

СОГЛАСОВАНО:

Директор муниципального автономного  
общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 27 имени

Военнослужащего Федеральной службы

безопасности Российской Федерации

А.Б. Ступникова»

  
З.В. Бердникова  
11 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор муниципальной автономной общеобразовательной организации «КрасЛит»



  
О.И. Никитский  
2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 27 ИМЕНИ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ А.Б.  
СТУПНИКОВА»

г. Красноярск 2024 г.

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	1	2	3	4	Пищевые вещества и энергетичность					Витаминные и минеральные вещества									
						Масса порции	Масса (расчет)	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
275	Каша "Дружба" с маслом сливочным	200/15	215	6,67	6,73	34,84	216,59	0,03	0,02	31,98	1,45	123,41	94,60	26,99	0,17					
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	74,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79					
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20					
Пром.	Пшеника	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,19	5,74	7,20	3,96	0,42					
Итого		515		11,80	13,45	74,91	464,32	0,05	0,13	115,98	2,62	142,89	123,86	38,06	1,58					

№ рецепта	Наименование блюда	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
168	Суп с рыбными консервами	200	200	4,20	8,60	7,91	125,84	0,09	5,46	28,00	0,66	57,83	198,56	24,91	0,16	
493	Филе птицы в сметанном соусе	100	100	11,56	3,50	1,50	83,74	0,16	0,16	25,00	0,35	77,10	122,00	16,10	0,25	
516,01	Макаронные изделия отварные	150	150	3,21	4,19	38,89	206,06	0,16	0,00	25,00	0,18	68,05	12,75	7,86	0,82	
Пром.	Сок фруктовый, овощной, яблочный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	26,67	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27	
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20	
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35	
Итого		790		29,47	18,39	107,86	714,80	0,51	38,77	214,00	3,88	298,29	437,34	88,11	5,17	

№ рецепта	Наименование блюда	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Пром.	Молоко пастеризованное йодированное	200	200	5,04	5,76	8,46	105,84	0,23	0,07	60,00	0,00	256,00	108,00	25,20	0,18	
Итого		300		9,16	19,56	36,92	360,34	0,34	0,16	132,65	0,05	276,34	159,55	37,16	1,34	

Итого за день		Потребность в пищевых веществах		Процент удовлетворения									
1605	1605	50,42	51,40	219,69	1539,46	0,78	39,06	462,63	6,55	717,52	720,74	163,33	7,89
50,05	51,35	217,75	1527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80		
100,74%	100,10%	100,89%	100,79%	100,00%	100,16%	101,68%	100,72%	100,35%	100,80%	100,51%	100,15%		

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО КраспИТ

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Витамины и минеральные вещества														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Завтрак																		
342	Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	150/10	160	10,56	14,68	4,48	192,28	0,06	6,27	48,00	0,39	138,99	291,41	32,43	0,54			
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Вафли	90	90	5,14	9,05	15,27	163,04	0,00	0,02	9,00	0,15	3,24	4,05	2,23	0,63			
Итого		500		21,08	25,69	54,10	531,88	0,08	7,99	82,00	1,52	159,42	317,56	43,57	2,09			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Витамины и минеральные вещества														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Обед																		
120	Огуры свежие порционно	60	60	0,43	0,11	3,36	16,14	0,05	5,40	78,00	0,07	11,10	12,90	7,56	0,49			
145	Суп летний овощной на мясном бульоне	200	200	3,17	2,22	17,52	102,75	0,18	0,27	46,00	0,44	222,40	119,26	35,15	0,20			
438	Лазу	200	200	9,10	9,80	40,99	288,56	0,34	14,22	50,86	1,74	210,64	129,20	42,12	1,34			
639	Компот из смеси сухофруктов	180	180	1,30	0,00	23,00	97,20	0,00	1,66	18,00	0,63	67,00	12,49	4,88	1,00			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,70	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35			
Итого		740		22,55	14,18	121,00	701,80	0,64	21,55	202,86	4,40	525,99	336,18	104,11	4,58			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Витамины и минеральные вещества														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Полдник																		
769	Булочка Домашняя йодированная	105	105	5,88	10,40	19,74	196,04	0,06	0,07	168,00	0,51	16,06	58,92	9,75	0,85			
505	Чай черный с шиповником	200	200	0,62	1,16	21,98	100,84	0,00	9,50	0,00	0,08	12,70	7,48	5,76	0,32			
Итого		305		6,50	11,56	41,72	296,88	0,06	9,57	168,00	0,59	28,76	66,40	15,51	1,17			

Итого за день	1 545
Потребность в пищевых веществах	50,13 51,42 216,82 1 530,56 0,78 39,11 452,86 6,51 714,17 720,13 163,19 7,84
Процент удовлетворения	50,05 51,35 217,75 1 527,50 0,78 39,00 455,00 6,50 715,00 715,00 162,50 7,80
	100,16% 100,13% 99,57% 100,20% 100,26% 100,27% 99,53% 100,14% 99,88% 100,72% 100,42% 100,47%

**Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО КраспИТ**

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность																				
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15										
<b>Завтрак</b>																								
271	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/15	215	8,89	14,73	30,23	279,40	0,06	1,20	68,80	0,04	176,03	96,85	14,74	0,05									
105	Бульброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	40	1,68	6,16	12,60	112,56	0,06	0,03	41,60	0,47	78,72	63,20	8,08	0,45									
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79									
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,80	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20									
<b>Итого</b>		505		16,13	23,93	79,34	587,60	0,15	1,92	135,40	1,55	340,07	222,61	36,23	1,48									
<b>Обед</b>																								
120	Помидоры свежие порционно	60	60	0,59	0,11	7,40	32,94	0,08	8,22	25,20	0,05	7,56	14,04	10,80	0,49									
160	Суп с клецками на мясном бульоне	200/20	220	2,02	9,93	16,56	163,68	0,02	17,68	67,62	0,03	89,67	39,30	15,96	0,02									
354	Рыба под маринадом	90	90	16,89	5,56	2,51	127,64	0,03	6,16	42,50	1,02	195,56	229,89	38,56	2,49									
520	Картофельное пюре	150	150	4,50	7,56	29,98	205,94	0,02	2,36	45,00	0,09	38,76	87,91	29,97	0,51									
523	Компот из яблок с лимоном	180	180	0,21	0,18	20,30	83,64	0,02	1,33	18,00	1,26	2,90	1,81	1,47	0,39									
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20									
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35									
<b>Итого</b>		800		32,76	25,39	112,87	810,99	0,22	35,76	208,32	4,18	349,30	435,28	111,16	5,44									
<b>Полдник</b>																								
Пром.	Пряник	20	20	0,90	2,05	4,30	39,25	0,00	0,01	2,00	0,08	2,30	2,88	1,58	0,17									
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79									
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	63,90	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13									
<b>Итого</b>		320		1,48	2,50	27,04	134,16	0,41	1,64	112,00	0,83	25,35	58,70	15,12	1,09									

