

Примерное циклическое меню для детей, обучающихся в общеобразовательных организациях г. Красноярска

<i>сезон весенний</i>						
<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 1</i>						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
65	Бутерброд с маслом	43	1,70	3,45	0,39	45,00
43	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6,25	8,28	34,83	245,33
30	Чай с сахаром	180	0,14	0,03	16,15	65,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	98,20
ГП	Хлеб пшеничный или батон	40	3,20	0,06	16,04	40,00
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства	30	3,20	0,06	16,04	83,20
	Итого	513,00	15,47	12,08	92,40	576,73
Обед						
9	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,14	5,15	3,54	61,12
60	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200	8,85	3,86	13,58	139,00
245 М	Бефстроганов из отварной говядины, 45/45	90	21,40	16,50	1,16	242,00
6	Каша перловая рассыпчатая	150	3,76	5,58	17,42	165,00
25	Сок	180	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	765,00	42,02	32,42	89,99	847,32
Полдник						
8	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	30	1,50	1,41	22,50	109,80
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,28	0,28	6,86	32,90
	Итого	330	7,38	8,09	38,76	258,70
			Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день	1608	64,87	52,59	221,15	1682,75
	Суточная потребность (60 %)		46,00	47,00	185,00	1645,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		141,02	111,89	119,54	102,29

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 2</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>1</i>	<i>Подгарнировка (кукуруза)</i>	<i>20</i>	<i>0,14</i>	<i>0,02</i>	<i>0,38</i>	<i>2,20</i>
	<i>Макаронник с печеню</i>	<i>145</i>	<i>8,98</i>	<i>7,03</i>	<i>30,44</i>	<i>201,37</i>
<i>ГП</i>	<i>Яблоко, или груша, или банан, или др.</i>	<i>100</i>	<i>0,28</i>	<i>0,28</i>	<i>6,86</i>	<i>32,90</i>
<i>2</i>	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	<i>200</i>	<i>5,53</i>	<i>6,06</i>	<i>24,63</i>	<i>174,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>3,20</i>	<i>0,06</i>	<i>16,04</i>	<i>83,20</i>
	<i>Итого</i>	<i>525,00</i>	<i>19,11</i>	<i>13,65</i>	<i>87,30</i>	<i>533,67</i>
<i>Обед</i>						
<i>ГП</i>	<i>Икра кабачковая промышленного производства</i>	<i>60</i>	<i>0,72</i>	<i>2,82</i>	<i>4,62</i>	<i>46,80</i>
<i>46</i>	<i>Суп картофельный с крупой с мясом птицы</i>	<i>200</i>	<i>1,91</i>	<i>4,97</i>	<i>8,14</i>	<i>85,00</i>
<i>281М/3 30М/сс ж</i>	<i>Биточек мясной (говядина) с соусом томатно-сметанным, 70/30</i>	<i>100</i>	<i>17,14</i>	<i>15,14</i>	<i>16,01</i>	<i>259,00</i>
<i>143/М/С Д</i>	<i>Овоци в молочном соусе</i>	<i>150</i>	<i>11,41</i>	<i>9,80</i>	<i>51,56</i>	<i>320,00</i>
<i>35</i>	<i>Компот из свежих фруктов (яблок)</i>	<i>180</i>	<i>0,78</i>	<i>0,06</i>	<i>22,12</i>	<i>93,28</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>2,45</i>	<i>0,50</i>	<i>22,40</i>	<i>100,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>775,00</i>	<i>38,81</i>	<i>34,12</i>	<i>145,70</i>	<i>1018,48</i>
<i>Полдник</i>						
<i>25</i>	<i>Сок</i>	<i>200</i>	<i>1,00</i>	<i>0,20</i>	<i>20,00</i>	<i>65,80</i>
<i>ГП</i>	<i>Вафли или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>100</i>	<i>1,92</i>	<i>1,92</i>	<i>31,36</i>	<i>98,20</i>
	<i>Итого</i>	<i>300</i>	<i>2,92</i>	<i>2,12</i>	<i>51,36</i>	<i>164,00</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1600</i>	<i>60,84</i>	<i>49,89</i>	<i>284,36</i>	<i>1716,15</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>132,26</i>	<i>106,15</i>	<i>153,71</i>	<i>104,33</i>

