СОГЛАСОВАНО

Заместитель главного государственного санитарного врача по Красноярскому краю

М. Р. Аккерт

«05» 09 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ «Тинская общеобразовательная школа-интернат»

В. Б. Сурова

« » 2016 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В КРАЕВОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ «ТИНСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ» (КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, НИЖНЕИНГАШСКИЙ РАЙОН, П. ТИНСКОЙ, УЛ. ПЕРВОМАЙСКАЯ, 47)

РАЗРАБОТАНО
ООО «ФСЭБ»
«05» сентября 16 г. Регистр № 011016 ДМ
Полное или частичное копирование для использования третьими лицами без разрешения разработчика запрещено

п. Тинской

2016 г.

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее примерное цикличное меню (далее меню) разработано для КГБОУ «Тинская общеобразовательная школа-интернат», расположенного по адресу: Красноярский край, НижнеИнгашский район, п. Тинской, ул. Первомайская, 47 для детей в возрасте с 7 до 18 лет с целью обеспечения в пищевых веществах и энергии с учетом физиологических потребностей, с учетом их возраста.

Настоящее меню рассчитано на 6-кратный прием пищи (интернированные дети) - завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин, паужин и на 3-кратный прием пищи (приходящие дети) – завтрак, обед, полдник. Интервалы между приемами пищи не превышают 3,5-4 часов. Длительность приемов пищи должна составлять: для завтрака, 2 завтрака, полдника, ужина, паужина 15-20 минут, для обеда 20-30 минут.

Оптимальное соотношение белков, жиров и углеводов в настоящем меню принято 1 : 1 : 4, допустимое 1: 1: 4.

В исключительных случаях при отсутствии необходимого набора продуктов проводится их замена на продукты, равноценные по химическому составу в соответствии с таблицей замены.

В целях профилактики йоддефицитных состояний в питании детей необходимо использование только йодированной соли.

При организации питания детей следует руководствоваться п. 6 СанПиНа 2.4.3259-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций для детей сирот и детей, оставшиеся без попечения родителей» и п. 8 СанПиНа 2.4.5 2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплодпы и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Для обеспечения физиологической потребности в витаминах в обязательном порядке проводится С-витаминизация третьих блюд. Витаминизация осуществляется в соответствии с инструкцией. Допускается использование премиксов; инстантные витаминные напитки готовят в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом).Замена витаминизации блюд выдачей поливитаминных препаратов в виде драже, таблеток, пастилок и других форм не допускается. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами в меню могут быть использованы специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами. О проводимых в учреждении мероприятиях по профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности администрация образовательного учреждения должна информировать родителей детей и подростков.

Согласно требований СанПиНа 2.4.5 2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» разрешается использовать с массовой долей жира творожные изделия (не более 9% массовой доли жира), кондитерские изделия без крема.

Не рекомендуется использовать в питании детей пищевые продукты, содержащие в своем составе ароматизаторы и красители искусственного происхождения, в том числе безалкогольные газированные напитки, кондитерские изделия, жевательную резинку и др.

Не рекомендуется использовать в питании детей сливочное масло, которое содержит в своем составе более 30% растительных компонентов.

Выдача готовой пищи разрешается только после снятия пробы медицинским работником или ответственным лицом (на момент отсутствия медработника) с обязательной отметкой вкусовых качеств и готовности, а также соответствующей записи в бракеражном журнале готовых блюд. Медработник контролирует выход (вес) кулинарных

изделий, для чего взвешивается 5 - 10 порций (котлет, рулета, запеканки). Вес порционных продуктов (сливочное масло, сыр) контролируется взвешиванием всех порций. Вес порции должен соответствовать выходу блюда, указанному в меню-раскладке.

При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности блюдо допускается к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков. В бракеражном журнале готовых блюд необходимо отмечать закладку основных продуктов: масла в каши и гарниры, сахара в третьи блюда и пр.

Ежедневно суточную пробу готовых блюд в объеме 100,0 г (штучные изделия целиком) отбирают в стерильную стеклянную посуду с крышкой (гарниры и салаты - в отдельную посуду), сохраняют в холодильнике при температуре +2 - +6 град. С не менее 48 часов. Контроль за правильностью отбора и хранения суточных проб осуществляет медицинский работник.

В учреждении следует организовать питьевой режим, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая должна отвечать требованиям санитарных норм и правил.

На каждое блюдо заведующим производством разрабатывается технологическая карточка, в которой в обязательном порядке указывается номер рецептуры и наименование рецептурного справочника, а также кулинарная обработка продуктов.

На основании настоящего меню диетсестра или врач совместно с зав. производством (шеф-поваром) и кладовщиком составляет меню-раскладку, которая утверждается в установленном порядке директором учреждения.