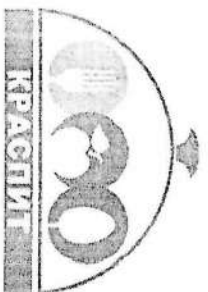
Итого за день	1 625	50,37	51,81	219,26	1 532,75	0,79	39,31	455,72	6,56	714,72	716,59	162,51	8,01
Потребность в пищевых веществах	50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80	
Процент удовлетворения	100,63%	100,90%	100,69%	100,34%	100,74%	100,79%	100,16%	100,94%	99,96%	100,22%	100,01%	102,71%	

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Первая  
7-11 лет

Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
334	Макаронны запеченные с сыром	220	220	6,08	9,39	18,49	182,79	0,20	1,40	22,00	1,16	62,26	143,66	10,63	1,57			
692	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,79	3,10	20,90	122,62	0,12	1,17	20,00	0,02	108,27	81,00	12,60	0,13			
Пром.	Хлеб пшеничный йодовый	50	50	3,56	0,36	23,40	111,06	0,02	0,00	5,00	0,82	14,94	48,74	14,15	0,08			
Пром.	Печенье	40	40	1,59	2,12	11,23	70,37	0,00	0,01	6,40	0,10	1,73	2,16	1,19	0,34			
	<b>Итого</b>	510		14,01	14,97	74,02	486,83	0,34	2,58	53,40	2,10	187,20	275,56	38,57	2,12			

Пром.	Наименование	Масса	Масса	Пищевые вещества и энерг.цен-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
<b>Обед</b>																		
Пром.	Кукуруза консервированная	60	60	1,19	1,30	13,92	72,10	0,01	9,18	105,00	0,26	12,78	3,18	12,36	0,36			
124	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	210	4,49	6,83	5,09	99,82	0,12	11,88	126,00	0,69	183,89	112,00	22,49	0,81			
422	Котлета рубленая из филе птицы	90	90	11,26	10,46	2,33	138,50	0,15	4,28	84,00	0,09	176,50	104,60	22,01	0,97			
511,01	Рис припущенный	150	150	3,50	4,26	37,98	204,24	0,09	5,13	30,00	1,08	51,38	104,33	39,63	0,24			
270	Напиток из плодов шиповника	180	180	0,31	0,00	18,68	75,95	0,00	4,86	18,00	0,32	4,41	0,81	1,62	0,29			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35			
	<b>Итого</b>	790		29,29	24,90	114,12	787,75	0,43	35,33	373,00	4,17	443,80	387,24	112,51	4,21			

Пром.	Наименование	Масса	Масса	Пищевые вещества и энерг.цен-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
<b>Полдник</b>																		
Пром.	Вафли	100	100	5,71	10,05	16,97	181,15	0,00	0,03	10,00	0,16	3,60	4,50	2,48	0,70			
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79			
	<b>Итого</b>	300		6,97	11,49	31,73	258,19	0,02	0,71	30,00	0,29	84,42	52,43	12,74	1,49			

Итого за день		1 600	50,27	51,36	219,87	1 532,77	0,79	38,63	456,40	6,56	715,42	715,24	163,81	7,82
Потребность в пищевых веществах			50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
Процент удовлетворения			100,45%	100,01%	100,97%	100,35%	100,64%	99,04%	100,31%	100,86%	100,06%	100,03%	100,81%	100,31%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Красит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятица  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
328	Запеканка из творога с рисом и спущенным молоком	150/10	160	9,80	10,88	22,28	126,24	0,09	0,16	130,00	0,64	146,52	112,64	24,32	2,10			
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Мандарины	100	100	0,73	0,28	14,20	47,70	0,01	10,91	80,00	0,00	48,96	24,12	15,57	0,02			
<b>Обед</b>		<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>15,19</b>	<b>12,94</b>	<b>71,01</b>	<b>346,72</b>	<b>0,12</b>	<b>17,85</b>	<b>235,00</b>	<b>1,55</b>	<b>211,39</b>	<b>160,24</b>	<b>47,77</b>	<b>3,09</b>			

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
112	Оурды соленые	60	60	0,43	0,05	1,04	6,37	0,05	7,50	33,18	0,24	7,56	14,04	10,80	0,10			
327	Сул картофельный на мясном бульоне	200	200	3,80	7,25	21,63	166,97	0,13	0,03	58,25	0,45	248,63	225,60	28,20	0,66			
508,3	Гуляш из отварного мяса	90	90	11,16	17,29	4,53	226,59	0,32	0,02	26,46	1,24	172,61	148,72	28,96	0,56			
Пром.	Каша гречневая рассыпчатая	150	150	6,27	6,11	29,16	196,67	0,05	0,00	30,00	0,26	45,00	96,30	25,20	0,23			
Пром.	Напиток витаминизированный	180	180	0,00	0,00	15,39	61,56	0,06	12,60	30,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35			
<b>Полдник</b>		<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>30,21</b>	<b>32,75</b>	<b>107,87</b>	<b>855,30</b>	<b>0,67</b>	<b>20,15</b>	<b>187,89</b>	<b>4,62</b>	<b>488,65</b>	<b>546,98</b>	<b>107,56</b>	<b>3,09</b>			