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 3</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>3</i>	<i>Бутерброд с маслом и сыром</i>	<i>50</i>	<i>7,07</i>	<i>5,88</i>	<i>17,22</i>	<i>151,00</i>
<i>1</i>	<i>Каша овсяная из Геркулеса жидкая</i>	<i>200</i>	<i>6,25</i>	<i>8,28</i>	<i>34,83</i>	<i>245,33</i>
<i>30</i>	<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	<i>200</i>	<i>0,14</i>	<i>0,03</i>	<i>16,15</i>	<i>67,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,38</i>	<i>9,48</i>	<i>52,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>510,00</i>	<i>16,44</i>	<i>14,77</i>	<i>86,63</i>	<i>555,33</i>
<i>Обед</i>						
<i>67М/сс ж</i>	<i>Винегрет овощной</i>	<i>60</i>	<i>1,26</i>	<i>6,82</i>	<i>6,68</i>	<i>94,12</i>
<i>49,50</i>	<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/20</i>	<i>220</i>	<i>6,15</i>	<i>5,96</i>	<i>14,09</i>	<i>153,00</i>
<i>51</i>	<i>Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) 70/30</i>	<i>100</i>	<i>24,40</i>	<i>8,72</i>	<i>4,12</i>	<i>192,00</i>
<i>57</i>	<i>Рис припущенный</i>	<i>150</i>	<i>3,76</i>	<i>5,58</i>	<i>30,00</i>	<i>185,26</i>
<i>86</i>	<i>Напиток витаминный</i>	<i>180</i>	<i>1,00</i>	<i>0,20</i>	<i>20,00</i>	<i>65,80</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,47</i>	<i>0,30</i>	<i>13,44</i>	<i>60,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>795</i>	<i>42,44</i>	<i>28,41</i>	<i>109,18</i>	<i>864,58</i>
<i>Полдник</i>						
<i>8</i>	<i>Молоко кипяченое</i>	<i>200</i>	<i>5,60</i>	<i>6,40</i>	<i>9,40</i>	<i>116,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Булочка домашняя</i>	<i>100</i>	<i>6,58</i>	<i>9,97</i>	<i>40,16</i>	<i>294,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>300</i>	<i>12,18</i>	<i>16,37</i>	<i>49,56</i>	<i>410,00</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1605</i>	<i>71,06</i>	<i>59,55</i>	<i>245,37</i>	<i>1829,91</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>154,48</i>	<i>126,70</i>	<i>132,63</i>	<i>111,24</i>

возрастная категория 7-11 лет						
День 4						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
1	Подгарнировка (зеленый горошек)	20	0,14	0,02	0,38	5,20
17	Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	300,77
65	Бутерброд с маслом	43	2,72	6,00	17,32	134,00
б/н/ссж	Чай из шиповника	200	0,17	0,07	14,39	62,09
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	40	2,00	0,38	9,48	52,00
	Итого	523,00	23,13	29,55	55,07	594,06
Обед						
10	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	1,72	3,83	6,08	80,40
22	Борщ из квашеной капусты с картофелем и сметаной 200/5	205	1,33	3,19	7,54	87,44
12/331 М/СД	Тефтели с соусом сметанно-томатным 80/30	110	9,55	11,51	9,60	180,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	810	25,32	22,72	114,91	787,01
Полдник						
87	Кисель с витаминами для детей школьного возраста	200	1,40	0,00	29,00	122,00
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	30	1,50	1,41	22,50	109,80
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,28	0,28	6,86	32,90
	Итого	330	3,18	1,69	58,36	264,70
			Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день	1663	51,63	53,96	228,34	1645,77
	Суточная потребность (60 %)		46,00	47,00	185,00	1645,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		112,24	114,81	123,43	100,05