Меню разработано на основании:

- СанПиН 2.4.5 2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
- СанПиН 2.4.3259-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций для детей сирот и детей, оставшися без попечения родителей»
- Химический состав российских продуктов: Справочник / Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 г.
- Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.
- Сборник технологических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 1996 г., под ред. В. Т. Лапшиной
- Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельна. – М.:ДеЛи принт, 2011 г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений / Под общ.ред. профессора А.Я. Перевалова. – Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Технологические карты приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей указаны в приложении 1.

Дети с 11-18 лет														
День 1														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет с колбасой или сосисками	165	14,89	25,77	2,99	303,00	0,65	0,07	0,02	0,73	116,90	249,30	22,60	2,59	60
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		20,67	32,61	36,61	522,88	1,30	0,19	0,05	1,30	195,64	362,30	66,00	5,04	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	100	2,01	8,13	6,06	106,00	6,30	0,07	0,04	3,81	22,30	52,78	26,24	0,61	91
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/15	5,77	7,44	7,95	126,00	17,66	0,06	0,04	0,27	52,91	134,44	25,71	0,93	55
Поджарка из рыбы	135	16,02	5,70	5,48	137,70	1,55	0,03	0,01	2,95	35,64	197,33	45,08	0,89	54
Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	0,17	0,04	0,23	50,64	109,92	38,26	1,28	10
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,63	117,00	200,00	0,01	0,00	0,76	12,45	3,40	3,40	0,64	2
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		37,77	32,06	132,05	973,42	247,05	0,63	0,13	9,72	221,14	695,07	213,49	10,05	
Полдник														
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Сушки,бублики, баранки	50	5,35	0,60	35,60	169,50	0,00	0,09	0,00	0,80	12,00	45,50	9,00	0,80	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		8,04	1,32	97,27	403,10	27,92	0,18	0,00	1,01	29,90	103,70	65,10	2,18	

Ужин														
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,00	0,10	23,00	24,00	14,00	0,60	90,32,34
Курица в соусе с томатом	100	8,65	6,74	3,40	85,99	1,03	0,00	0,02	2,75	7,46	12,43	3,61	0,23	58
Макаронные изделия отварные	160	5,50	7,05	33,68	214,40	0,00	0,05	0,04	0,63	6,90	38,25	8,23	0,81	24
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИН)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		27,82	19,65	105,47	676,41	7,26	0,34	0,11	4,72	282,57	380,96	109,51	6,21	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		66,48	65,99	265,93	1899,40	276,27	1,00	0,18	12,03	446,68	1161,07	344,59	17,27	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		113,64	110,35	106,82	107,71	607,19	109,67	30,67	154,23	57,27	99,24	176,71	156,31	
Итого за день(интернированные дети)		95,47	86,00	400,11	2685,61	300,09	1,39	0,29	16,88	731,95	1572,63	487,40	24,02	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		106,08	93,48	104,47	98,99	428,70	99,14	32,67	140,67	61,00	87,37	162,47	141,31	

Дети с 11-18 лет														
День 2														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка морковная с творогом с молоком сгущенным	250/35	30,44	26,35	68,49	659,00	1,88	0,13	0,05	0,85	379,90	448,30	62,01	1,46	38
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Сыр (порциями)	25	5,81	7,38	0,00	91,00	0,19	0,01	0,06	0,12	220,00	125,00	8,75	0,25	88
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		40,20	38,68	99,77	936,88	4,87	0,24	0,13	1,54	618,95	629,87	99,57	3,74	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Винегрет овощной	100	1,24	10,14	9,47	126,00	9,36	0,04	0,01	4,53	23,64	40,53	18,44	0,79	74
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом птицы	235/15	4,28	8,59	8,97	141,00	8,61	0,05	0,04	0,25	45,89	73,01	25,23	1,30	28
Плов с мясом	230	20,12	16,67	35,92	375,49	2,73	0,05	0,02	0,47	8,45	168,31	40,24	1,73	81
Компот из сухофруктов	200	0,77	0,00	30,58	130,00	0,70	0,01	0,01	0,14	78,15	26,95	10,50	2,14	25
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		36,01	37,19	151,18	1067,51	21,40	0,44	0,08	7,09	203,33	506,00	169,21	11,66	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	40	3,00	3,93	29,76	166,80	0,00	0,03	0,00	0,52	11,60	36,00	8,00	0,84	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		9,77	8,83	78,23	418,15	25,15	0,15	0,05	0,71	225,50	246,45	80,60	1,79	

Ужин														
Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64
Картофельная запеканка с печенью или мясом	180	13,19	13,25	18,33	248,00	4,78	0,24	7,00	3,82	22,47	249,21	36,00	4,54	29
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		27,68	24,33	101,99	717,27	19,28	0,54	7,03	7,18	284,77	569,61	137,10	10,45	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		85,98	84,70	329,18	2422,54	51,42	0,83	0,26	9,34	1047,78	1382,32	349,38	17,19	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		146,97	141,64	132,23	137,38	113,01	91,21	44,00	119,74	134,33	118,15	179,17	155,58	
Итого за день(интернированные дети)		114,83	109,39	459,88	3249,61	87,26	1,42	7,29	16,65	1335,25	1982,53	519,78	28,18	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		127,59	118,90	120,07	119,78	124,66	101,43	810,44	138,75	111,27	110,14	173,26	165,78	

