СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ "Зятновская средняя школа"

«01» марта 2021г.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
ООО "Мордовская
кейтеринговая компания"

Фалеева Е.А.

«01» марта 2021г.

Примерное повозрастное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания учащихся общеобразовательных учреждений Республики Мордовия

Возрастная группа с 7 до 11 лет

День/неделя: Понедельник - 1 Младшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
7,46	Икра овощная	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420
243	Сосиска отварная	100	11,660	25,334	0,424	276,660	0,201			0,424	37,100	168,540	21,200	1,908
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	40,942	222,476	0,099		18,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,998
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***550***	***22,377***	***34,804***	***78,439***	***724,241***	***0,379***	***6,300***	***18,000***	***3,988***	***97,190***	***288,040***	***58,120***	***5,015***
	Обед													
70	Помидоры соленые	60	1,320	0,120	4,200	24,000								
88	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,784	4,666	9,928	89,660	0,072	23,912	111,000	1,919	34,600	48,570	20,910	0,800
291	Плов из мяса птицы	200	23,127	21,831	36,365	432,847	0,110	5,580	242,800	0,451	26,480	192,220	28,510	1,906
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0.035						35,000						
	Итого за Обед	***700***	***30,965***	***27,291***	***95,666***	***750,657***	***0,290***	***64,492***	***353,800***	***3,258***	***77,880***	***325,090***	***76,420***	***4,704***
	Полдник													
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
406	Пирожок с яблоком	100	6,850	5,450	47,599	266,848	0,167	3,300	11,700	2,822	25,094	89,246	28,672	1,648
	Итого за Полдник	***300***	***7,050***	***5,501***	***60,642***	***320,253***	***0,168***	***3,400***	***11,700***	***2,822***	***30,044***	***97,486***	***33,072***	***2,507***
	Всего за Понедельник - 1 Младшие	**1550**	**60,392**	**67,596**	**234,747**	**1795,151**	**0,837**	**74,192**	**383,500**	**10,068**	**205,114**	**710,616**	**167,612**	**12,226**

День/неделя: Вторник - 1 Младшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
15	Сыр порционный	15	4,160	4,176		54,224	0,006	0,128	41,600	0,080	160,000	102,400	7,200	0,160
174	Каша рисовая молочная	200	5,637	6,263	33,276	212,826	0,168	1,235	37,000	0,344	133,840	212,090	57,600	0,531
384	Какао с молоком	200	2,952	2,700	19,656	114,732	0,036	0,468	10,800	0,072				
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***455***	***15,549***	***13,539***	***71,332***	***469,782***	***0,254***	***1,831***	***89,400***	***1,176***	***301,440***	***340,490***	***70,000***	***1,171***
	Обед													
67	Винегрет овощной	60	1,099	4,124	5,547	64,140	0,044	6,950	103,200	1,870	14,910	31,810	14,520	0,556
103	Суп картофельный с вермишелью	200	1,530	2,208	10,247	67,250	0,047	5,300	103,800	1,079	16,580	30,820	11,290	0,507
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	16,073	21,239	13,026	306,237	0,137	5,080	65,300	2,665	30,210	180,540	29,610	1,951
128	Картофельное пюре	150	3,247	3,831	23,429	141,566	0,173	27,995	48,800	0,179	40,220	96,820	34,510	1,336
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262	0,001	0,090			4,455	7,416	3,960	0,774
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Итого за Обед	***740***	***26,629***	***32,108***	***91,107***	***758,055***	***0,509***	***45,415***	***321,100***	***6,681***	***123,175***	***431,706***	***120,890***	***7,074***
	Полдник													
	Сок в ассортименте	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200	14,000	14,000	8,000	0,600
406	Пирожок с капустой и луком	100	7,641	4,439	43,033	243,081	0,163	26,050	14,300	2,379	50,006	100,182	34,916	1,271
	Итого за Полдник	***300***	***8,741***	***4,639***	***67,433***	***345,081***	***0,183***	***30,050***	***14,300***	***2,579***	***64,006***	***114,182***	***42,916***	***1,871***
	Всего за Вторник - 1 Младшие	**1495**	**50,919**	**50,286**	**229,872**	**1572,918**	**0,946**	**77,296**	**424,800**	**10,436**	**488,621**	**886,378**	**233,806**	**10,116**

День/неделя: Среда - 1 Младшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
279	Тефтели мясные с томатным соусом	90/30	15,537	22,928	14,102	324,210	0,126	5,460	70,100	4,959	33,440	190,770	35,210	2,059
173	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,121	21,179	140,396	0,160		18,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,520
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***520***	***23,551***	***34,710***	***66,934***	***672,501***	***0,351***	***5,560***	***133,100***	***6,179***	***62,030***	***349,020***	***127,030***	***6,268***
	Обед													
42	Салат картофельный с зелёным горошком	60	1,265	4,172	6,499	69,040	0,058	8,800	6,000	1,846	11,380	33,420	13,130	0,515
96	Рассольник московский	200	2,036	4,022	13,475	98,970	0,064	8,270	111,400	1,544	23,240	67,200	18,910	0,719
243	Сосиска отварная	100	11,660	25,334	0,424	276,660	0,201			0,424	37,100	168,540	21,200	1,908
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	40,942	222,476	0,099		18,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,998
342	Компот ассорти из с/м ягод (яблоки, черная смородина)	180	0,134	0,062	14,089	56,470	0,006	19,100		0,087	5,000	4,180	3,780	0,395
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***750***	***26,007***	***37,904***	***102,249***	***853,216***	***0,536***	***71,170***	***135,400***	***5,699***	***112,860***	***410,800***	***93,740***	***6,485***
	Полдник													
	Фрукт, 1 шт	1 шт	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Итого за Полдник	***350***	***0,800***	***0,651***	***27,743***	***123,905***	***0,046***	***15,100***		***0,300***	***28,950***	***24,740***	***17,900***	***4,159***
	Всего за Среда - 1 Младшие	**1620**	**50,358**	**73,265**	**196,926**	**1649,622**	**0,933**	**91,830**	**268,500**	**12,178**	**203,840**	**784,560**	**238,670**	**16,912**