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 5</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>31</i>	<i>Запеканка творожная с повидлом 170/40</i>	<i>210</i>	<i>22,69</i>	<i>19,83</i>	<i>58,40</i>	<i>507,54</i>
<i>57</i>	<i>Чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,10</i>	<i>0,03</i>	<i>16,00</i>	<i>65,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>30</i>	<i>1,92</i>	<i>1,92</i>	<i>31,36</i>	<i>98,20</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,38</i>	<i>9,48</i>	<i>52,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>27,69</i>	<i>22,36</i>	<i>124,19</i>	<i>762,74</i>
<i>Обед</i>						
	<i>Икра свекольная</i>	<i>60</i>	<i>1,65</i>	<i>5,47</i>	<i>7,51</i>	<i>91,00</i>
<i>28</i>	<i>Рассольник ленинградский со сметаной 200/5</i>	<i>205</i>	<i>2,32</i>	<i>4,11</i>	<i>20,45</i>	<i>120,00</i>
<i>294М/3 30М/сс ж</i>	<i>Биточки из курицы с соусом сметанным, 60/30</i>	<i>90</i>	<i>10,24</i>	<i>10,64</i>	<i>11,86</i>	<i>185,07</i>
<i>24</i>	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>150</i>	<i>11,41</i>	<i>7,80</i>	<i>51,56</i>	<i>320,00</i>
<i>86</i>	<i>Напиток витаминизированный</i>	<i>180</i>	<i>0,73</i>	<i>0,00</i>	<i>30,69</i>	<i>130,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,47</i>	<i>0,30</i>	<i>13,44</i>	<i>60,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>770</i>	<i>30,57</i>	<i>29,15</i>	<i>156,36</i>	<i>1020,47</i>
<i>Полдник</i>						
<i>25</i>	<i>Сок</i>	<i>200</i>	<i>1,00</i>	<i>0,20</i>	<i>20,00</i>	<i>65,80</i>
<i>ГП</i>	<i>Ватрушка с творогом</i>	<i>100</i>	<i>11,58</i>	<i>5,98</i>	<i>29,58</i>	<i>232,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>300</i>	<i>12,58</i>	<i>6,18</i>	<i>49,58</i>	<i>297,80</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1570</i>	<i>70,84</i>	<i>57,69</i>	<i>330,13</i>	<i>2081,01</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>154,00</i>	<i>122,74</i>	<i>178,45</i>	<i>126,51</i>

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 6</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
Завтрак						
12	Бутерброд с повидлом	43	3,85	0,40	31,48	143,00
26	Каша молочная рисовая	200	8,61	9,47	36,99	268,00
20	Чай с молоком	180	2,80	3,20	16,68	106,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	98,20
ГП	Хлеб пшеничный или батон	40	3,20	0,06	16,04	40,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,28	0,28	6,86	32,90
	<i>Итого</i>	583	19,72	13,61	117,00	688,10
Обед						
36М/СД	Салат картофельный с селедью	60	2,65	8,69	8,73	124,55
34/1	Суп из овощей с фасолью	200	7,55	6,24	20,67	147,00
29	Запеканка картофельная с мясом	200	26,95	18,68	56,78	519,00
17	Компот из сухофруктов	180	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб ржаной	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	<i>Итого</i>	725	44,02	34,94	140,47	1030,75
Полдник						
8	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	30	1,50	1,41	22,50	109,80
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,28	0,28	6,86	32,90
	<i>Итого за день</i>	330	7,38	8,09	38,76	258,7
			Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день	1638	71,12	56,64	296,23	1977,55
	Суточная потребность (60 %)		46,00	47,00	185,00	1645,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		154,61	120,51	160,12	120,22

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 7</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
3	<i>Бутерброд с маслом</i>	43	1,70	3,45	0,39	45,00
54-1к-2022	<i>Каша жидкая молочная кукурузная</i>	200	7,25	9,28	35,83	245,33
57	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,10	0,03	16,00	65,00
ГП	<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,98	0,20	8,95	98,20
ГП	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	40	3,20	0,06	16,04	40,00
ГП	<i>Печенье или выпечка промышленного или собственного производства</i>	30	3,20	0,06	16,04	83,20
	<i>Итого</i>	533	16,43	13,08	93,25	576,73
<i>Обед</i>						
50	<i>Салат из отварной свеклы с маслом</i>	60	1,69	6,50	5,89	88,80
88М	<i>Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной 200/5</i>	205	1,91	3,97	8,14	85,00
24	<i>Плов с мясом</i>	200	16,80	20,71	32,57	300,80
25	<i>Сок</i>	180	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	<i>Хлеб пшеничный</i>	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	<i>Итого</i>	730	27,27	32,51	100,89	714,80
<i>Полдник</i>						
25	<i>Сок</i>	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	<i>Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	100	1,92	1,92	31,36	98,20
	<i>Итого</i>	300	2,92	2,12	51,36	164,00
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	1563	46,62	47,71	245,50	1455,53
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		46,00	47,00	185,00	1645,00
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		101,35	101,51	132,70	88,48