Дети с 11-18 лет														
День 3														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		17,37	20,21	67,65	524,88	2,63	0,22	0,11	0,97	286,22	372,16	84,26	3,86	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Икра морковная	100	2,06	6,84	9,39	113,75	8,88	0,06	0,00	3,60	29,18	61,29	36,69	1,05	42
Солянка домашняя со сметаной	258	5,92	11,88	11,15	166,00	5,40	0,05	0,02	0,34	32,96	97,24	24,42	1,26	57
Котлеты, биточки, шницели куриные	130	12,19	10,09	9,44	177,22	0,21	0,09	0,11	0,81	51,52	126,72	23,87	1,74	37
Капуста тушеная	180	3,58	3,68	13,57	113,00	28,97	0,06	0,00	1,50	95,38	73,64	38,38	1,46	15
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		34,35	34,48	129,99	939,99	47,46	0,57	0,13	7,97	270,24	570,09	206,16	11,81	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Крендель сахарный	60	4,65	6,43	25,20	165,86	0,15	0,08	0,04	0,61	22,06	43,87	6,27	0,41	13
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		11,42	11,33	73,67	417,21	25,30	0,20	0,09	0,80	235,96	254,32	78,87	1,36	

Ужин														
Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	100	5,05	0,20	8,30	55,00	10,00	0,11	0,08	0,20	20,00	62,00	21,00	0,70	100
Жаркое по-домашнему	200	10,00	12,57	18,53	238,00	11,08	0,12	0,00	2,14	61,81	142,09	37,01	2,00	72
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		28,74	20,55	95,89	682,27	22,63	0,50	0,12	3,58	358,52	525,62	145,18	7,28	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		63,14	66,02	271,31	1882,08	75,39	0,99	0,33	9,74	792,42	1196,57	369,29	17,03	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		107,93	110,40	108,98	106,73	165,69	108,79	55,67	124,87	101,59	102,27	189,38	154,14	
Итого за день(интернированные дети)		93,05	86,93	395,91	2674,15	114,58	1,54	0,45	13,45	1153,64	1752,79	547,77	24,85	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		103,39	94,49	103,37	98,57	163,69	110,00	50,44	112,08	96,14	97,38	182,59	146,19	

Дети с 11-18 лет														
День 4														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13	98
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		8,00	5,67	53,39	295,28	0,83	0,15	0,04	0,56	149,98	174,29	49,19	2,29	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	100	2,11	8,13	7,36	111,00	9,40	0,06	0,00	0,06	27,30	48,78	20,24	1,01	95
Суп крестьянский с крупой с мясом	235/15	6,10	5,62	13,58	131,00	19,20	0,06	0,01	0,19	22,95	129,79	20,34	0,65	76
Котлеты или биточки рыбные	130	18,72	3,09	67,89	147,33	0,29	0,13	0,04	0,59	68,92	277,49	60,33	1,25	33
Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	0,17	0,04	0,23	50,64	109,92	38,26	1,28	10
Компот из изюма	200	0,63	0,00	38,07	152,00	0,00	0,05	0,00	0,14	28,45	45,10	14,70	1,09	23
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		40,85	27,35	214,83	1028,05	50,43	0,76	0,09	2,91	245,46	808,28	228,67	10,98	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Бутерброд с молоком сгущенным	30/20	3,72	1,94	25,86	136,00	0,20	0,04	0,01	0,37	67,40	63,30	11,00	0,37	99
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		10,49	6,84	74,33	387,35	25,35	0,16	0,06	0,56	281,30	273,75	83,60	1,32	

Ужин														
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	40	3,00	3,93	29,76	166,80	0,00	0,03	0,00	0,52	11,60	36,00	8,00	0,84	ГП
Бефстроганов	100	17,64	16,68	5,03	242,00	1,54	0,02	0,05	1,57	27,81	101,38	18,64	0,86	22
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		38,34	34,65	143,79	1046,07	10,14	0,35	0,12	3,66	273,85	508,56	143,57	7,69	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		59,34	39,86	342,55	1710,68	76,61	1,07	0,19	4,03	676,74	1256,32	361,46	14,59	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		101,44	66,66	137,60	97,01	168,37	117,58	31,67	51,67	86,76	107,38	185,36	132,04	
Итого за день(интернированные дети)		98,85	74,87	515,05	2866,55	103,31	1,47	0,31	7,82	953,29	1795,48	538,33	22,82	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		109,83	81,38	134,48	105,66	147,59	105,00	34,44	65,17	79,44	99,75	179,44	134,24	

