

День: 1 понедельник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст /-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецепту	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
тгк21	Салат из консерв. кукурузы с яйцом,лук репч. и маслом раст.	60	21.97	3.03	3.75	8.03	75.48	16.60	9.41	12.40	58.00	0.55	2.51	3.80	6.90	0.04	0.05	2.50	33.00	1.77
тгк424	Макаронные изделия отварные с сыром	150	32.23	11.50	15.24	35.96	283.84	19.10	147.80	32.20	155.7	0.80	0.00	2.90	0.14	0.07	0.06	0.01	74.00	0.25
тгк239	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	30	4.20	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	10.00	5.00	5.00	0.28	0.80	1.50	3.63	5.00	0.01	1.00	0.00	0.55
тгк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(мандарины)	150	51.00	0.70	0.10	7.50	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	35.00	0.00	0.20
Итого:		590	130.08	20.98	21.79	89.69	601.40	360.00	418.21	74.60	238.90	2.73	4.51	10.30	180.7	5.45	0.30	53.51	237.00	5.27
Обед																				
тгк 174	Салат из свеклы с яблоками	60	10.4	0.80	3.10	7.50	61.00	125.70	21.00	12.00	22.00	1.10	2.30	0.25	7.20	0.01	0.01	5.00	0.00	0.00
тгк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	40.92	2.00	4.10	12.00	73.00	332.10	48.50	49.60	57.65	1.13	4.42	0.24	23.30	0.07	0.01	22.00	0.21	0.65
тгк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	74.19	10.80	11.10	8.00	176.00	259.00	140.00	22.00	340.00	2.00	5.30	2.70	37.50	0.12	0.12	4.00	0.02	0.20
тгк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	20.16	7.60	5.61	37.33	230.15	226.25	13.20	180.30	420.00	4.03	1.90	3.54	0.20	0.26	0.02	0.00	20.00	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	1.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(груша)	200	76.0	0.60	0.45	15.00	65.00	232.50	27.00	20.00	23.00	3.45	1.50	0.15	15.00	0.03	0.04	15.00	3.00	0.00
Итого:		960	241.87	26.93	24.91	122.50	801.30	1257.4	277.20	357.90	893.90	15.59	19.32	9.98	97.20	0.59	0.23	50.00	23.23	0.86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			371.95	47.91	46.70	212.19	1402.70	1617.4	695.41	432.50	1132.8	18.32	23.83	20.28	277.9	6.04	0.53	103.51	260.2	6.1

для обучающихся 5-11 классоввозраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищев			ЭЦ (ккал.)	Минер								Витами				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг г	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
тгк21	Салат из консервированной кукурузы с яйцом и маслом растительным	100	32.3	5.05	5.63	10.38	110.00	27.70	15.60	20.80	97.00	0.90	4.18	6.30	11.50	0.02	0.06	4.20	55.00	2.95
тгк424	Макаронные изделия отварные с сыром	200	41.72	13.30	16.30	47.91	308.00	31.80	197.00	42.90	207.00	1.06	0.00	4.83	0.23	0.09	0.01	0.01	2.08	0.00
тгк239	Хлеб пшеничный в/с йодированный	50	7.00	3.95	0.40	24.40	117.00	46.50	10.00	32.50	7.00	0.55	1.60	3.00	7.25	0.06	0.10	0.00	0.00	0.10
тгк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(мандарины)	130	44.20	0.70	0.10	7.50	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	35.00	0.00	0.20
Итого:		680.00	145.90	26.77	24.93	116.19	718.58	407.00	473.60	121.20	331.20	3.61	6.98	16.23	189.0	0.51	0.35	54.21	187.08	5.75
Обед																				
тгк 174	Салат из свеклы с яблоками	100	18.98	1.30	5.16	12.50	101.70	209.50	35.00	20.00	36.70	1.80	3.83	0.41	12.00	0.02	0.01	8.30	0.00	0.00
тгк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	40.92	2.00	4.10	12.00	73.00	332.10	48.50	49.60	57.65	1.13	4.42	0.24	23.30	0.07	0.01	22.00	0.21	0.65
тгк115	Котлеты мясо-картофельные по хлыновски	100	83.22	12.25	13.00	9.50	295.00	195.00	170.50	27.50	425.00	2.50	5.90	3.00	41.70	0.15	0.01	5.00	0.03	0.01
тгк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	24.18	7.12	6.73	46.79	276.18	271.50	15.84	216.36	504.00	4.84	2.28	4.25	17.54	0.31	0.02	0.00	24.00	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.00	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.20	1.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
Итого:			187.50	27.80	29.54	123.47	942.03	1089.9	297.34	387.46	1054.60	14.14	20.33	11.00	108.5	0.65	0.08	39.30	24.24	0.67
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			333.40	54.57	54.47	239.66	1660.61	1496.9	770.94	508.66	1385.8	17.75	27.31	27.23	297.5	1.16	0.43	93.51	211.32	6.42