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
685	Печенье	100	100	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72			
<b>Итого</b>		<b>300</b>	<b>300</b>	<b>5,05</b>	<b>5,66</b>	<b>40,69</b>	<b>233,88</b>	<b>0,00</b>	<b>1,74</b>	<b>36,00</b>	<b>0,32</b>	<b>17,01</b>	<b>12,87</b>	<b>8,73</b>	<b>1,57</b>			

Итого за день: 1 590  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

50,45	51,35	219,57	1 527,60	0,79	39,74	458,89	6,49	717,05	720,09	164,07	7,75
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,80%	100,00%	100,83%	100,01%	100,90%	101,89%	100,85%	99,81%	100,29%	100,71%	100,97%	99,32%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Вторая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
1	Завтрак	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						

212	Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочным	200/15	215	5,88	10,53	30,03	169,32	0,19	0,01	5,45	1,29	151,90	10,20	0,17	0,15
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Печенье	40	40	1,59	2,12	11,23	70,37	0,00	0,01	6,40	0,10	1,73	2,16	1,19	0,34
Итого		505		11,95	14,25	70,59	389,29	0,21	0,11	126,85	2,37	167,36	34,42	8,47	1,48

Обед

120	Орुцы свежие порционно	60	60	0,43	0,11	3,36	16,14	0,05	5,40	78,00	0,07	11,10	12,90	7,56	0,40
144	Суп картофельный с фасолью на бульоне со сметаной	200/10	210	5,98	7,93	12,92	172,85	0,18	0,02	1,56	0,38	196,50	168,80	50,34	0,15
449	Птица в соусе с овощами	100	100	13,80	12,37	8,10	210,84	0,11	0,01	1,20	0,67	235,70	258,20	22,52	0,15
511,01	Рис отварной	150	150	3,50	4,25	37,98	218,66	0,09	4,12	30,00	0,28	51,38	104,33	39,62	0,23
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	23,67	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35
Итого		800		32,26	26,71	116,62	888,22	0,51	33,22	138,76	3,62	520,87	617,89	140,92	4,75

Полдник

769	Булочка домашняя ядрованная	105	105	5,88	10,40	19,74	196,04	0,06	0,07	168,00	0,51	16,06	58,92	9,75	0,85
686	Чай черный с сахаром и лимонном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
Итого		305		6,24	10,58	32,52	250,22	0,06	6,85	188,00	0,51	27,47	67,78	14,49	1,62

Итого за день		1 610	50,45	51,54	219,73	1 527,73	0,78	40,18	453,61	6,50	715,70	720,09	163,88	7,85
Потребность в пищевых веществах		1 610	50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
Процент удовлетворения			100,79%	100,36%	100,91%	100,02%	100,54%	103,02%	99,69%	100,06%	100,10%	100,71%	100,85%	100,68%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Вторая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность								Витамины и минеральные вещества						
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
329	Тудинг творожный с фруктами, с молоком стученым	170/10	180	7,70	7,56	22,52	188,94	0,09	0,41	50,00	0,65	207,54	173,00	44,76	0,25			
693	Какао с молоком	200	200	0,48	2,54	18,39	98,33	0,08	1,17	40,00	0,11	111,04	95,15	21,78	0,70			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Вафли	70	70	4,00	7,04	11,88	126,81	0,00	0,02	7,00	0,11	2,52	3,15	1,73	0,49			
Итого		500		16,48	18,73	74,54	532,67	0,18	1,59	102,00	1,78	325,60	285,92	71,42	1,64			
<b>Обед</b>																		
Пром.	Кукуруза консервированная	60	60	1,19	1,30	13,92	72,10	0,01	9,18	105,00	0,26	12,78	3,18	12,36	0,36			
140	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	200	5,29	2,32	10,50	84,07	0,14	7,98	27,60	1,10	182,67	138,30	14,54	0,18			
436	Жаркое по-домашнему	200	200	13,26	12,15	25,90	265,99	0,26	1,62	24,00	0,69	94,75	119,20	24,12	1,15			
524	Напиток лимонный	180	180	0,15	0,02	15,12	61,21	0,02	17,10	90,00	0,83	55,84	43,76	8,81	0,99			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35			
Итого		740		28,44	17,83	101,57	680,51	0,49	35,88	256,60	4,60	360,89	366,76	74,23	4,23			

<b>Полдник</b>															
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
587	Булочка "Гребешок" йодированная	105	105	4,32	14,49	29,88	267,23	0,11	0,09	76,28	0,05	21,36	54,13	12,56	1,22
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,89	7,47	5,76	0,12
Итого		305		5,40	14,85	42,48	325,19	0,11	1,79	96,28	0,12	34,05	61,60	18,32	1,94

Итого за День		1 545
Погрешность в пищевых веществах		50,32 51,42 218,59 1 538,37 0,78 39,27 454,88 6,51 720,54 714,28 163,97 7,80
Процент удовлетворения		50,05 51,35 217,75 1 527,50 0,78 39,00 455,00 6,50 715,00 715,00 162,50 7,80
		100,54% 100,13% 100,38% 100,71% 100,33% 100,65% 99,97% 100,11% 100,77% 99,90% 100,91% 100,06%



Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Второй  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность													
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1		3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		

Завтрак															
492	Плов с мясом	200	200	10,34	14,37	16,13	235,23	0,19	0,20	88,00	0,60	127,70	249,12	56,48	0,60
666	Чай черный с сахаром и лимонном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Пряник	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,19	5,74	7,20	3,96	0,42
Итого		500		17,25	21,28	61,41	506,13	0,21	7,00	118,00	1,70	149,35	279,80	68,33	1,99

Обед															
120	Помидоры свежие порционно	60	60	0,59	0,11	7,40	32,94	0,08	8,22	25,20	0,05	7,56	14,04	10,80	0,49
132	Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	200/10	210	1,87	9,88	4,34	113,76	0,03	5,89	60,50	0,38	174,42	165,45	23,17	0,25
245	Минтай запеченный в молочном соусе	90	90	5,69	3,16	2,21	60,04	0,04	4,10	81,50	0,19	222,60	15,30	7,56	2,21
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	150	150	6,27	6,11	29,16	196,67	0,05	0,00	30,00	0,26	45,00	96,30	25,20	0,23
494	Компот из плодов и ягод сушеных	180	180	0,24	0,02	14,18	57,82	0,00	0,08	18,00	0,08	13,28	8,67	3,48	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35
Итого		790		23,22	21,32	93,41	658,37	0,25	18,29	225,20	2,69	477,71	362,08	84,61	5,45