Дети с 11-18 лет														
День 5														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным	250/35	45,44	32,94	53,06	716,28	0,79	0,13	0,03	0,91	465,99	587,05	62,28	1,44	71
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Сыр (порциями)	25	5,81	7,38	0,00	91,00	0,19	0,01	0,06	0,12	220,00	125,00	8,75	0,25	88
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		55,20	45,27	84,34	994,16	3,78	0,24	0,11	1,60	705,04	768,62	99,84	3,72	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	100	2,01	8,13	6,06	106,00	6,30	0,07	0,04	3,81	22,30	52,78	26,24	0,61	91
Суп картофельный с крупой с мясом птицы	235/15	5,47	5,14	24,14	155,00	7,85	0,10	0,01	0,20	19,29	81,20	26,51	1,10	46
Рыба, запеченная под молочным соусом	130	13,46	10,86	55,00	170,30	0,73	0,10	0,03	0,35	97,28	239,63	48,29	0,66	53
Картофель отварной	180	3,46	7,98	24,18	182,36	14,40	0,17	0,03	0,25	22,80	96,36	38,28	1,41	18
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		35,00	34,10	195,82	983,68	33,28	0,75	0,11	6,33	222,87	681,17	222,12	10,08	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Булочка с изюмом "Веснушка"	60	5,68	10,06	46,63	123,97	0,00	0,08	0,04	0,55	31,96	52,99	9,34	0,54	6
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		12,45	14,96	95,10	375,32	25,15	0,20	0,09	0,74	245,86	263,44	81,94	1,49	

Ужин														
Кукуруза с яйцом и луком	100	6,17	12,78	5,92	164,00	3,06	0,04	0,00	3,78	43,16	100,23	11,79	1,08	101
Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	13,71	11,31	12,81	207,20	0,24	0,07	0,01	2,79	30,30	131,56	23,52	1,16	39
Макаронные изделия отварные	160	5,50	7,05	33,68	214,40	0,00	0,05	0,04	0,63	6,90	38,25	8,23	0,81	24
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		39,56	39,22	121,70	980,87	4,85	0,43	0,09	8,45	359,56	604,54	139,14	8,06	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		102,65	94,33	375,26	2353,16	62,21	1,19	0,31	8,67	1173,77	1713,23	403,90	15,29	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		175,47	157,74	150,74	133,44	136,73	130,77	52,33	111,15	150,48	146,43	207,13	138,39	
Итого за день(интернированные дети)		143,38	133,91	525,67	3443,83	83,62	1,67	0,40	17,25	1536,03	2348,37	576,34	23,89	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		159,31	145,55	137,25	126,94	119,46	119,29	44,89	143,75	128,00	130,47	192,11	140,54	

Дети с 11-18 лет														
День 6														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Масло сливочное (порциями)	18	0,18	12,96	0,18	118,8	0	0	0,07	0,18	4,32	5,4	0	0,04	102
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		9,05	18,95	49,76	406,08	0,78	0,17	0,11	0,91	166,71	181,15	47,33	2,36	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	115	1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	ГП
Итого		1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	
Обед														
Винегрет овощной	100	1,24	10,14	9,47	126,00	9,36	0,04	0,01	4,53	23,64	40,53	18,44	0,79	74
Суп картофельный с бобовыми с мясом	235/15	7,55	4,24	20,67	147,00	5,73	0,22	0,01	0,27	42,00	167,23	40,53	2,20	40
Колбасные изделия отварные	52	5,15	9,31	0,83	109,20	0,00	0,00	0,00	0,26	18,20	82,68	10,40	0,94	5
Рагу овощное	200	3,32	5,79	22,03	156,00	10,91	0,12	0,03	0,39	30,09	94,73	42,61	1,38	51
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	99,00	4,00	0,01	0,00	0,08	7,00	4,40	3,60	0,94	14
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		27,02	31,43	143,12	932,22	30,00	0,68	0,05	7,23	168,13	586,77	190,38	11,95	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Сушки,бублики, баранки	50	5,35	0,60	35,60	169,50	0,00	0,09	0,00	0,80	12,00	45,50	9,00	0,80	ГП
Итого		10,43	4,98	42,60	262,25	1,23	0,14	0,05	0,80	222,00	211,75	33,50	0,97	

Ужин														
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	40	3,00	3,93	29,76	166,80	0,00	0,03	0,00	0,52	11,60	36,00	8,00	0,84	ГП
Птица запеченная	95	22,80	17,39	0,10	247,80	0,00	1,05	0,01	2,80	34,28	103,16	19,65	1,62	87
Соус сметанный натуральный	25	0,72	7,99	2,34	82,50	0,10	0,01	0,03	0,15	20,90	15,39	1,89	0,08	97
Каша гречневая рассыпчатая	155	8,87	8,03	43,55	285,02	0,00	0,10	0,03	0,50	15,82	210,98	140,09	4,71	52
Компот из сухофруктов	200	0,77	0,00	30,58	130,00	0,70	0,01	0,01	0,14	78,15	26,95	10,50	2,14	25
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		48,45	43,52	162,09	1228,39	1,70	1,45	0,11	5,35	377,05	668,88	260,23	13,90	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день(интернированные дети)		96,45	99,34	434,26	2969,24	54,87	2,50	0,32	14,46	937,34	1687,65	573,99	29,87	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		107,17	107,98	113,38	109,44	78,39	178,43	35,56	120,50	78,11	93,76	191,33	175,71	