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 8</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>1</i>	<i>Подгарнировка (зеленый горошек)</i>	<i>40</i>	<i>0,22</i>	<i>0,04</i>	<i>0,76</i>	<i>4,80</i>
<i>34</i>	<i>Омлет с сыром</i>	<i>200</i>	<i>15,69</i>	<i>16,25</i>	<i>34,02</i>	<i>343,00</i>
<i>б/н/ссж</i>	<i>Чай из шиповника</i>	<i>200</i>	<i>5,53</i>	<i>6,06</i>	<i>24,63</i>	<i>174,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,38</i>	<i>9,48</i>	<i>52,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>24,42</i>	<i>22,93</i>	<i>77,84</i>	<i>613,80</i>
<i>Обед</i>						
<i>94К/сс ж</i>	<i>Салат "Мозаика"</i>	<i>60</i>	<i>1,72</i>	<i>3,83</i>	<i>6,08</i>	<i>65,88</i>
<i>98М/СД</i>	<i>Суп крестьянский с крупой на курином бульоне</i>	<i>200</i>	<i>4,88</i>	<i>4,50</i>	<i>10,86</i>	<i>96,00</i>
<i>234М/сс ж</i>	<i>Котлеты или биточки рыбные с соусом сметанным 70/30</i>	<i>100</i>	<i>9,47</i>	<i>8,85</i>	<i>12,21</i>	<i>167,00</i>
<i>7</i>	<i>Пюре картофельное</i>	<i>150</i>	<i>3,95</i>	<i>6,53</i>	<i>26,65</i>	<i>181,68</i>
<i>8б</i>	<i>Напиток витаминизированный</i>	<i>200</i>	<i>0,73</i>	<i>0,00</i>	<i>30,69</i>	<i>130,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,47</i>	<i>0,30</i>	<i>13,44</i>	<i>60,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>795</i>	<i>26,62</i>	<i>24,84</i>	<i>120,78</i>	<i>814,96</i>
<i>Полдник</i>						
<i>8</i>	<i>Молоко кипяченое</i>	<i>200</i>	<i>5,60</i>	<i>6,40</i>	<i>9,40</i>	<i>116,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>30</i>	<i>2,25</i>	<i>2,94</i>	<i>22,32</i>	<i>125,10</i>
<i>ГП</i>	<i>Яблоко, или груша, или банан, или др.</i>	<i>100</i>	<i>0,28</i>	<i>0,28</i>	<i>6,86</i>	<i>32,90</i>
	<i>Итого</i>	<i>330</i>	<i>8,13</i>	<i>9,62</i>	<i>38,58</i>	<i>274,00</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1625</i>	<i>59,17</i>	<i>57,39</i>	<i>237,20</i>	<i>1702,76</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>128,63</i>	<i>122,10</i>	<i>128,22</i>	<i>103,51</i>

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 9</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
32	<i>Бутерброд с джемом или повидлом</i>	42	2,32	0,24	20,26	91,00
19	<i>Каша жидкая молочная манная</i>	200	8,61	9,47	36,99	268,00
2	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	200	5,53	6,06	24,63	174,00
ГП	<i>Яблоко, или груша, или банан, или др.</i>	100	0,28	0,28	6,86	32,90
ГП	<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	40	2,00	0,38	9,48	52,00
	<i>Итого</i>	602	19,72	16,63	107,17	657,90
<i>Обед</i>						
42	<i>Салат картофельный с солеными огурцами</i>	60	1,14	5,15	3,54	61,12
5	<i>Суп картофельный гороховый</i>	200	5,32	3,94	22,20	131,00
311К/сс ж	<i>Гуляш из мяса птицы, 45/45</i>	90	12,14	10,33	2,44	88,99
19	<i>Рис отварной с овощами</i>	150	3,68	8,39	27,54	205,01
25	<i>Сок</i>	180	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	<i>Хлеб пшеничный</i>	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	<i>Итого</i>	765	29,15	29,14	110,01	726,32
<i>Полдник</i>						
25	<i>Сок</i>	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	<i>Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	100	1,92	1,92	31,36	98,20
	<i>Итого</i>	300	2,92	2,12	51,36	164,00
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	1667	51,79	47,89	268,54	1548,22
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		46,00	47,00	185,00	1645,00
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		112,59	101,89	145,16	94,12