День/неделя: Четверг - 1 Младшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
210	Омлет натуральный с колбасой	200	20,702	28,421	4,315	355,887	0,217	0,936	287,900	1,718	166,400	343,910	32,440	3,492
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***450***	***23,827***	***36,127***	***36,038***	***565,082***	***0,265***	***3,036***	***332,900***	***2,508***	***183,350***	***382,250***	***42,640***	***4,891***
	Обед													
95	Салат из квашеной капусты	60	1,062	3,091	2,820	45,090	0,022	26,000		1,430	42,650	30,310	14,730	0,702
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	1,704	4,636	10,586	91,550	0,061	19,412	109,000	1,919	36,200	48,270	21,410	0,933
289	Рагу овощное из птицы	200	22,534	24,767	20,632	394,150	0,245	27,200	342,700	2,829	41,020	268,640	57,790	3,041
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***700***	***30,034***	***33,168***	***79,211***	***734,940***	***0,436***	***107,612***	***451,700***	***7,066***	***136,670***	***431,520***	***120,930***	***6,674***
	Полдник													
386	Йогурт	200	10,000	6,600	7,800	131,000		1,200	60,000		248,000	190,000	30,000	0,200
415	Крендель сахарный	100	9,183	5,603	69,125	363,661	0,211		11,700	3,180	25,304	109,216	35,752	1,202
	Итого за Полдник	***300***	***19,183***	***12,203***	***76,925***	***494,661***	***0,211***	***1,200***	***71,700***	***3,180***	***273,304***	***299,216***	***65,752***	***1,402***
	Всего за Четверг - 1 Младшие	**1450**	**73,044**	**81,498**	**192,174**	**1794,683**	**0,912**	**111,848**	**856,300**	**12,754**	**593,324**	**1112,986**	**229,322**	**12,967**

День/неделя: Пятница - 1 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
15	Сыр порционный	15	4,160	4,176		54,224	0,006	0,128	41,600	0,080	160,000	102,400	7,200	0,160
175	Каша молочная "Дружба"	200	5,897	6,915	32,249	215,565	0,162	1,209	41,100	0,211	126,810	172,860	44,090	0,801
384	Кофейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072				
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***455***	***15,521***	***14,191***	***70,233***	***471,189***	***0,248***	***1,805***	***93,500***	***1,043***	***294,410***	***301,260***	***56,490***	***1,441***
	Обед													
33	Салат из свеклы отварной с чесноком	60	1,225	4,079	7,022	69,600	0,015	7,300		1,833	27,010	31,470	16,060	1,022
102	Суп картофельный с горохом	200	5,050	5,441	15,384	131,010	0,195	7,900	106,400	2,418	37,060	90,680	32,260	1,720
268	Котлеты рубленые из мяса	90	15,373	23,104	12,016	316,390	0,288	1,520	28,700	1,605	19,930	163,560	26,690	1,939
173	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,121	21,179	140,396	0,160		18,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,520
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***740***	***31,040***	***37,459***	***94,973***	***844,236***	***0,765***	***51,720***	***153,100***	***7,080***	***112,840***	***482,220***	***176,230***	***9,187***
	Полдник													
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	7,332	5,432	44,026	254,182	0,190	5,700	16,300	2,801	25,524	105,336	32,532	1,202
	Итого за Полдник	***300***	***7,577***	***5,488***	***57,219***	***309,287***	***0,193***	***7,800***	***16,300***	***2,811***	***32,474***	***114,676***	***37,532***	***2,091***
	Всего за Пятница - 1 Младшие	**1495**	**54,138**	**57,138**	**222,425**	**1624,712**	**1,206**	**61,325**	**262,900**	**10,934**	**439,724**	**898,156**	**270,252**	**12,719**
День/неделя: Суббота - 1 Младшие														
№ рец.	**Наименование дней недели, блюд**	**Масса порции**	**Пищевые вещества (г)**			**ЭЦ (ккал)**	**Витамины (мг)**				**Минеральные вещества (мг)**			
			Б	**Ж**	**У**		**B1**	**C**	**A (мкг)**	**E**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак													
	Огурцы солёные порционные	60	0,696	0,087	1,479	11,310	0,017	4,350		0,087	20,010	20,880	12,180	0,522
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	16,073	21,239	13,026	306,237	0,137	5,080	65,300	2,665	30,210	180,540	29,610	1,951
128	Картофельное пюре	120	2,592	2,919	18,708	111,777	0,138	22,356	38,100	0,141	33,580	77,580	27,650	1,078
139	Капуста тушёная	30	0,867	1,053	3,824	28,740	0,017	17,700	10,000	0,512	22,940	15,510	7,760	0,310
378	Чай с молоком	200	1,650	1,301	17,439	88,385	0,021	0,750	10,000		64,950	53,240	11,400	0,909
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***540***	***24,918***	***26,959***	***72,956***	***634,849***	***0,393***	***50,236***	***123,400***	***4,189***	***180,890***	***382,550***	***101,800***	***5,570***
	Обед													
7,46	Икра овощная	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420
103	Суп картофельный с вермишелью	200	1,530	2,208	10,247	67,250	0,047	5,300	103,800	1,079	16,580	30,820	11,290	0,507
274	Зразы рубленые из мяса	90	13,454	24,026	11,608	315,903	0,234	3,500	56,100	3,758	34,692	162,487	25,295	2,032
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	40,942	222,476	0,099		18,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,998
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***740***	***27,114***	***36,002***	***107,569***	***874,069***	***0,500***	***48,000***	***177,900***	***8,495***	***112,012***	***352,967***	***82,305***	***5,943***
	Полдник													
357	Кисель витаминизированный	200			24,180	97,900		0,440		0,020	2,200	1,800	0,600	0,050
406	Пирожок с яблоком	100	6,850	5,450	47,599	266,848	0,167	3,300	11,700	2,822	25,094	89,246	28,672	1,648
	Итого за Полдник	***300***	***6,850***	***5,450***	***71,779***	***364,748***	***0,167***	***3,740***	***11,700***	***2,842***	***27,294***	***91,046***	***29,272***	***1,698***
	Всего за Суббота - 1 Младшие	**1580**	**58,882**	**68,411**	**252,304**	**1873,666**	**1,061**	**101,976**	**313,000**	**15,526**	**320,196**	**826,562**	**213,376**	**13,211**