Дети с 11-18 лет														
День 7														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Масло сливочное (порциями)	18	0,18	12,96	0,18	118,8	0	0	0,07	0,18	4,32	5,4	0	0,04	102
Сыр (порциями)	44	10,23	13,00	0,00	160,16	0,33	0,01	0,11	0,20	387,20	220,00	15,40	0,44	63
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		33,25	51,36	38,29	750,01	1,98	0,25	0,21	1,62	634,02	650,80	90,60	6,38	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	115	1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	ГП
Итого		1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	
Обед														
Икра свекольная	100	2,50	7,88	12,93	138,00	16,76	0,06	0,03	3,98	36,55	55,64	29,38	1,69	27
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	235/15	6,65	5,37	22,24	161,00	7,85	0,12	0,01	0,30	20,60	81,53	25,45	1,19	61
Котлеты или биточки рыбные	130	18,72	3,09	67,89	147,33	0,29	0,13	0,04	0,59	68,92	277,49	60,33	1,25	33
Картофельное пюре	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	0,17	0,04	0,23	50,64	109,92	38,26	1,28	10
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		42,16	27,05	211,19	1008,05	50,44	0,79	0,12	6,82	237,91	735,78	236,22	11,71	
Полдник														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	9,31	10,34	28,03	242,20	0,34	0,09	0,04	0,65	69,35	103,68	12,55	0,50	69
Итого		13,81	15,14	35,08	332,20	1,24	0,12	0,07	0,65	250,85	240,18	33,55	0,65	

Ужин														
Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	100	3,12	10,41	10,19	147,00	10,45	0,09	0,02	4,14	18,78	65,72	18,36	0,88	92
Бигус с колбасными изделиями	275	10,48	9,38	17,37	209	37,02	0,08	0,00	2,04	131,71	178,75	57,55	3,30	47
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИН)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		27,87	27,15	96,57	748,02	49,35	0,46	0,08	7,42	455,70	595,75	166,58	8,78	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день(интернированные дети)		118,59	121,16	417,82	2978,58	124,17	1,68	0,48	16,68	1581,93	2261,61	569,50	28,21	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		131,77	131,70	109,09	109,79	177,39	120,00	53,33	139,00	131,83	125,65	189,83	165,93	

Дети с 11-18 лет														
День 8														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша пшенная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	0,20	0,06	0,16	182,83	219,75	52,00	1,15	26
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		12,56	14,42	68,27	454,88	4,67	0,30	0,08	0,73	201,88	276,32	80,81	3,18	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64
Суп "Шахтерский" с мясом	235/15	5,84	4,58	18,35	18,00	7,77	0,13	0,01	0,19	22,84	125,23	32,77	1,11	7
Котлеты, биточки, шницели куриные	130	12,19	10,09	9,44	177,22	0,21	0,09	0,11	0,81	51,52	126,72	23,87	1,74	37
Картофель тушеный	180	3,40	5,82	22,41	166,50	12,41	0,15	0,00	2,49	65,41	101,70	43,83	1,45	80
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		33,23	27,18	144,34	809,74	33,99	0,71	0,12	7,31	232,97	594,85	196,27	11,40	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Сушки,бублики, баранки	50	5,35	0,60	35,60	169,50	0,00	0,09	0,00	0,80	12,00	45,50	9,00	0,80	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		12,12	5,50	84,07	420,85	25,15	0,21	0,05	0,99	225,90	255,95	81,60	1,75	

Ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Рыба, тушеная в томате с овощами	130	13,99	3,51	2,54	98,59	2,42	0,08	0,04	0,37	42,91	231,92	56,41	0,96	56
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,63	117,00	200,00	0,01	0,00	0,76	12,45	3,40	3,40	0,64	2
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		17,38	14,12	113,43	679,27	204,60	0,29	0,07	2,31	232,89	360,58	112,33	6,03	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		57,91	47,10	296,68	1685,47	63,81	1,22	0,25	9,03	660,75	1127,12	358,68	16,33	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		98,99	78,76	119,17	95,58	140,24	133,85	42,33	115,77	84,71	96,34	183,94	147,80	
Итого за день(интернированные дети)		76,46	61,58	438,82	2474,54	284,97	1,56	0,32	11,47	896,34	1518,30	504,31	22,90	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		84,96	66,93	114,57	91,21	407,10	111,29	36,00	95,58	74,70	84,35	168,10	134,72	