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 10</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>224М/сс ж/326М</i>	<i>Запеканка творожная с морковью и молоком сгущенным, 170/40</i>	<i>210</i>	<i>22,69</i>	<i>19,83</i>	<i>58,40</i>	<i>507,54</i>
<i>57</i>	<i>Чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,10</i>	<i>0,03</i>	<i>16,00</i>	<i>65,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>30</i>	<i>1,92</i>	<i>1,92</i>	<i>31,36</i>	<i>98,20</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,38</i>	<i>9,48</i>	<i>52,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>27,69</i>	<i>22,36</i>	<i>124,19</i>	<i>762,74</i>
<i>Обед</i>						
<i>40</i>	<i>Салат из моркови с яблоком</i>	<i>60</i>	<i>1,14</i>	<i>5,15</i>	<i>3,54</i>	<i>61,12</i>
<i>99М/СД</i>	<i>Суп из овощей со сметаной</i>	<i>200</i>	<i>4,88</i>	<i>4,50</i>	<i>10,86</i>	<i>96,00</i>
<i>246</i>	<i>Кнели из говядины</i>	<i>90</i>	<i>12,14</i>	<i>3,33</i>	<i>2,44</i>	<i>88,99</i>
<i>24</i>	<i>Рагу овощное</i>	<i>150</i>	<i>3,60</i>	<i>4,80</i>	<i>20,70</i>	<i>142,00</i>
<i>23</i>	<i>Компот из сухофруктов</i>	<i>200</i>	<i>0,66</i>	<i>0,00</i>	<i>25,36</i>	<i>108,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,47</i>	<i>0,30</i>	<i>13,44</i>	<i>60,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>785</i>	<i>28,29</i>	<i>18,91</i>	<i>97,19</i>	<i>670,51</i>
<i>Полдник</i>						
<i>8</i>	<i>Молоко кипяченое</i>	<i>200</i>	<i>5,60</i>	<i>6,40</i>	<i>9,40</i>	<i>116,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Вафли или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>30</i>	<i>0,84</i>	<i>0,99</i>	<i>23,19</i>	<i>106,20</i>
<i>ГП</i>	<i>Кисломолочный продукт (Йогурт)</i>	<i>95</i>	<i>5,80</i>	<i>6,40</i>	<i>8,00</i>	<i>118,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>325</i>	<i>12,24</i>	<i>13,79</i>	<i>40,59</i>	<i>340,20</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1610</i>	<i>68,22</i>	<i>55,06</i>	<i>261,97</i>	<i>1773,45</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>148,30</i>	<i>117,14</i>	<i>141,61</i>	<i>107,81</i>

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 11</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>3</i>	<i>Бутерброд с маслом и сыром</i>	<i>50</i>	<i>7,07</i>	<i>5,88</i>	<i>17,22</i>	<i>151,00</i>
<i>68</i>	<i>Суп молочный с крупой</i>	<i>200</i>	<i>5,50</i>	<i>6,66</i>	<i>18,13</i>	<i>154,00</i>
<i>30</i>	<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	<i>200</i>	<i>0,14</i>	<i>0,03</i>	<i>16,15</i>	<i>67,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,38</i>	<i>9,48</i>	<i>52,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>510</i>	<i>15,69</i>	<i>13,15</i>	<i>69,93</i>	<i>464,00</i>
<i>Обед</i>						
	<i>Салат овощной с зеленым горошком</i>	<i>60</i>	<i>0,77</i>	<i>5,07</i>	<i>10,16</i>	<i>45,72</i>
<i>49,5</i>	<i>Суп картофельный с клецками</i>	<i>200</i>	<i>6,15</i>	<i>6,96</i>	<i>14,09</i>	<i>153,00</i>
<i>267К/сс ж/380/ К/ссж</i>	<i>Оладьи из пшеницы с морковью с соусом сметанным, 60/30</i>	<i>90</i>	<i>12,01</i>	<i>11,29</i>	<i>13,64</i>	<i>205,07</i>
<i>24</i>	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>150</i>	<i>11,41</i>	<i>7,80</i>	<i>51,56</i>	<i>320,00</i>
<i>77</i>	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	<i>200</i>	<i>0,73</i>	<i>0,00</i>	<i>30,69</i>	<i>130,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,47</i>	<i>0,30</i>	<i>13,44</i>	<i>60,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>785</i>	<i>36,94</i>	<i>32,25</i>	<i>154,43</i>	<i>1028,19</i>
<i>Полдник</i>						
<i>87</i>	<i>Кисель с витаминами для детей школьного возраста</i>	<i>200</i>	<i>1,40</i>	<i>0,00</i>	<i>29,00</i>	<i>122,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>100</i>	<i>1,92</i>	<i>1,92</i>	<i>31,36</i>	<i>98,20</i>
	<i>Итого</i>	<i>300</i>	<i>3,32</i>	<i>1,92</i>	<i>60,36</i>	<i>220,20</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1595</i>	<i>55,95</i>	<i>47,32</i>	<i>284,72</i>	<i>1712,39</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>121,63</i>	<i>100,69</i>	<i>153,90</i>	<i>104,10</i>