День/неделя: Понедельник - 2 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
	Кондитерское изделие	25	0,025		19,850	80,250								
204	Рожки отварные с сыром	180	13,690	10,995	45,890	338,745	0,121	0,200	87,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,363
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***455***	***17,080***	***18,661***	***97,543***	***628,590***	***0,189***	***2,300***	***132,500***	***2,044***	***289,460***	***266,690***	***40,290***	***3,082***
	Обед													
7,46	Икра овощная	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	1,704	4,636	10,586	91,550	0,061	19,412	109,000	1,919	36,200	48,270	21,410	0,933
260	Гуляш из птицы	90	13,306	12,603	3,966	181,720	0,097	5,930	33,600	2,580	20,730	161,290	22,100	1,394
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	33,071	187,026	0,000		18,000	0,040	4,640	1,950	0,220	0,041
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0.035						35,000						
	Итого за Обед	***740***	***24,771***	***27,591***	***98,196***	***746,046***	***0,278***	***64,542***	***160,600***	***7,287***	***102,970***	***318,010***	***79,730***	***4,786***
	Полдник													
342	Компот ассорти	200	0,220	0,060	13,614	62,270								0,039
406	Пирожок с капустой и луком	100	7,641	4,439	43,033	243,081	0,163	26,050	14,300	2,379	50,006	100,182	34,916	1,271
	Итого за Полдник	***300***	***7,861***	***4,499***	***56,647***	***305,351***	***0,163***	***26,050***	***14,300***	***2,379***	***50,006***	***100,182***	***34,916***	***1,310***
	Всего за Понедельник - 2 Младшие	**1495**	**49,712**	**50,750**	**252,386**	**1679,987**	**0,630**	**92,892**	**307,400**	**11,710**	**442,436**	**684,882**	**154,936**	**9,178**

День/неделя: Вторник - 2 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
8	Пицца ленивая	80	8,557	7,898	23,042	197,320	0,112	0,080	26,000	0,984	117,900	131,990	15,410	1,057
173	Каша пшённая молочная	200	8,797	7,083	45,753	282,786	0,255	1,300	38,000	0,193	138,410	210,780	56,550	1,539
384	Кофейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***520***	***23,058***	***18,041***	***106,859***	***681,906***	***0,466***	***1,848***	***74,800***	***2,033***	***265,510***	***377,570***	***85,160***	***3,396***
	Обед													
52	Салат из свеклы отварной	60	1,080	3,069	6,336	57,210	0,014	7,200		1,392	26,640	31,020	15,840	1,008
102	Суп картофельный с горохом	200	5,050	5,441	15,384	131,010	0,195	7,900	106,400	2,418	37,060	90,680	32,260	1,720
243	Сосиска отварная	100	11,660	25,334	0,424	276,660	0,201			0,424	37,100	168,540	21,200	1,908
173	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,121	21,179	140,396	0,160		18,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,520
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962	0,003	2,090		0,010	6,455	8,516	4,560	0,804
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Итого за Обед	***750***	***27,209***	***38,676***	***82,331***	***785,838***	***0,681***	***17,190***	***124,400***	***5,468***	***136,095***	***495,266***	***175,080***	***9,910***
	Полдник													
386	Йогурт	200	10,000	6,600	7,800	131,000		1,200	60,000		248,000	190,000	30,000	0,200
415	Крендель сахарный	100	9,183	5,603	69,125	363,661	0,211		11,700	3,180	25,304	109,216	35,752	1,202
	Итого за Полдник	***300***	***19,183***	***12,203***	***76,925***	***494,661***	***0,211***	***1,200***	***71,700***	***3,180***	***273,304***	***299,216***	***65,752***	***1,402***
	Всего за Вторник - 2 Младшие	**1570**	**69,450**	**68,920**	**266,115**	**1962,405**	**1,359**	**20,238**	**270,900**	**10,681**	**674,909**	**1172,052**	**325,992**	**14,708**

День/неделя: Среда - 2 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/20	21,366	17,607	36,419	393,764	0,083	0,700	99,500	1,238	237,192	289,481	34,339	0,919
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***420***	***24,446***	***25,308***	***67,992***	***601,259***	***0,128***	***0,800***	***144,500***	***2,018***	***252,142***	***326,721***	***43,939***	***2,288***
	Обед													
40	Салат картофельный с морковью	60	2,088	2,876	6,865	61,967	0,066	8,000	221,000	1,056	14,732	48,601	17,919	0,651
88	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,784	4,666	9,928	89,660	0,072	23,912	111,000	1,919	34,600	48,570	20,910	0,800
268	Биточки мясные с томатным соусом	90/30	15,737	28,129	14,070	371,460	0,298	2,620	68,700	3,877	25,570	170,270	30,310	2,066
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	40,942	222,476	0,099		18,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,998
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***770***	***30,719***	***40,039***	***111,177***	***932,403***	***0,643***	***69,532***	***418,700***	***8,650***	***111,042***	***404,901***	***105,859***	***6,501***
	Полдник													
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
406	Пирожок с яблоком	100	6,850	5,450	47,599	266,848	0,167	3,300	11,700	2,822	25,094	89,246	28,672	1,648
	Итого за Полдник	***300***	***7,095***	***5,506***	***60,792***	***321,953***	***0,170***	***5,400***	***11,700***	***2,832***	***32,044***	***98,586***	***33,672***	***2,537***
	Всего за Среда - 2 Младшие	**1490**	**62,261**	**70,852**	**239,960**	**1855,615**	**0,942**	**75,732**	**574,900**	**13,501**	**395,228**	**830,207**	**183,469**	**11,326**