Полдник															
540	Шанежка наливная	100	100	9,60	9,00	46,21	304,24	0,25	0,06	16,00	0,49	91,80	79,98	9,67	0,38
Пром.	Напиток витаминизированный	200	200	0,00	0,00	17,10	68,40	0,07	14,00	100,00	1,62	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		300		9,60	9,00	63,31	372,64	0,32	14,06	116,00	2,11	91,80	79,98	9,67	0,38

Итого за день		1 590	50,07	51,60	218,13	1 537,45	0,78	39,35	459,20	6,50	718,86	721,86	162,61	7,82
Потребность в пищевых веществах			50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
Процент удовлетворения			100,03%	100,48%	100,17%	100,63%	100,00%	100,89%	100,92%	99,99%	100,54%	100,96%	100,07%	100,24%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Второй  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		

340	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/10	160	7,52	8,32	2,32	114,24	0,06	8,27	23,20	0,03	225,98	141,92	24,32	0,52
685	Чай черныи с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	63,90	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13
	Итого	510		13,30	10,73	51,84	354,70	0,49	11,51	48,20	1,70	256,99	212,40	42,81	1,56

<b>Обед</b>															
515	Горошек консервированный	60	60	1,94	0,05	5,29	29,43	0,02	6,48	108,00	0,48	69,12	30,36	18,36	0,42
110	Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	210	2,27	10,29	12,45	151,48	0,04	5,97	33,65	1,89	187,31	25,81	20,06	0,97
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	90	90	12,22	3,48	2,72	91,08	0,06	3,50	0,05	0,43	44,75	239,25	14,75	0,12
522	Картофель запеченный	150	150	6,45	15,72	52,41	376,92	0,02	2,37	45,00	0,11	38,76	87,92	29,97	0,51
489	Напиток из облепихи	180	180	0,24	1,10	21,35	96,29	0,03	9,30	90,00	0,08	80,14	27,56	13,67	0,99
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35
	Итого	790		31,68	32,70	130,35	942,35	0,22	27,62	286,70	4,72	434,94	473,22	111,21	4,56

<b>Полдник</b>															
569	Крендель сахарный	105	105	4,94	8,08	29,16	209,14	0,08	0,00	10,50	0,00	16,10	22,75	5,55	0,92
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79
	Итого	305		5,12	8,08	36,73	240,15	0,08	0,09	120,50	0,07	25,34	30,18	9,51	1,71

Итого за день	1 605	50,10	51,51	218,93	1 537,20	0,79	39,22	455,40	6,49	717,27	715,80	163,53	7,83
Потребность в пищевых веществах		50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
Процент удовлетворения		100,09%	100,30%	100,54%	100,64%	100,72%	100,57%	100,09%	99,77%	100,32%	100,11%	100,63%	100,38%



Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО КраспИТ

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	1	2	3	4	Пищевые вещества и энергетическая ценность					Витамины и минеральные вещества				
						Масса порции	Масса (расчет)	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е
<b>Завтрак</b>															
275	Каша "Дружба" с маслом сливочным	250/15	265	10,13	8,29	42,94	286,15	0,04	0,02	48,22	1,48	150,88	118,27	28,27	0,13
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	3,101	0,00	0,09	64,80	0,49	9,23	7,43	3,96	1,38
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27
Пром.	Пряник	20	20	0,90	2,05	4,30	39,25	0,00	0,01	2,00	0,08	2,30	2,88	1,58	0,17
Итого		555		17,23	12,58	85,26	502,45	0,06	0,12	122,02	3,32	168,71	149,06	38,22	1,95
<b>Обед</b>															
515	Горошек консервированный	100	100	3,24	0,09	8,82	49,05	0,03	10,80	180,00	0,80	115,20	50,60	30,60	0,70
168	Суп с рыбными консервами	250	250	5,57	16,85	13,18	212,73	0,10	8,04	14,12	0,38	94,79	201,66	42,39	0,33
493	Филе птицы в сметанном соусе	100	100	11,56	3,50	1,50	83,74	0,16	7,60	2,50	0,35	77,10	122,00	16,10	1,07
516,01	Макаронные изделия отварные	180	180	3,85	5,02	46,67	247,27	0,16	0,00	43,00	0,21	57,66	15,30	9,43	0,99
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	23,67	43,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43
Итого		970		37,89	28,51	144,63	972,80	0,57	50,11	298,62	4,97	381,02	507,24	129,66	8,05
<b>Полдник</b>															
587	Булочка "Гребешок" йодированная	150	150	6,17	20,70	42,69	381,76	0,16	0,14	108,98	0,07	30,51	77,33	17,94	1,74
Пром.	Молоко пастеризованное йодированное	200	200	5,04	5,76	8,46	105,84	0,23	0,07	60,00	0,00	256,00	108,00	25,20	0,18
Итого		350		11,21	26,46	51,15	487,60	0,40	0,21	168,98	0,07	286,51	185,33	43,14	1,92

Итого за день		1 875		66,34		67,56		281,05		1 962,84		0,92		50,44		569,62		8,36		836,24		84,62		211,02		11,93	
Потребность в пищевых веществах		1 875		65,70		67,16		279,59		1 985,60		0,91		49,00		585,00		8,40		840,00		84,00		210,00		11,70	
Процент удовлетворения		100,97%		100,59%		100,52%		100,85%		101,10%		102,93%		100,79%		99,55%		99,55%		99,55%		100,19%		100,49%		101,95%	