<i>возрастная категория 7-11 лет</i>						
<i>День 12</i>						
<i>№ ТК</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
<i>Завтрак</i>						
<i>4</i>	<i>Овоци натуральные соленые</i>	<i>40</i>	<i>0,48</i>	<i>0,06</i>	<i>0,96</i>	<i>7,80</i>
<i>53</i>	<i>Жаркое по-домашнему</i>	<i>200</i>	<i>10,48</i>	<i>14,77</i>	<i>16,79</i>	<i>248,00</i>
<i>2</i>	<i>Чай с молоком</i>	<i>200</i>	<i>5,53</i>	<i>6,06</i>	<i>24,63</i>	<i>174,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>20</i>	<i>0,98</i>	<i>0,20</i>	<i>8,95</i>	<i>40,00</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный или батон</i>	<i>40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,38</i>	<i>9,48</i>	<i>52,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>19,47</i>	<i>21,47</i>	<i>60,81</i>	<i>521,80</i>
<i>Обед</i>						
	<i>Салат из отварной свеклы с сыром</i>	<i>60</i>	<i>1,69</i>	<i>6,50</i>	<i>5,89</i>	<i>88,80</i>
	<i>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</i>	<i>200</i>	<i>8,68</i>	<i>5,21</i>	<i>21,38</i>	<i>167,00</i>
<i>294М/3 30М/сс ж</i>	<i>Биточки из курицы с соусом сметанным, 60/30</i>	<i>90</i>	<i>10,24</i>	<i>10,64</i>	<i>11,86</i>	<i>185,07</i>
<i>89</i>	<i>Картофель отварной</i>	<i>150</i>	<i>2,59</i>	<i>7,67</i>	<i>18,05</i>	<i>166,00</i>
<i>86</i>	<i>Напиток витаминизированный</i>	<i>180</i>	<i>0,78</i>	<i>0,06</i>	<i>22,12</i>	<i>93,28</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>55</i>	<i>4,40</i>	<i>0,83</i>	<i>20,85</i>	<i>114,40</i>
<i>ГП</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,47</i>	<i>0,30</i>	<i>13,44</i>	<i>60,00</i>
	<i>Итого</i>	<i>765</i>	<i>29,85</i>	<i>31,21</i>	<i>113,59</i>	<i>874,55</i>
<i>Полдник</i>						
<i>25</i>	<i>Сок</i>	<i>200</i>	<i>1,00</i>	<i>0,20</i>	<i>20,00</i>	<i>65,80</i>
<i>ГП</i>	<i>Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте</i>	<i>100</i>	<i>1,92</i>	<i>1,92</i>	<i>31,36</i>	<i>98,20</i>
	<i>Итого</i>	<i>300</i>	<i>2,92</i>	<i>2,12</i>	<i>51,36</i>	<i>164,00</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Эн/ц</i>
	<i>Итого за день</i>	<i>1565</i>	<i>52,24</i>	<i>54,80</i>	<i>225,76</i>	<i>1560,35</i>
	<i>Суточная потребность (60 %)</i>		<i>46,00</i>	<i>47,00</i>	<i>185,00</i>	<i>1645,00</i>
	<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>		<i>113,57</i>	<i>116,60</i>	<i>122,03</i>	<i>94,85</i>

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей -возрастная категория 7-11 лет

	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Эн/ц (ккал)</i>
	<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>Итого за 12 дней</i>	724,35	640,48	3129,28	20685,84
<i>Итого за 1 дней</i>	72,43	64,05	312,93	2068,58
<i>Соотношение Б:Ж:У, Са:Р</i>	1,00	0,88	4,32	
<i>Суточная потребность (60 %)</i>	46,00	47,00	185,00	1410,00
<i>Процент удовлетворения суточной потребности</i>	157,47	136,27	169,15	146,71