День/неделя: Четверг - 2 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	16,073	21,239	13,026	306,237	0,137	5,080	65,300	2,665	30,210	180,540	29,610	1,951
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	33,071	187,026	0,000		18,000	0,040	4,640	1,950	0,220	0,041
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***490***	***23,445***	***33,183***	***77,900***	***702,858***	***0,205***	***7,180***	***128,300***	***3,599***	***53,400***	***229,630***	***48,030***	***3,711***
	Обед													
67	Винегрет овощной	60	1,099	4,124	5,547	64,140	0,044	6,950	103,200	1,870	14,910	31,810	14,520	0,556
103	Суп картофельный с вермишелью	200	1,530	2,208	10,247	67,250	0,047	5,300	103,800	1,079	16,580	30,820	11,290	0,507
259	Жаркое по-домашнему	200	20,497	22,649	23,424	378,140	0,255	32,110	90,700	2,707	35,550	251,300	52,930	2,950
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***700***	***27,860***	***29,655***	***84,391***	***713,680***	***0,454***	***79,360***	***297,700***	***6,544***	***83,840***	***398,230***	***105,740***	***6,011***
	Полдник													
	Фрукт, 1 шт	150	0,560	0,560	13,720	65,800	0,042	14,000		0,280	22,400	15,400	12,600	3,080
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Итого за Полдник	***350***	***0,760***	***0,611***	***26,763***	***119,205***	***0,043***	***14,100***		***0,280***	***27,350***	***23,640***	***17,000***	***3,939***
	Всего за Четверг - 2 Младшие	**1540**	**52,065**	**63,449**	**189,054**	**1535,743**	**0,702**	**100,640**	**426,000**	**10,423**	**164,590**	**651,500**	**170,770**	**13,661**

День/неделя: Пятница - 2 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
15	Сыр порционный	15	4,160	4,176		54,224	0,006	0,128	41,600	0,080	160,000	102,400	7,200	0,160
175	Каша молочная "Дружба"	200	5,897	6,915	32,249	215,565	0,162	1,209	41,100	0,211	126,810	172,860	44,090	0,801
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Фрукт, 1 шт	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
	Итого за Завтрак	***605***	***13,657***	***12,142***	***78,392***	***481,694***	***0,258***	***16,437***	***82,700***	***1,271***	***323,360***	***326,000***	***74,390***	***5,600***
	Обед													
95	Салат из квашеной капусты	60	1,062	3,091	2,820	45,090	0,022	26,000		1,430	42,650	30,310	14,730	0,702
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	1,704	4,636	10,586	91,550	0,061	19,412	109,000	1,919	36,200	48,270	21,410	0,933
534	Рыба запеченная	90	25,026	6,446	3,495	172,530	0,182	0,770	15,400	2,752	66,480	376,200	87,120	0,212
128	Картофельное пюре	150	3,247	3,831	23,429	141,566	0,173	27,995	48,800	0,179	40,220	96,820	34,510	1,336
342	Компот ассорти из с/м ягод (яблоки, черная смородина)	180	0,134	0,062	14,089	56,470	0,006	19,100		0,087	5,000	4,180	3,780	0,395
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***740***	***35,673***	***18,726***	***81,239***	***636,806***	***0,552***	***128,277***	***173,200***	***7,255***	***207,350***	***640,080***	***188,550***	***5,528***
	Полдник													
	Сок в ассортименте	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200	14,000	14,000	8,000	0,600
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	7,332	5,432	44,026	254,182	0,190	5,700	16,300	2,801	25,524	105,336	32,532	1,202
	Итого за Полдник	***300***	***8,432***	***5,632***	***68,426***	***356,182***	***0,210***	***9,700***	***16,300***	***3,001***	***39,524***	***119,336***	***40,532***	***1,802***
	Всего за Пятница - 2 Младшие	**1645**	**57,762**	**36,500**	**228,057**	**1474,682**	**1,020**	**154,414**	**272,200**	**11,527**	**570,234**	**1085,416**	**303,472**	**12,930**
День/неделя: Суббота - 2 Младшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
42	Салат картофельный с зелёным горошком	60	1,265	4,172	6,499	69,040	0,058	8,800	6,000	1,846	11,380	33,420	13,130	0,515
291	Плов из мяса птицы	200	23,127	21,831	36,365	432,847	0,110	5,580	242,800	0,451	26,480	192,220	28,510	1,906
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962	0,003	2,090		0,010	6,455	8,516	4,560	0,804
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Йогурт в стаканчиках	95	2,700	1,200	19,600	100,000	0,030	0,600	20,000		124,000	95,000	15,000	0,100
	Итого за Завтрак	***575***	***30,357***	***27,614***	***93,132***	***741,249***	***0,265***	***17,070***	***268,800***	***3,091***	***177,515***	***363,956***	***74,400***	***4,125***
	Обед													
50	Салат из свеклы с сыром	60	2,550	4,629	5,808	75,330	0,016	6,648	15,600	1,416	84,420	66,840	17,220	0,984
108	Суп картофельный с клецками	200	3,648	6,515	19,979	153,338	0,106	9,500	131,300	2,220	24,866	67,212	23,006	0,921
293	Цыпленок запеченный	90	20,853	22,422	0,380	284,200	0,103	3,120	77,700	1,233	19,620	196,400	22,310	1,851
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	40,942	222,476	0,099		18,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,998
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***740***	***38,161***	***37,934***	***106,481***	***922,184***	***0,431***	***54,268***	***242,600***	***6,667***	***165,046***	***467,912***	***99,256***	***6,740***
	Полдник													
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	15,039	61,385	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,865
415	Крендель сахарный	100	9,183	5,603	69,125	363,661	0,211		11,700	3,180	25,304	109,216	35,752	1,202
	Итого за Полдник	***300***	***9,383***	***5,654***	***84,164***	***425,046***	***0,212***	***0,100***	***11,700***	***3,180***	***30,254***	***117,456***	***40,152***	***2,067***
	Всего за Суббота - 2 Младшие	**1615**	**75,202**	**70,002**	**264,177**	**1988,479**	**0,908**	**71,438**	**523,100**	**12,938**	**372,815**	**949,324**	**213,808**	**12,932**
							11,455	**1033,821**	**4883,500**	**142,676**	**4871,031**	**10592,638**	**2705,484**	**152,886**