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	Завтрак	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
342	Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	200/10	210	13,96	19,26	5,88	252,70	0,08	10,86	83,00	1,25	180,61	474,17	39,94	0,71			
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Вафли	90	90	5,14	9,05	15,27	163,04	0,00	0,02	9,00	0,15	3,24	4,05	2,23	0,63			
Итого		570		26,20	30,91	64,20	639,74	0,11	12,58	119,00	2,74	202,84	506,17	52,33	2,34			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
120	Огурцы свежие порционно	100	100	0,72	0,18	5,60	26,90	0,09	9,00	130,00	0,12	18,50	21,50	12,60	0,81			
145	Суп летний овощной на мясном бульоне	250	250	3,96	2,77	21,90	128,43	0,02	8,34	36,50	1,18	286,00	56,15	41,35	0,85			
438	Ау	250	250	11,37	12,47	59,26	360,70	0,35	8,00	29,00	0,25	203,95	48,77	55,15	2,66			
639	Компот из смеси сухофруктов	180	180	1,30	0,00	23,00	97,20	0,00	1,66	18,00	0,63	74,57	12,49	4,88	1,00			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43			
Итого		940		31,02	18,47	166,09	920,66	0,56	27,00	229,50	4,93	609,95	245,25	138,64	8,03			

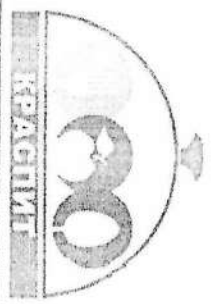
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
769	Булочка домашняя йодированная	150	150	8,40	14,85	28,20	280,06	0,09	0,09	240,00	0,73	22,94	84,17	13,93	1,22			
505	Чай черный с шиповником	200	200	0,62	1,16	21,98	100,84	0,00	9,50	0,00	0,08	12,70	7,48	5,76	0,32			
Итого		350		9,02	16,01	50,18	380,90	0,09	9,59	240,00	0,81	35,64	91,65	19,69	1,54			

Итого за день		1860
Потребность в пищевых веществах		66,24
Процент удовлетворения		65,70
		67,39
		280,47
		1985,76
		0,91
		49,17
		588,50
		8,48
		848,43
		843,06
		210,66
		11,90
		100,82%
		100,34%
		100,31%
		100,01%
		100,00%
		100,35%
		100,60%
		100,94%
		101,00%
		100,36%
		100,31%
		101,72%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность								Витамины и минеральные вещества						
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
271	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	230/15	245	10,13	16,78	34,44	318,38	0,09	1,37	73,50	0,04	278,17	103,64	12,24	0,60			
105	Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	40	1,68	6,16	12,60	112,56	0,06	0,03	41,60	0,47	78,72	63,20	8,08	0,45			
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,01	10,91	80,00	0,00	48,96	24,12	15,57	0,02			
Итого		555		19,09	26,62	92,25	674,02	0,17	12,99	215,10	0,64	486,67	238,89	46,15	1,85			

**Обед**

120	Помидоры свежие порционно	100	100	0,99	0,18	12,33	54,90	0,13	3,80	31,35	0,09	12,60	23,40	18,00	0,81
160	Суп с клецками на мясном бульоне	250/20	270	2,48	12,18	22,25	220,96	0,02	22,70	74,00	0,78	99,67	99,30	39,59	0,36
354	Рыба под маринадом	100	100	18,76	6,17	2,78	141,69	0,04	4,02	65,00	1,87	144,00	190,00	28,40	3,50
520	Картофельное пюре	180	180	5,39	9,07	40,75	266,23	0,02	2,84	54,00	0,13	46,51	125,49	35,96	0,81
523	Компот из яблок с лимонном	180	180	0,21	0,18	20,30	83,64	0,02	1,33	18,00	1,26	2,90	1,81	1,47	0,39
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43
Итого		990		49,70	36,57	178,97	1258,80	0,33	34,69	258,35	6,88	330,61	546,34	148,09	8,57

**Полдник**

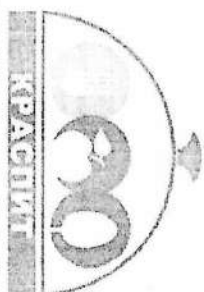
Пром.	Пирог	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,19	5,74	7,20	3,96	0,42
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	63,90	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13
Итого		350		2,83	5,58	33,49	193,03	0,41	1,65	115,00	0,95	28,80	63,02	17,50	1,35

Итого за День		1 895	66,30	67,08	279,67	1 985,80	0,92	49,33	588,45	8,46	846,08	848,25	211,73	11,77
Потребность в пищевых веществах		65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70	
Процент удовлетворения		100,91%	99,88%	100,03%	100,01%	100,67%	100,67%	100,59%	100,77%	100,72%	100,98%	100,83%	100,60%	

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Витамины и минеральные вещества														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			

**Завтрак**

334	Макаронны запеченные с сыром	250	250	6,90	10,67	23,11	228,48	0,23	0,50	25,00	0,18	70,75	163,25	7,54	1,67
692	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,79	3,10	20,90	122,62	0,12	1,17	20,00	0,02	108,27	81,00	12,60	0,13
Пром.	Хлеб пшеничный йодовый	70	70	4,98	0,50	32,76	155,48	0,03	0,00	7,00	1,15	20,92	68,24	19,81	0,11
Пром.	Печенье	70	70	2,78	3,71	19,66	123,14	0,00	0,03	11,20	0,18	3,02	3,78	2,08	0,59
Итого		590		17,44	17,98	96,43	629,72	0,37	1,70	63,20	1,52	202,96	316,27	42,03	2,50

**Обед**

Пром.	Кукуруза консервированная	100	100	1,98	2,16	23,20	120,16	0,01	15,30	175,00	0,11	21,30	5,30	20,60	0,60
124	Ци из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	260	5,55	8,45	6,30	123,58	0,16	11,73	186,00	0,27	365,48	70,57	27,85	0,70
422	Котлета рубленая из филе птицы	100	100	12,51	11,62	3,70	169,42	0,14	9,84	61,00	1,84	73,20	162,00	32,90	2,87
511,01	Рис припущенный	180	180	4,19	5,11	45,58	245,09	0,11	4,95	36,00	1,30	61,65	125,19	47,05	0,29
270	Напиток из плодов шиповника	180	180	0,31	0,00	18,68	75,95	0,00	4,86	18,00	0,32	4,41	0,81	1,62	0,29
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43
Итого		980		38,21	30,39	153,78	1 041,62	0,53	46,68	492,00	6,59	550,97	470,20	154,67	7,45

