**71,30**	**18,8**	**12,6**	**104,7**	**655,5**																						
		0	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**									**0**	**0,00**	**0**	**0**	**0**	**0**								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				0	0	0	0											0	0	0	0								