Рецептуры блюд и показатели энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под ред. М.П.Могильного. - М.:ДеЛи принт, 2007. - 628с." и ТИ по производству кулинарной продукции для питания детей школьного возраста в организованных коллективах/ т.т. 1и2 Москва 2006)

***Горошек зеленый используется как дополнительный гарнир, термически обработанный.**

***Химико-энергетические характеристики сыра зависят от наименования данного продукта**

***ООО "МКК" оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на равноценные по стоимости и пищевой ценности продукты).**

Возрастная группа с 7 до 11 лет				
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
	Б	Ж	У	
Понедельник - 1	60,392	67,596	234,747	1795,151
Вторник - 1	50,919	50,286	229,872	1572,918
Среда - 1	50,358	73,265	196,926	1649,622
Четверг - 1	73,044	81,498	192,174	1794,683
Пятница - 1	54,138	57,138	222,425	1624,712
Суббота - 1	58,882	68,411	252,304	1873,666
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	**57,956**	**66,366**	**221,408**	**1718,459**
Понедельник - 2	49,712	50,750	252,386	1679,987
Вторник - 2	69,450	68,920	266,115	1962,405
Среда - 2	62,261	70,852	239,960	1855,615
Четверг - 2	52,065	63,449	189,054	1535,743
Пятница - 2	57,762	36,500	228,057	1474,682
Суббота - 2	75,202	70,002	264,177	1988,479
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	**61,075**	**60,079**	**239,958**	**1749,485**
ИТОГО среднее за 2 недели	***59,515***	***63,222***	***230,68***	***1733,972***
Норма СанПин	38,5	39,5	167,5	1175

Возрастная группа с 7 до 11 лет				
	Завтрак	Обед	Полдник	Итого за день
Понедельник - 1	550,000	700,000	300,000	1550,000
Вторник - 1	455,000	740,000	300,000	1495,000
Среда - 1	520,000	750,000	350,000	1620,000
Четверг - 1	450,000	700,000	300,000	1450,000
Пятница - 1	455,000	740,000	300,000	1495,000
Суббота - 1	540,000	740,000	300,000	1580,000
Понедельник - 2	455,000	740,000	300,000	1495,000
Вторник - 2	520,000	750,000	300,000	1570,000
Среда - 2	420,000	770,000	300,000	1490,000
Четверг - 2	490,000	700,000	350,000	1540,000
Пятница - 2	605,000	740,000	300,000	1645,000
Суббота - 2	575,000	740,000	300,000	1615,000
ИТОГО среднее за 2 недели	***503***	***734***	***308***	***1545***
Норма СанПин	500	700	300	1500

Возрастная группа с 11 до 17 лет

День/неделя: Понедельник - 1 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
243	Сосиска отварная	100	11,660	25,334	0,424	276,660	0,201			0,424	37,100	168,540	21,200	1,908
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	49,415	269,645	0,120		22,500	1,100	21,860	63,900	11,640	1,193
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***620***	***24,385***	***39,285***	***90,512***	***825,810***	***0,408***	***9,100***	***22,500***	***5,418***	***116,110***	***313,580***	***66,040***	***5,490***
	Обед													
	Помидоры соленые	100	2,200	0,200	7,000	40,000								
88	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,283	5,872	12,613	113,510	0,091	30,416	144,000	2,408	45,940	62,300	26,860	1,037
291	Плов из мяса птицы	250	29,002	27,530	45,812	545,026	0,138	7,030	304,800	0,568	32,430	240,890	35,700	2,384
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0.035						35,000						
	Итого за Обед	***860***	***39,719***	***34,496***	***119,538***	***945,886***	***0,373***	***72,446***	***448,800***	***4,160***	***100,770***	***415,590***	***98,560***	***6,069***
	Всего за Понедельник - 1 Старшие	**1480**	**64,104**	**73,781**	**210,050**	**1771,696**	**0,781**	**81,546**	**471,300**	**9,578**	**216,880**	**729,170**	**164,600**	**11,559**

День/неделя: Вторник - 1 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
15	Сыр порционный	15	4,160	4,176		54,224	0,006	0,128	41,600	0,080	160,000	102,400	7,200	0,160
174	Каша рисовая молочная	250	7,091	7,848	41,669	266,685	0,211	1,547	46,300	0,434	166,880	266,790	72,560	0,661
384	Какао с молоком	200	2,952	2,700	19,656	114,732	0,036	0,468	10,800	0,072				
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***505***	***17,003***	***15,124***	***79,725***	***523,641***	***0,298***	***2,143***	***98,700***	***1,266***	***334,480***	***395,190***	***84,960***	***1,301***
	Обед													
67	Винегрет овощной	100	1,846	7,208	9,293	110,170	0,073	11,650	175,400	3,265	24,890	53,350	24,400	0,929
103	Суп картофельный с вермишелью	250	1,931	3,262	12,925	89,130	0,060	6,750	134,800	1,572	22,880	39,620	14,540	0,658
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	17,748	24,476	14,032	345,936	0,150	5,640	75,400	3,150	33,080	199,510	32,520	2,141
128	Картофельное пюре	180	3,902	4,743	28,150	171,355	0,208	33,634	59,500	0,217	46,860	116,060	41,370	1,594
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262	0,001	0,090			4,455	7,416	3,960	0,774
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Обед	***890***	***31,607***	***40,615***	***112,198***	***938,653***	***0,636***	***57,764***	***445,100***	***9,388***	***154,565***	***528,356***	***152,790***	***8,696***
	Всего за Вторник - 1 Младшие	**1395**	**48,610**	**55,739**	**191,923**	**1462,294**	**0,934**	**59,907**	**543,800**	**10,654**	**489,045**	**923,546**	**237,750**	**9,997**