**Полдник**

Пром.	Вафли	150	150	8,57	15,08	25,45	271,73	0,00	0,04	15,00	0,24	5,40	6,75	3,71	1,05
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79
Итого		350		9,83	16,52	40,21	348,77	0,02	0,72	35,00	0,37	86,22	54,68	13,97	1,85

Итого за день 1 920

Погрешность в пищевых веществах

Процент удовлетворения

65,75	67,13	281,32	2 020,11	0,92	49,10	590,20	8,48	840,15	841,16	210,67	11,79
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
100,08%	100,96%	100,62%	101,74%	100,99%	100,21%	100,89%	100,91%	100,02%	100,14%	100,32%	100,77%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятница  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность											Витамины и минеральные вещества															
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
<b>Завтрак</b>																														
328	Запеканка из творога с рисом и ступенным молоком	170/10	180	11,02	12,24	25,06	142,02	0,13	0,18	1,24	0,72	229,50	157,50	27,36	2,25															
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77															
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27															
Пром.	Мандарины	100	100	0,73	0,28	14,20	62,23	0,01	10,91	80,00	0,00	48,96	24,12	15,57	0,02															
	<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>18,13</b>	<b>14,94</b>	<b>82,49</b>	<b>424,47</b>	<b>0,16</b>	<b>17,87</b>	<b>108,24</b>	<b>1,99</b>	<b>296,17</b>	<b>210,95</b>	<b>52,07</b>	<b>3,32</b>															
<b>Обед</b>																														
Пром.	Омлеты соленные	100	100	0,72	0,09	1,73	10,61	0,08	12,50	55,30	0,40	12,60	23,40	18,00	0,17															
112	Суп картофельный на мясном бульоне	250	250	4,47	9,06	29,03	208,33	0,04	1,22	132,40	0,13	338,25	272,25	62,30	0,83															
327	Гуляш из отварного мяса	100	100	12,35	19,21	5,03	251,76	0,41	3,20	106,28	0,71	102,90	103,80	13,26	2,54															
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	7,52	7,33	34,99	236,00	0,05	0,00	36,00	0,54	53,99	115,55	30,25	0,27															
Пром.	Напиток витаминизированный	180	180	0,00	0,00	15,39	61,56	0,06	12,60	90,00	1,46	0,00	0,00	0,00	0,00															
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27															
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43															
	<b>Итого</b>	<b>970</b>		<b>40,73</b>	<b>38,74</b>	<b>142,50</b>	<b>1240,30</b>	<b>0,75</b>	<b>29,52</b>	<b>435,98</b>	<b>5,99</b>	<b>532,67</b>	<b>621,34</b>	<b>148,47</b>	<b>6,51</b>															
<b>Полдник</b>																														
Пром.	Печенье	150	150	5,95	7,95	42,13	263,87	0,00	0,05	24,00	0,38	6,48	8,10	4,46	1,27															
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72															
	<b>Итого</b>	<b>350</b>		<b>7,03</b>	<b>8,31</b>	<b>54,73</b>	<b>321,83</b>	<b>0,00</b>	<b>1,75</b>	<b>44,00</b>	<b>0,45</b>	<b>19,17</b>	<b>15,57</b>	<b>10,22</b>	<b>1,99</b>															

Итого за день 1 870

Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

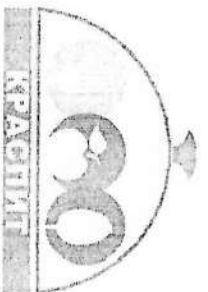
65,89	66,99	279,72	1 986,60	0,91	49,14	588,22	8,43	848,02	847,86	210,75	11,81
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
100,29%	99,75%	100,05%	100,05%	100,10%	100,29%	100,55%	100,32%	100,95%	100,94%	100,36%	100,96%



Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность													
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																	
212	Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочным	250/15	265	6,76	12,75	35,78	284,88	0,21	0,29	6,50	1,59	199,55	0,00	0,21	0,19		
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79		
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	186,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27		
Пром.	Печенье	40	40	1,59	2,12	11,23	70,37	0,00	0,01	6,40	0,10	1,73	2,16	1,19	0,34		
<b>Итого</b>		<b>575</b>		<b>14,54</b>	<b>17,11</b>	<b>85,03</b>	<b>552,29</b>	<b>0,24</b>	<b>0,40</b>	<b>129,90</b>	<b>3,04</b>	<b>216,81</b>	<b>30,07</b>	<b>9,77</b>	<b>1,59</b>		
<b>Обед</b>																	
120	Огуцы свежие порционно	100	100	0,72	0,18	5,60	13,50	0,09	9,00	130,00	0,12	18,50	21,50	12,60	0,81		
144	Суп картофельный с фасолью на бульоне со сметаной	250/10	260	4,89	8,58	13,52	205,77	0,18	0,05	2,60	1,16	244,92	198,88	68,66	1,89		
449	Птица в соусе с овощами	100	100	13,80	12,37	8,10	210,84	0,09	0,01	1,20	0,67	235,70	258,20	22,52	0,15		
511.01	Рис отварной	180	180	4,20	5,10	45,57	244,99	0,11	4,94	36,00	1,30	61,66	125,19	47,55	0,28		
Пром.	Сок фруктовый, овощной, яблочный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	23,67	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27		
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	186,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27		
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43		
<b>Итого</b>		<b>980</b>		<b>42,46</b>	<b>29,28</b>	<b>147,26</b>	<b>1055,11</b>	<b>0,59</b>	<b>37,67</b>	<b>203,80</b>	<b>6,48</b>	<b>597,05</b>	<b>721,45</b>	<b>182,47</b>	<b>8,10</b>		