Дети с 11-18 лет														
День 9														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	7,91	10,20	29,47	243,00	1,96	0,17	0,07	0,48	195,65	230,19	57,96	1,14	1
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13	98
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Итого		13,67	12,72	69,53	448,28	2,66	0,29	0,08	0,99	274,35	342,29	102,06	3,71	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Маринад овощной	100	1,20	5,09	7,53	82,00	6,05	0,05	0,00	2,53	23,03	46,98	29,16	0,65	93
Суп картофельный с бобовыми с мясом	235/15	7,55	4,24	20,67	147,00	5,73	0,22	0,01	0,27	42,00	167,23	40,53	2,20	40
Гуляш	120	16,39	18,71	2,34	245,00	0,46	0,02	0,02	0,46	16,61	175,42	20,55	2,45	89
Макаронные изделия отварные	195	6,71	8,59	41,05	261,30	0,00	0,07	0,04	0,77	8,41	46,62	10,03	0,99	103
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		42,45	38,62	158,03	1105,32	16,24	0,67	0,07	5,75	151,25	647,45	183,07	12,59	
Полдник														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Бутерброд с молоком сгущенным	30/20	3,72	1,94	25,86	136,00	0,20	0,04	0,01	0,37	67,40	63,30	11,00	0,37	99
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		9,91	7,26	74,38	384,60	25,02	0,14	0,04	0,56	252,80	244,00	80,10	1,30	

Ужин														
Сельдь с луком	90	12,90	11,38	0,90	159,00	1,10	0,01	0,00	3,04	63,41	208,88	31,54	0,91	86
Картофель отварной	180	3,46	7,98	24,18	182,36	14,40	0,17	0,03	0,25	22,80	96,36	38,28	1,41	18
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Булочка домашняя	130	10,46	18,53	79,56	528,84	0,46	0,19	0,01	3,77	55,50	98,79	15,87	0,90	50
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИН)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		39,69	43,65	171,33	1233,22	17,19	0,64	0,09	8,30	386,92	710,31	169,36	7,79	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		66,03	58,60	301,94	1938,20	43,92	1,10	0,19	7,30	678,40	1233,74	365,23	17,60	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		112,87	97,99	121,29	109,91	96,53	120,88	31,67	93,53	86,97	105,45	187,30	159,28	
Итого за день(интернированные дети)		106,89	102,61	501,98	3281,22	77,67	1,79	0,28	15,73	1068,02	1974,65	567,89	25,93	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		118,77	111,53	131,07	120,94	110,96	127,86	31,11	131,04	89,00	109,70	189,30	152,53	

Дети с 11-18 лет														
День 10														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	0,09	0,07	0,47	186,66	161,27	26,27	0,41	35
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Сыр (порциями)	25	5,81	7,38	0,00	91,00	0,19	0,01	0,06	0,12	220,00	125,00	8,75	0,25	88
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		17,19	21,03	63,94	518,88	4,95	0,20	0,15	1,16	425,71	342,84	63,83	2,69	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	100	5,05	0,20	8,30	55,00	10,00	0,11	0,08	0,20	20,00	62,00	21,00	0,70	100
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом птицы	235/15	4,28	8,59	8,97	141,00	8,61	0,05	0,04	0,25	45,89	73,01	25,23	1,30	28
Поджарка из рыбы	135	16,02	5,70	5,48	137,70	1,55	0,03	0,01	2,95	35,64	197,33	45,08	0,89	54
Рагу овощное	200	3,32	5,79	22,03	156,00	10,91	0,12	0,03	0,39	30,09	94,73	42,61	1,38	51
Компот из изюма	200	0,63	0,00	38,07	152,00	0,00	0,05	0,00	0,14	28,45	45,10	14,70	1,09	23
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		38,90	22,07	149,09	936,72	31,07	0,65	0,16	5,63	207,27	669,37	223,42	11,06	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		9,02	7,85	70,79	376,45	25,15	0,14	0,05	0,58	222,60	237,45	78,60	1,58	

Ужин														
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,00	0,10	23,00	24,00	14,00	0,60	90,32,34
Плов с мясом	200	17,50	14,49	31,24	326,51	2,37	0,05	0,02	0,41	7,35	146,35	35,00	1,51	84
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		31,59	20,97	108,90	730,78	12,27	0,34	0,05	1,77	260,65	460,75	137,10	7,22	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		65,11	50,95	283,82	1832,05	61,17	0,99	0,36	7,37	855,58	1249,66	365,85	15,33	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		111,30	85,20	114,01	103,89	134,44	108,79	60,67	94,49	109,69	106,81	187,62	138,75	
Итого за день(интернированные дети)		97,87	72,28	421,43	2672,63	90,00	1,38	0,41	9,27	1118,93	1741,01	536,25	23,09	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		108,74	78,57	110,03	98,51	128,57	98,57	46,00	77,25	93,24	96,72	178,75	135,84	