День/неделя: Среда - 1 Старшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
279	Тефтели мясные с томатным соусом	100/30	17,161	24,362	15,053	347,320	0,138	5,960	73,600	5,002	36,050	210,760	38,540	2,262
173	Каша гречневая вязкая	180	5,584	5,077	25,189	168,565	0,190		22,500	0,402	13,680	133,370	88,220	2,992
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***560***	***26,065***	***37,100***	***71,895***	***723,780***	***0,393***	***6,060***	***141,100***	***6,288***	***66,280***	***390,170***	***144,360***	***6,943***
	Обед													
42	Салат картофельный с зелёным горошком	100	2,113	7,287	10,859	118,200	0,097	14,700	10,000	3,224	19,070	55,900	21,930	0,861
96	Рассольник московский	250	2,586	5,245	17,179	127,170	0,080	10,324	144,000	2,046	28,100	85,350	23,880	0,900
243	Сосиска отварная	100	11,660	25,334	0,424	276,660	0,201			0,424	37,100	168,540	21,200	1,908
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	49,415	269,645	0,120		22,500	1,100	21,860	63,900	11,640	1,193
342	Компот ассорти из с/м ягод (яблоки, черная смородина)	180	0,134	0,062	14,089	56,470	0,006	19,100		0,087	5,000	4,180	3,780	0,395
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***890***	***30,233***	***43,343***	***127,726***	***1020,945***	***0,648***	***79,124***	***176,500***	***8,065***	***133,530***	***490,270***	***118,430***	***7,857***
	Всего за Среда - 1 Младшие	**1450**	**56,298**	**80,443**	**199,621**	**1744,725**	**1,042**	**85,184**	**317,600**	**14,353**	**199,810**	**880,440**	**262,790**	**14,800**

День/неделя: Четверг - 1 Старшие														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
210	Омлет натуральный с колбасой	250	25,938	36,321	5,398	452,266	0,272	1,170	361,000	2,372	207,340	430,630	40,600	4,367
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***500***	***29,063***	***44,027***	***37,121***	***661,461***	***0,320***	***3,270***	***406,000***	***3,162***	***224,290***	***468,970***	***50,800***	***5,766***
	Обед													
95	Салат из квашеной капусты	100	1,778	5,150	4,672	75,050	0,037	43,100		2,382	70,760	50,430	24,430	1,154
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	2,184	5,836	13,244	115,120	0,078	24,666	141,600	2,408	47,750	62,060	27,520	1,204
289	Рагу овощное из птицы	250	28,106	30,660	25,666	489,280	0,306	34,120	425,700	3,423	50,320	335,060	72,090	3,793
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***860***	***38,302***	***42,540***	***97,695***	***926,800***	***0,565***	***136,886***	***567,300***	***9,397***	***191,230***	***559,950***	***160,040***	***8,799***
	Всего за Четверг - 1 Младшие	**1360**	**67,365**	**86,566**	**134,816**	**1588,261**	**0,885**	**140,156**	**973,300**	**12,559**	**415,520**	**1028,920**	**210,840**	**14,565**

День/неделя: Пятница - 1 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
15	Сыр порционный	15	4,160	4,176		54,224	0,006	0,128	41,600	0,080	160,000	102,400	7,200	0,160
175	Каша молочная "Дружба"	250	7,372	8,458	40,556	268,764	0,202	1,508	50,200	0,260	157,200	215,350	54,940	0,998
384	Кофейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072				
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***505***	***16,996***	***15,734***	***78,540***	***524,388***	***0,289***	***2,104***	***102,600***	***1,092***	***324,800***	***343,750***	***67,340***	***1,638***
	Обед													
33	Салат из свеклы отварной с чесноком	100	2,090	2,140	11,932	75,180	0,024	12,200		1,002	45,140	52,500	26,840	1,708
102	Суп картофельный с горохом	250	6,441	6,561	19,546	163,390	0,249	9,950	138,000	2,919	49,030	115,930	41,230	2,206
268	Котлеты рубленые из мяса	100	16,971	25,206	13,697	348,320	0,318	1,700	31,500	1,693	21,850	180,680	29,680	2,152
173	Каша гречневая вязкая	180	5,584	5,077	25,189	168,565	0,190		22,500	0,402	13,680	133,370	88,220	2,992
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***890***	***37,284***	***39,918***	***118,676***	***985,495***	***0,925***	***58,850***	***192,000***	***7,200***	***152,100***	***594,880***	***221,970***	***11,694***
	Всего за Пятница - 1 Младшие	**1395**	**54,280**	**55,652**	**197,216**	**1509,883**	**1,214**	**60,954**	**294,600**	**8,292**	**476,900**	**938,630**	**289,310**	**13,332**

День/неделя: Суббота - 1 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Огурцы солёные порционные	100	1,160	0,145	2,465	18,850	0,029	7,250		0,145	33,350	34,800	20,300	0,870
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	17,748	24,476	14,032	345,936	0,150	5,640	75,400	3,150	33,080	199,510	32,520	2,141
128	Картофельное пюре	130	2,801	2,980	20,223	119,247	0,150	24,169	40,100	0,150	35,680	83,700	29,860	1,160
139	Капуста тушёная	50	1,349	1,081	5,128	36,430	0,025	29,500	10,000	0,540	35,730	24,150	12,060	0,474
378	Чай с молоком	200	1,650	1,301	17,439	88,385	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***620***	***26,298***	***29,093***	***73,371***	***662,268***	***0,418***	***66,659***	***125,500***	***4,769***	***151,990***	***385,200***	***112,340***	***6,304***
	Обед													
	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
103	Суп картофельный с вермишелью	250	1,931	3,262	12,925	89,130	0,060	6,750	134,800	1,572	22,880	39,620	14,540	0,658
274	Зразы рубленые из мяса	100	14,872	25,785	13,002	342,942	0,258	3,860	62,100	3,833	37,650	179,502	27,992	2,247
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	49,415	269,645	0,120		22,500	1,100	21,860	63,900	11,640	1,193
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***890***	***32,441***	***43,516***	***132,654***	***1067,757***	***0,602***	***52,610***	***219,400***	***10,789***	***145,790***	***432,422***	***105,172***	***7,434***
	Всего за Суббота - 1 Младшие	**1510**	**58,739**	**72,609**	**206,025**	**1730,025**	**1,020**	**119,269**	**344,900**	**15,558**	**297,780**	**817,622**	**217,512**	**13,738**