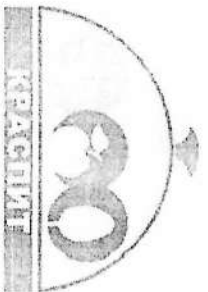
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность													
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
769	Булочка Домашняя йодированная	150	150	8,40	14,85	28,20	280,05	0,09	0,09	240,00	0,73	22,94	84,17	13,93	1,22		
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77		
<b>Итого</b>		<b>350</b>		<b>8,76</b>	<b>15,03</b>	<b>40,98</b>	<b>334,24</b>	<b>0,09</b>	<b>6,87</b>	<b>260,00</b>	<b>0,73</b>	<b>34,35</b>	<b>93,03</b>	<b>18,67</b>	<b>1,99</b>		

Итого за день		1905
Потребность в пищевых веществах	65,77	67,06
Процент удовлетворения	65,70	67,16
	100,10%	100,85%
	279,59	279,59
	1985,60	1985,60
	0,91	0,91
	49,00	49,00
	585,00	585,00
	8,40	8,40
	104,19%	104,19%
	100,98%	100,98%
	100,54%	100,54%
	210,00	210,00
	11,70	11,70
	100,43%	100,43%
	11,79	11,79
	100,77%	100,77%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний

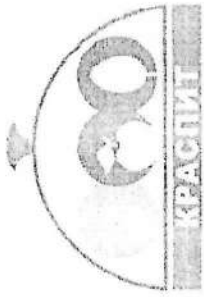


№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность										Витамины и минеральные вещества									
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe								
1		2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15								
<b>Завтрак</b>																							
329	Пудинг творожный с фруктами, с молоком сгущенным	200/10	210	8,99	8,82	26,27	233,39	0,11	0,47	59,33	0,76	242,13	201,83	52,22	0,29								
693	Какао с молоком	200	200	0,48	2,54	18,39	98,33	0,08	1,17	40,00	0,11	111,04	95,15	21,78	0,70								
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27								
Пром.	Вафли	70	70	4,00	7,04	11,88	126,81	0,00	0,02	7,00	0,11	2,52	3,15	1,73	0,49								
		Итого	550	19,49	20,63	86,99	624,56	0,21	1,66	113,33	2,26	361,99	320,60	80,14	1,76								
<b>Обед</b>																							
Пром.	Кукуруза консервированная	100	100	1,98	2,16	23,20	120,16	0,01	15,30	175,00	0,43	21,30	5,30	20,60	0,60								
140	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне	250	250	6,62	2,92	13,12	105,22	0,11	9,48	34,50	1,38	228,33	172,87	19,17	0,22								
436	Жаркое по-домашнему	250	250	17,25	17,59	32,37	332,48	0,03	4,00	25,00	0,86	105,94	149,00	31,15	1,43								
524	Напиток лимонный	180	180	0,15	0,02	15,12	61,21	0,02	17,10	90,00	0,83	55,84	43,76	8,81	0,99								
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27								
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43								
		Итого	940	39,66	25,74	140,14	926,50	0,27	45,88	340,50	6,24	436,34	477,26	104,39	7,53								

<b>Поддник</b>																							
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность										Витамины и минеральные вещества									
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe								
587	Булочка "Гребешок" йодированная	150	150	6,17	20,70	42,69	381,76	0,16	0,14	108,98	0,07	30,51	77,33	17,94	1,74								
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72								
		Итого	350	7,25	21,06	55,29	439,72	0,16	1,84	128,98	0,14	43,20	84,80	23,70	2,46								

Итого за День	1 840	66,40	67,43	282,41	1 990,78	0,92	49,38	582,81	8,64	841,53	882,66	208,23	11,75
Потребность в пищевых веществах		65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
Процент удовлетворения		101,07%	100,40%	101,01%	100,26%	100,02%	100,77%	99,62%	102,82%	100,18%	105,08%	99,16%	100,43%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспит



День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества						
			Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
492	Плов с мясом	250	12,93	17,97	20,16	294,03	0,23	0,25	110,00	0,75	159,63	311,40	70,60	2,18		
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77		
Пром.	Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27		
Пром.	Пряник	30	1,35	3,08	6,45	58,88	0,00	0,01	3,00	0,11	3,45	4,32	2,38	0,25		
	Итого	550	20,66	23,46	69,84	573,12	0,26	7,04	140,00	2,14	180,78	345,05	82,12	3,48		

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества						
			Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Обед</b>																
120	Помидоры свежие порционно	100	0,99	0,18	12,33	54,90	0,13	13,70	42,00	0,09	12,60	23,40	18,00	0,81		
132	Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	250/10	2,33	13,23	5,73	151,31	0,03	12,80	75,62	0,88	182,14	206,81	28,68	0,31		
245	Мятай запеченный в молочном соусе	100	6,32	3,51	2,45	66,71	0,04	2,40	90,55	2,20	236,33	17,00	8,40	2,30		
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,52	7,33	34,99	236,00	0,05	0,00	36,00	0,31	53,99	115,55	30,25	0,27		
494	Компот из плодов и ягод сушеных	180	0,24	0,02	14,18	57,82	0,00	0,08	18,00	0,08	13,28	8,67	3,48	0,73		
Пром.	Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	0,86	6,30	20,48	4,41	0,27		
Пром.	Хлеб ржаной	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	0,47	18,63	85,86	20,25	2,43		
	Итого	980	31,08	27,31	126,00	874,17	0,36	28,98	319,00	4,69	523,28	477,77	113,47	7,12		

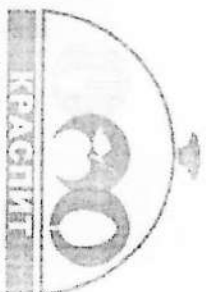
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества						
			Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Полдник</b>																
540	Шанежка наливная	150	14,40	13,50	69,32	456,36	0,38	0,09	24,00	0,74	137,70	119,97	14,51	0,57		
Пром.	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	17,10	68,40	0,07	14,00	100,00	1,62	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Итого	350	14,40	13,50	86,42	524,76	0,45	14,09	124,00	2,36	137,70	119,97	14,51	0,57		