Дети с 11-18 лет														
День 11														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		12,29	15,61	67,37	461,88	2,63	0,19	0,10	0,73	264,22	295,36	79,46	2,86	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Салат из отварной моркови	100	1,20	3,10	6,27	59,00	3,72	0,05	0,00	1,71	26,16	49,98	33,32	0,59	94
Суп с крупой и рыбными консервами	250	6,70	5,79	24,21	152,00	8,25	0,09	0,01	0,16	18,32	120,40	30,15	1,04	75
Капуста тушеная	180	3,58	3,68	13,57	113,00	28,97	0,06	0,00	1,50	95,38	73,64	38,38	1,46	15
Колбасные изделия отварные	75	7,43	13,43	1,20	157,50	0,00	0,00	0,00	0,38	26,25	119,25	15,00	1,35	82
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		29,51	27,99	131,69	851,52	44,94	0,51	0,01	5,47	227,31	574,47	199,65	10,74	
Полдник														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	130	1,69	0,52	41,47	158,60	23,92	0,07	0,00	0,19	3,90	44,20	48,10	0,78	ГП
Итого		8,44	8,27	70,84	373,70	24,82	0,12	0,03	0,58	194,10	207,70	75,10	1,56	

Ужин														
Кукуруза с яйцом и луком	100	6,17	12,78	5,92	164,00	3,06	0,04	0,00	3,78	43,16	100,23	11,79	1,08	101
Азу	200	15,42	15,86	17,54	274,82	11,92	0,13	0,01	3,05	28,13	158,45	41,57	2,27	20
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИН)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		35,86	36,00	92,47	830,84	16,86	0,46	0,07	8,07	376,50	609,96	144,03	7,95	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		50,24	51,87	269,90	1687,10	72,39	0,82	0,14	6,78	685,63	1077,53	354,21	15,16	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		85,88	86,74	108,42	95,67	159,10	90,11	24,00	86,92	87,90	92,10	181,65	137,21	
Итого за день(интернированные дети)		87,27	88,23	391,08	2627,74	105,81	1,33	0,21	14,98	1064,83	1718,09	531,54	23,65	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		96,97	95,90	102,11	96,86	151,16	95,00	23,78	124,83	88,74	95,45	177,18	139,13	

Дети с 11-18 лет														
День 12														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Масло сливочное (порциями)	6	0,06	4,32	0,06	39,6	0	0	0,024	0,06	1,44	1,8	0	0,012	65
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		20,95	23,50	35,56	436,05	1,00	0,22	0,02	1,23	180,01	367,43	59,77	5,44	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	90	1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	ГП
Итого		1,17	0,36	28,71	109,80	16,56	0,05	0,00	0,13	2,70	30,60	33,30	0,54	
Обед														
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	1,80	6,20	8,90	99,00	10,10	0,00	0,00	2,80	16,00	46,00	18,00	0,70	96
Суп из овощей со сметаной, с мясом	235/15	4,59	6,40	11,31	122,00	8,20	0,10	0,05	0,27	42,78	136,95	26,49	0,95	66
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	17,14	14,14	16,01	259,00	0,30	0,09	0,01	3,49	37,87	164,45	29,40	1,45	85
Соус сметанный	20	0,29	3,20	0,95	33,75	0,04	0,00	0,04	0,06	8,36	6,15	0,75	0,03	9
Макаронные изделия отварные	195	6,71	8,59	41,05	261,30	0,00	0,07	0,04	0,77	8,41	46,62	10,03	0,99	24
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		41,13	40,52	164,66	1145,07	22,64	0,57	0,14	9,11	174,62	611,37	167,47	10,42	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	9,31	10,34	28,03	242,20	0,34	0,09	0,04	0,65	69,35	103,68	12,55	0,50	69
Итого		14,39	14,72	35,03	334,95	1,57	0,14	0,09	0,65	279,35	269,93	37,05	0,67	

Ужин														
Салат из свеклы с чесноком	100	1,38	10,08	8,13	128,00	9,05	0,02	0,00	4,49	33,60	39,20	19,95	1,27	77
Рыба, тушеная в томате с овощами	130	13,99	3,51	2,54	98,59	2,42	0,08	0,04	0,37	42,91	231,92	56,41	0,96	56
Пюре картофельное	150	3,08	7,26	18,08	159,75	17,95	0,14	0,04	0,19	42,20	91,60	31,89	1,06	2
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,63	117,00	200,00	0,01	0,00	0,76	12,45	3,40	3,40	0,64	2
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		31,42	27,31	109,14	819,61	230,32	0,50	0,11	7,05	347,46	642,52	191,75	8,44	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день (приходящие дети)		76,47	78,74	235,25	1916,07	25,21	0,93	0,25	10,99	633,98	1248,73	264,29	16,53	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		130,72	131,67	94,50	108,65	55,41	102,20	41,67	140,90	81,28	106,73	135,53	149,57	
Итого за день(интернированные дети)		109,06	106,05	344,39	2735,68	255,53	1,43	0,36	18,04	981,44	1891,25	456,04	24,97	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		121,18	115,27	89,92	100,84	365,04	102,14	40,00	150,33	81,79	105,07	152,01	146,87	