День: 2 вторник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер								Витами				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	D,мк г
Завтрак																				
скуп.т8	Овощи свежие (помидор) порционно с	60/2	20.04	0.55	0.10	1.90	12.00	145.00	5.50	10.50	3.50	0.15	0.40	0.20	10.00	0.04	0.02	15.00	0.00	0.00
тгк151	Рагу из говядины	225	129.6	19.24	20.68	40.50	416.88	670.00	30.09	58.00	298.0	4.30	6.34	0.24	55.44	0.20	0.12	22.00	1.80	0.00
тгк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	5.45	0.40	0.10	22.00	77.00	8.00	10.00	6.00	9.00	1.10	0.05	0.04	0.52	0.01	0.002	70.00	7.50	0.00
тгк239	Хлеб северный (с ламин)	25	3.50	1.16	0.23	10.25	41.00	23.00	7.25	37.50	11.75	0.95	0.50	1.50	3.63	0.04	0.01	0.00	0.00	0.35
тгк39	Сок фруктовый с трубочкой	1/200	30.00	0.00	0.00	25.00	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	712	188.6	21.35	21.11	99.65	627.68	846.00	66.84	120.00	336.25	9.30	7.29	1.98	69.59	0.31	0.15	111.00	9.30	0.35
Обед																				
тгк185	Салат "Нежность"	60	16.44	2.28	4.86	4.50	70.80	73.90	19.20	19.80	33.60	0.60	3.26	4.11	15.48	0.03	0.06	3.00	0.91	0.31
тгк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	35.61	7.34	2.72	23.21	119.70	227.11	226.98	177.19	241.72	1.37	14.60	12.60	122.7	0.24	0.06	22.29	26.20	0.00
тгк132	Зразы рубленные из говядины	90	66.13	11.81	15.60	19.50	265.00	227.60	28.00	24.00	273.00	2.00	5.79	0.50	60.50	0.08	0.09	6.00	0.08	0.00
тгк15	Капуста тушенная	150	23.64	1.80	2.30	22.80	109.00	423.30	90.00	29.00	59.00	1.20	4.49	0.44	14.96	0.04	0.05	27.00	0.11	0.00
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк14	Компот из яблок	200	10.61	0.20	0.20	17.90	105.00	57.50	7.00	4.00	4.00	1.00	0.44	0.07	0.14	0.01	0.00	2.00	0.00	0.00
	Итого:	830	159.4	27.56	26.23	111.38	784.85	1091.2	384.68	319.99	628.57	7.25	32.48	20.82	227.8	0.48	0.30	60.29	27.30	0.31
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		348.0	48.9	47.34	211.03	1412.53	1937.2	451.52	439.99	964.82	16.55	39.77	22.80	297.4	0.79	0.45	171.29	36.60	0.66

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер								Витами				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	D,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100/2	30.62	1.10	0.20	4.68	24.00	241.60	18.90	21.70	27.90	0.90	0.70	0.33	16.70	0.06	0.03	28.00	0.00	0.00
тгк151	Рагу из говядины	255	132.82	22.34	21.50	45.40	481.67	759.00	45.00	62.00	299.00	4.30	7.18	0.27	62.80	0.30	0.15	26.00	2.04	0.00
тгк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	5.45	0.40	0.10	22.00	77.00	8.00	10.00	6.00	9.00	1.10	0.05	0.04	0.52	0.01	0.002	70.00	7.50	0.00
тгк239	Хлеб северный (с ламин)	25	3.50	1.16	0.23	10.25	41.00	23.00	7.25	37.50	11.75	0.95	0.50	1.50	3.63	0.04	0.01	0.00	0.00	0.35
тгк39	Сок фруктовый с трубочкой	1/200	30.00	0.00	0.00	25.00	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	782	202.4	25.00	22.03	107.33	704.47	1031.6	95.15	135.20	361.65	10.05	8.43	2.14	83.65	0.43	0.19	128.00	9.54	0.35
Обед																				
тгк185	Салат "Нежность"	100	27.18	3.80	8.10	7.50	118.00	118.00	19.20	19.80	33.60	0.60	5.43	6.85	25.80	0.04	0.10	5.00	1.51	0.52
тгк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	35.61	7.34	2.72	23.21	159.70	227.11	226.98	177.19	241.72	1.37	14.60	12.60	122.7	0.24	0.06	22.29	26.20	0.00
тгк132	Зразы рубленные из говядины	100	73.48	16.80	17.80	20.10	295.00	252.80	28.00	24.00	273.00	2.00	6.43	0.60	67.20	0.08	0.01	6.00	0.08	0.00
тгк15	Капуста тушенная	180	28	2.56	3.16	24.76	130.80	507.60	108.00	34.80	70.80	1.44	5.40	0.53	17.95	0.05	0.01	32.40	0.13	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк14	Компот из яблок	200	10.61	0.20	0.20	17.90	105.00	57.50	7.00	4.00	4.00	1.00	0.44	0.07	0.14	0.01	0.00	2.00	0.00	0.00
	Итого:	910	182.25	34.83	32.53	116.94	923.85	1244.8	402.68	325.79	640.37	7.49	36.20	23.75	247.8	0.50	0.21	67.69	27.92	0.53
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		384.64	59.83	54.56	224.27	1628.3	2276.4	497.83	460.99	1002.0	17.54	44.63	25.89	331.4	0.93	0.41	195.69	37.46	0.88