Итого за день	1880
Потребность в пищевых веществах	66,13
Процент удовлетворения	65,70
	100,66%
	100,04%
	100,95%
	100,01%
	101,10%
	100,22%
	99,66%
	100,25%
	100,21%
	100,21%
	84,176
	841,79
	210,10
	8,58
	583,00
	8,40
	585,00
	8,40
	840,00
	210,00
	11,70
	100,05%
	100,51%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



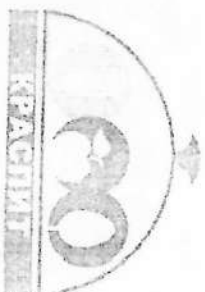
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть															Витамины и минеральные вещества																			
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe											
Завтрак																																						
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	170/10	180	8,46	9,36	4,86	137,52	0,06	9,31	32,85	0,04	254,23	254,20	38,60	0,58																							
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72																							
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27																							
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	66,34	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13																							
Итого		550		15,96	12,41	63,08	427,86	0,50	12,55	59,85	2,07	287,04	330,53	58,35	1,71																							
Обед																																						
515	Горошек консервированный	100	100	3,24	0,09	8,82	49,05	0,03	10,80	180,00	0,80	115,20	7,80	30,60	0,70																							
110	Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	260	2,81	12,74	15,41	187,54	0,05	9,86	78,00	2,16	231,91	29,47	26,84	1,20																							
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	100	100	15,30	3,86	6,36	121,36	0,05	5,00	0,05	0,37	27,50	194,83	16,38	0,13																							
522	Картофель запеченный	180	180	7,74	18,86	62,89	452,30	0,02	2,84	54,00	0,13	46,51	105,50	35,96	0,61																							
489	Напиток из облепихи	180	180	0,24	1,10	21,35	96,29	0,03	9,30	90,00	0,08	80,14	27,56	13,67	0,99																							
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27																							
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43																							
Итого		980		43,00	39,71	171,16	1214,00	0,28	37,80	401,15	6,29	526,20	471,49	148,12	6,33																							
Полдник																																						
569	Крендель сахарный	150	150	7,06	11,54	41,66	298,77	0,11	0,00	15,00	0,00	23,00	32,49	7,92	1,31																							
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79																							
Итого		350		7,24	11,54	49,23	329,78	0,11	0,09	125,00	0,07	32,24	39,93	11,88	2,10																							

Итого за День	1 880	66,20	67,66	283,47	1 986,63	0,89	50,44	586,00	8,42	845,48	841,95	218,35	10,14
Потребность в пищевых веществах		65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
Процент удовлетворения		100,76%	100,65%	101,39%	100,80%	97,63%	102,94%	100,17%	100,28%	100,65%	100,23%	103,98%	99,56%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятница  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	Завтрак	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
275	Каша "Здоровье" молочная вязкая, с маслом сливочным	250/15	265	4,91	12,47	21,39	217,52	0,00	0,05	82,15	1,86	183,32	113,87	48,99	0,21			
104	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	15/10/20	45	5,54	7,11	10,17	126,81	0,06	0,04	46,80	0,53	15,26	89,28	9,41	0,30			
505	Чай черный с шиповником	200	200	0,62	1,16	21,98	100,84	0,00	9,50	0,00	0,08	12,70	7,48	5,76	0,32			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Итого		580		17,09	22,98	83,99	611,21	0,09	9,58	135,95	3,74	217,58	231,11	68,56	1,10			

Обед

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Пром.	Олуцкы соленьыя	100	100	0,72	0,09	1,73	10,61	0,08	12,50	55,30	0,40	12,60	23,40	18,00	0,17			
139	Суп гороховый на мясном бульоне	250	250	6,39	10,28	15,32	103,32	0,08	17,80	26,55	0,83	32,22	137,93	33,57	1,63			
462	Тертлеги в красном соусе	110	110	8,25	7,02	8,18	128,89	0,01	1,16	62,56	0,31	73,90	131,50	21,90	2,45			
516.01	Макаронные изделия отварные	180	180	4,62	6,02	56,00	255,67	0,02	0,00	24,28	0,21	57,66	15,30	9,43	0,99			
481	Кисель витаминный	180	180	0,13	0,08	12,86	52,70	0,02	13,59	162,32	0,76	19,28	5,35	4,84	0,70			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	0,86	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43			
Итого		980		33,16	26,54	144,79	702,95	0,31	45,05	347,01	4,84	220,59	419,81	112,40	8,63			

Полдник

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
579	Булочка дорожная йодированная	150	150	10,54	12,15	42,45	321,31	0,38	0,09	24,00	0,73	137,70	119,97	14,50	0,57			
Пром.	Молоко пастеризованное йодированное	200	200	5,04	5,76	8,46	105,84	0,23	0,07	60,00	0,00	256,00	108,00	25,20	0,18			
Итого		350		15,58	17,91	50,91	427,15	0,61	0,17	84,00	0,73	393,70	227,97	39,70	0,75			

Итого за День 1 910

Погрешность в пищевых веществах

Процент удовлетворения

65,82	67,43	279,69	1 985,80	0,92	50,49	586,00	8,48	845,00	878,89	220,67	11,84
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
100,19%	100,40%	100,04%	100,70%	101,10%	103,04%	100,32%	100,95%	100,60%	104,63%	105,08%	100,53%

	Пищевые вещества и энергичность					Витамины и минеральные вещества									
	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Меню 7-11 (10 дней)															
Среднее за день	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Потребность в пищевых веществах	50,28	51,51	218,84	1 533,31	0,79	39,30	456,50	6,52	717,72	718,69	163,60	7,85			
Процент удовлетворения	50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80			
	100,46%	100,30%	100,50%	100,38%	100,65%	100,78%	100,33%	100,33%	100,38%	100,52%	100,67%	100,61%			

	Пищевые вещества и энергичность					Витамины и минеральные вещества									
	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Меню 12+ (10 дней)															
Среднее за день	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Потребность в пищевых веществах	66,08	67,29	280,99	1 987,60	0,91	49,15	587,65	8,66	844,09	851,18	212,31	11,65			
Процент удовлетворения	65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70			
	100,59%	100,20%	100,50%	100,08%	100,48%	100,31%	100,45%	103,06%	100,49%	101,33%	101,10%	99,56%			