День/неделя: Понедельник - 2 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
	Кондитерское изделие	25	0,025		19,850	80,250								
204	Рожки отварные с сыром	200	15,248	12,594	50,838	379,334	0,134	0,224	99,800	1,280	302,480	245,140	24,560	1,508
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***475***	***18,638***	***20,260***	***102,491***	***669,179***	***0,202***	***2,324***	***144,800***	***2,174***	***321,030***	***292,280***	***42,760***	***3,227***
	Обед													
	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	2,184	5,836	13,244	115,120	0,078	24,666	141,600	2,408	47,750	62,060	27,520	1,204
260	Гуляш из птицы	100	14,718	13,415	4,274	195,840	0,107	6,660	37,200	2,619	22,500	178,300	24,450	1,542
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,682	4,512	38,678	214,296	0,000		18,000	0,040	4,640	1,950	0,220	0,041
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***890***	***29,518***	***33,657***	***119,309***	***908,606***	***0,349***	***73,326***	***196,800***	***9,351***	***138,290***	***391,710***	***103,190***	***6,135***
	Всего за Понедельник - 2 Младшие	**1365**	**48,156**	**53,917**	**221,800**	**1577,785**	**0,551**	**75,650**	**341,600**	**11,525**	**459,320**	**683,990**	**145,950**	**9,362**

День/неделя: Вторник - 2 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
8	Пицца ленивая	80	8,557	7,898	23,042	197,320	0,112	0,080	26,000	0,984	117,900	131,990	15,410	1,057
173	Каша пшённая молочная	250	11,025	8,862	57,607	355,335	0,319	1,625	47,500	0,242	172,160	263,870	70,840	1,924
384	Кофейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***570***	***25,286***	***19,820***	***118,713***	***754,455***	***0,531***	***2,173***	***84,300***	***2,082***	***299,260***	***430,660***	***99,450***	***3,781***
	Обед													
52	Салат из свеклы отварной	100	1,800	5,115	10,560	95,350	0,027	13,400		0,134	49,580	57,620	29,480	1,876
102	Суп картофельный с горохом	250	6,441	6,561	19,546	163,390	0,249	9,950	138,000	2,919	49,030	115,930	41,230	2,206
243	Сосиска отварная	100	11,660	25,334	0,424	276,660	0,201			0,424	37,100	168,540	21,200	1,908
173	Каша гречневая вязкая	180	5,584	5,077	25,189	168,565	0,190		22,500	0,402	13,680	133,370	88,220	2,992
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962	0,003	2,090		0,010	6,455	8,516	4,560	0,804
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Обед	***890***	***31,710***	***43,018***	***103,667***	***927,727***	***0,813***	***25,440***	***160,500***	***5,073***	***178,245***	***596,376***	***220,690***	***12,386***
	Всего за Вторник - 2 Младшие	**1460**	**56,996**	**62,838**	**222,380**	**1682,182**	**1,344**	**27,613**	**244,800**	**7,155**	**477,505**	**1027,036**	**320,140**	**16,167**

День/неделя: Среда - 2 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	180/20	25,337	21,624	39,786	460,132	0,095	0,808	119,900	1,723	273,160	339,256	39,776	1,084
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	***450***	***28,417***	***29,325***	***71,359***	***667,627***	***0,141***	***0,908***	***164,900***	***2,503***	***288,110***	***376,496***	***49,376***	***2,453***
	Обед													
40	Салат картофельный с морковью	100	3,487	4,460	11,440	100,298	0,111	13,350	365,000	1,613	24,530	81,018	29,808	1,085
88	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,283	5,872	12,613	113,510	0,091	30,416	144,000	2,408	45,940	62,300	26,860	1,037
268	Биточки мясные с томатным соусом	100/30	17,335	30,231	15,751	403,390	0,329	2,800	71,500	3,965	27,490	187,390	33,300	2,279
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	49,415	269,645	0,120		22,500	1,100	21,860	63,900	11,640	1,193
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***920***	***37,043***	***46,032***	***137,531***	***1116,883***	***0,794***	***81,566***	***603,000***	***10,270***	***142,220***	***507,008***	***137,608***	***8,230***
	Всего за Среда - 2 Младшие	**1370**	**65,459**	**75,357**	**208,889**	**1784,510**	**0,935**	**82,474**	**767,900**	**12,773**	**430,330**	**883,504**	**186,984**	**10,683**

День/неделя: Четверг - 2 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		45,000	0,100	2,400	3,000		0,030
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	17,748	24,476	14,032	345,936	0,150	5,640	75,400	3,150	33,080	199,510	32,520	2,141
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,682	4,512	38,678	214,296	0,000		18,000	0,040	4,640	1,950	0,220	0,041
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Итого за Завтрак	***530***	***25,795***	***36,654***	***84,513***	***769,827***	***0,218***	***7,740***	***138,400***	***4,084***	***56,270***	***248,600***	***50,940***	***3,901***
	Обед													
67	Винегрет овощной	100	1,846	7,208	9,293	110,170	0,073	11,650	175,400	3,265	24,890	53,350	24,400	0,929
103	Суп картофельный с вермишелью	250	1,931	3,262	12,925	89,130	0,060	6,750	134,800	1,572	22,880	39,620	14,540	0,658
259	Жаркое по-домашнему	250	25,590	28,016	29,348	470,190	0,319	40,270	113,200	3,276	43,610	313,810	66,220	3,684
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550								0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***860***	***35,601***	***39,380***	***105,679***	***916,840***	***0,597***	***93,670***	***423,400***	***9,297***	***113,780***	***519,180***	***141,160***	***7,919***
	Всего за Четверг - 2 Младшие	**1390**	**61,396**	**76,034**	**190,192**	**1686,667**	**0,815**	**101,410**	**561,800**	**13,381**	**170,050**	**767,780**	**192,100**	**11,820**