Дети с 11-18 лет														
День 13														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Масло сливочное (порциями)	18	0,18	12,96	0,18	118,8	0	0	0,07	0,18	4,32	5,4	0	0,04	102
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		14,19	23,56	50,25	471,08	3,58	0,20	0,12	1,16	191,51	259,49	52,97	3,40	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	115	1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	ГП
Итого		1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	
Обед														
Сельдь с луком	90	12,90	11,38	0,90	159,00	1,10	0,01	0,00	3,04	63,41	208,88	31,54	0,91	86
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной, с мясом	235/15	5,76	7,24	8,28	131,00	6,76	0,11	0,04	0,32	57,78	178,39	37,03	1,73	79
Рагу овощное с мясом	200	12,82	13,45	16,04	296,00	8,91	0,11	0,00	3,02	34,14	164,03	45,67	1,75	48
Компот из сухофруктов	200	0,77	0,00	30,58	130,00	0,70	0,01	0,01	0,14	78,15	26,95	10,50	2,14	25
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		41,85	33,86	122,04	1011,02	17,47	0,53	0,05	8,22	280,68	775,45	199,54	12,23	
Полдник														
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	185/25	33,99	20,21	51,16	543,00	0,54	0,11	0,05	0,76	332,91	430,93	46,39	1,20	36
Итого		34,99	20,41	71,36	618,00	4,54	0,13	0,05	0,78	346,91	444,93	54,39	1,80	

Ужин														
Икра морковная	100	2,06	6,84	9,39	113,75	8,88	0,06	0,00	3,60	29,18	61,29	36,69	1,05	42
Котлеты или биточки рыбные	130	18,72	3,09	67,89	147,33	0,29	0,13	0,04	0,59	68,92	277,49	60,33	1,25	33
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИН)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		39,95	25,25	179,56	905,10	14,75	0,51	0,14	5,75	409,94	783,81	224,95	8,21	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день(интернированные дети)		132,48	103,54	459,90	3145,50	61,50	1,43	0,36	16,08	1232,49	2302,78	574,40	26,33	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		147,20	112,54	120,08	115,94	87,86	102,14	40,00	134,00	102,71	127,93	191,47	154,88	

Дети с 11-18 лет														
День 14														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным	250/35	45,44	32,94	53,06	716,28	0,79	0,13	0,03	0,91	465,99	587,05	62,28	1,44	71
Какао с молоком	200	1,89	1,90	13,53	79,00	0,65	0,02	0,01	0,01	62,90	58,10	15,50	0,50	11
Масло сливочное (порциями)	18	0,18	12,96	0,18	118,8	0	0	0,07	0,18	4,32	5,4	0	0,04	102
Сыр (порциями)	44	10,23	13,00	0,00	160,16	0,33	0,01	0,11	0,20	387,20	220,00	15,40	0,44	63
Хлеб пшеничный	45	3,83	0,62	20,03	101,28	0,00	0,10	0,00	0,50	14,40	53,10	27,90	1,94	ГП
Итого		61,57	61,42	86,80	1175,52	1,77	0,26	0,22	1,80	934,81	923,65	121,08	4,36	
2 завтрак или ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	115	1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	ГП
Итого		1,50	0,46	36,69	140,30	21,16	0,06	0,00	0,17	3,45	39,10	42,55	0,69	
Обед														
Маринад овощной	100	1,20	5,09	7,53	82,00	6,05	0,05	0,00	2,53	23,03	46,98	29,16	0,65	93
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	235/15	6,17	8,59	19,00	171,00	7,15	0,10	0,04	0,30	36,59	146,34	28,72	1,05	67
Бигус с колбасными изделиями	275	10,48	9,38	17,37	209	37,02	0,08	0,00	2,04	131,71	178,75	57,55	3,30	47
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	99,00	4,00	0,01	0,00	0,08	7,00	4,40	3,60	0,94	14
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		27,61	25,01	134,02	856,02	54,22	0,53	0,04	6,65	245,53	573,67	193,83	11,64	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП
Итого		7,33	7,33	29,32	217,85	1,23	0,07	0,05	0,39	218,70	193,25	30,50	0,80	

Ужин														
Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	100	3,12	10,41	10,19	147,00	10,45	0,09	0,02	4,14	18,78	65,72	18,36	0,88	92
Птица запеченная	95	22,80	17,39	0,10	247,80	0,00	1,05	0,01	2,80	34,28	103,16	19,65	1,62	87
Каша гречневая рассыпчатая	155	8,87	8,03	43,55	285,02	0,00	0,10	0,03	0,50	15,82	210,98	140,09	4,71	52
Компот из изюма	200	0,63	0,00	38,07	152,00	0,00	0,05	0,00	0,14	28,45	45,10	14,70	1,09	23
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	150	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		47,71	42,01	147,67	1148,09	11,35	1,54	0,09	8,82	313,63	701,36	272,90	12,81	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**С**	**В1**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
Итого за день(интернированные дети)		145,72	136,23	434,50	3537,78	89,73	2,46	0,40	17,83	1716,12	2431,03	660,86	30,30	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		161,91	148,08	113,45	130,40	128,19	175,71	44,44	148,58	143,01	135,06	220,29	178,24	