День/неделя: Пятница - 2 Старшие													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
15	Сыр порционный	15	4,160	4,176		54,224	0,006	0,128	41,600	0,080	160,000	102,400	7,200	0,160
175	Каша молочная "Дружба"	250	7,372	8,458	40,556	268,764	0,202	1,508	50,200	0,260	157,200	215,350	54,940	0,998
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,405	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон йодированный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Фрукт, 1 шт	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
	Итого за Завтрак	***655***	***15,132***	***13,685***	***86,699***	***534,893***	***0,298***	***16,736***	***91,800***	***1,320***	***353,750***	***368,490***	***85,240***	***5,797***
	Обед													
95	Салат из квашеной капусты	100	1,778	5,150	4,672	75,050	0,037	43,100		2,382	70,760	50,430	24,430	1,154
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	2,184	5,836	13,244	115,120	0,078	24,666	141,600	2,408	47,750	62,060	27,520	1,204
534	Рыба запеченная	100	27,837	6,612	4,194	188,110	0,203	0,855	17,100	2,821	73,520	418,150	96,910	0,238
128	Картофельное пюре	180	3,902	4,743	28,150	171,355	0,208	33,634	59,500	0,217	46,860	116,060	41,370	1,594
342	Компот ассорти из с/м ягод (яблоки, черная смородина)	180	0,134	0,062	14,089	56,470	0,006	19,100		0,087	5,000	4,180	3,780	0,395
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***890***	***41,835***	***23,283***	***100,109***	***778,905***	***0,676***	***156,355***	***218,200***	***9,099***	***266,290***	***763,280***	***230,010***	***7,185***
	Всего за Пятница - 2 Младшие	**1545**	**56,967**	**36,968**	**186,808**	**1313,798**	**0,974**	**173,091**	**310,000**	**10,419**	**620,040**	**1131,770**	**315,250**	**12,982**

День/неделя: Суббота - 2 Старшие													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
42	Салат картофельный с зелёным горошком	100	2,113	7,287	10,859	118,200	0,097	14,700	10,000	3,224	19,070	55,900	21,930	0,861
291	Плов из мяса птицы	250	29,002	27,530	45,812	545,026	0,138	7,030	304,800	0,568	32,430	240,890	35,700	2,384
377	Чай с лимоном	200	0,245	0,056	13,193	55,105	0,003	2,100		0,010	6,950	9,340	5,000	0,889
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Йогурт в стаканчиках	95	2,700	1,200	19,600	100,000	0,030	0,600	20,000		124,000	95,000	15,000	0,100
	Итого за Завтрак	***685***	***37,100***	***36,433***	***107,944***	***906,731***	***0,332***	***24,430***	***334,800***	***4,586***	***191,650***	***435,930***	***90,830***	***5,034***
	Обед													
50	Салат из свеклы с сыром	100	4,250	7,715	9,680	125,550	0,026	11,080	26,000	2,360	140,700	111,400	28,700	1,640
108	Суп картофельный с клецками	250	4,575	7,744	25,413	189,881	0,133	11,800	155,900	2,779	28,798	83,039	28,671	1,127
293	Цыпленок запеченный	100	32,821	34,198	0,380	436,520	0,161	4,400	122,500	1,425	28,580	308,400	34,470	2,875
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	49,415	269,645	0,120		22,500	1,100	21,860	63,900	11,640	1,193
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080			0,400	13,200	77,600	22,800	1,800
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800
	Кислота аскорбиновая	0,035						35,000						
	Итого за Обед	***890***	***55,584***	***55,126***	***133,200***	***1251,636***	***0,583***	***62,280***	***326,900***	***8,848***	***242,338***	***679,139***	***139,481***	***9,471***
	Всего за Суббота - 2 Младшие	**1575**	**89,984**	**90,359**	**221,544**	**2058,367**	**0,915**	**86,710**	**661,700**	**13,434**	**433,988**	**1115,069**	**230,311**	**14,505**
							11,408	**1093,964**	**5833,300**	**139,680**	**4687,168**	**10927,477**	**2773,537**	**153,510**

Рецептуры блюд и показатели энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под р М.П.Могильного. - М.:ДеЛи принт, 2007. - 628с." и ТИ по производству кулинарной продукции для питания детей школьного возраста в организованных коллективах/ т.т. 1и2 Москва 2006)

*Горошек зеленый используется как дополнительный гарнир, термически обработанный.

*Химико-энергетические характеристики сыра зависят от наименования данного продукта

*ООО "МКК" оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на равноценные по стоим пищевой ценности продукты).

Возрастная группа с 11 лет и старше				
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
	Б	Ж	У	
Понедельник - 1	64,104	73,781	210,050	1771,696
Вторник - 1	48,610	55,739	191,923	1462,294
Среда - 1	56,298	80,443	199,621	1744,725
Четверг - 1	67,365	86,566	134,816	1588,261
Пятница - 1	54,280	55,652	197,216	1509,883
Суббота - 1	58,739	72,609	206,025	1730,025
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	**58,233**	**70,798**	**189,942**	**1634,481**
Понедельник - 2	48,156	53,917	221,800	1577,785
Вторник - 2	56,996	62,838	222,380	1682,182
Среда - 2	65,459	75,357	208,889	1784,510
Четверг - 2	61,396	76,034	190,192	1686,667
Пятница - 2	56,967	36,968	186,808	1313,798
Суббота - 2	89,984	90,359	221,544	2058,367
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	**63,160**	**65,912**	**208,602**	**1683,885**
ИТОГО среднее за 2 недели	***60,696***	***68,355***	***199,272***	***1659,183***
Норма СанПин	45	46	191,5	1356,5

Возрастная группа с 11 лет и старше			
	Завтрак	Обед	Итого за день
Понедельник - 1	620,000	860,000	1480,000
Вторник - 1	505,000	890,000	1395,000
Среда - 1	560,000	860,000	1420,000
Четверг - 1	500,000	860,000	1360,000
Пятница - 1	505,000	890,000	1395,000
Суббота - 1	620,000	890,000	1510,000
Понедельник - 2	475,000	890,000	1365,000
Вторник - 2	570,000	890,000	1460,000
Среда - 2	450,000	920,000	1370,000
Четверг - 2	530,000	860,000	1390,000
Пятница - 2	655,000	890,000	1545,000
Суббота - 2	685,000	890,000	1575,000
ИТОГО среднее за 2 недели	***556***	***883***	***1439***
Норма СанПин	550	800	1350