День: 3 среда

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	D,мк
Завтрак																				
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	62	20.04	0.55	0.10	3.80	8.00	98.00	15.10	10.10	19.90	0.31	1.80	0.18	10.20	0.02	0.03	7.20	7.20	0.00
ттк205	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	65.66	13.20	13.70	11.58	225.00	278.00	177.20	34.00	266.00	0.02	51.50	39.52	393.8	0.65	0.18	0.01	0.83	0.01
ттк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	150	12.88	3.59	4.57	33.63	198.15	41.00	10.00	26.00	70.00	0.01	2.02	6.20	36.80	0.80	0.03	1.00	1.00	0.00
ттк239	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	3.5	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	0.03	0.00	0.00	0.01	0.80	1.50	3.63	0.28	5.00	0.01	0.00	0.00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	9.50	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	3.00	3.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	45.00	0.20	0.20	9.50	71.00	278.00	85.00	32.50	57.50	0.01	5.00	1.25	42.50	0.10	0.08	60.00	16.00	0.00
	Итого:	657	152.12	19.82	18.77	80.21	600.65	729.1	295.33	107.60	423.40	0.36	61.12	48.65	486.9	2.85	5.31	68.22	28.03	0.01
Обед																				
ттк153	Салат из морской капусты с овощами	60	14.36	1.00	6.12	1.08	64.72	33.00	33.00	90.00	38.50	8.20	1250.00	0.30	170.0	0.02	0.03	5.16	2.50	0.02
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	32.66	8.92	10.94	25.00	235.99	413.00	240.95	138.76	147.10	2.90	4.00	2.43	27.40	0.33	0.06	12.00	0.00	0.00
ттк121/1	Печень по-строгановски	100	44.04	10.40	9.60	5.90	163.00	158.67	14.00	15.00	431.00	5.00	4.40	22.74	133.1	0.19	1.15	13.00	5.58	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	10.54	4.50	4.80	31.90	191.00	51.00	11.00	7.00	36.00	0.01	0.61	0	10.12	0.61	0.02	0.02	0.00	0.03
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	1.00	0.00	19.20	80.80	300.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
	Итого:		157.46	32.85	35.51	121.86	938.86	1166	561	355	880	20	1263	29	355	1.5	1.5	34.9	30.1	0.05
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		309.58	52.67	54.28	202.07	1539.51	1895.6	856.78	462.36	1303.3	20.45	1324.0	77.22	841.5	4.34	6.80	103.10	58.11	0.06

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	D,мк
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	102	32.3	2.06	0.10	1.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
ттк205	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	65.66	13.20	13.70	11.58	225.00	278.00	177.20	34.00	266.00	0.02	51.50	39.52	393.8	0.65	0.18	0.01	0.83	0.01
ттк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	180	15.46	4.09	6.57	43.63	240.00	49.20	10.00	26.00	70.00	0.02	2.42	7.44	44.16	0.90	0.04	2.00	1.50	0.00
ттк239	Хлеб пшеничный в/с	50	7.0	3.96	0.40	24.40	117.00	46.60	0.06	0.00	0.00	0.56	1.60	3.00	7.26	10.00	0.01	32.50	7.00	0.01
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	9.50	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00
т.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	19.0	0.40	0.40	15.00	55.00	278.00	30.00	11.00	17.0	0.10	2.00	0.30	8.00	0.03	0.02	10.00	5.00	0.00
	Итого:	752	144.46	24.01	21.17	105.11	689.00	803.6	247.16	86.50	384.00	2.24	60.52	50.56	470.2	11.61	0.29	57.51	24.33	0.02
Обед																				
ттк153	Салат из морской капусты с овощами	100	24.0	1.50	9.20	5.62	96.90	55.00	49.50	135.00	57.70	12.30	1250.00	0.30	170.0	0.03	0.04	7.50	2.50	0.00
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	32.66	8.92	10.94	25.00	235.99	413.00	240.95	138.76	147.10	2.90	4.00	2.43	27.40	0.33	0.06	12.00	0.00	0.00
ттк121/1	Печень по-строгановски	100	44.04	10.40	9.60	5.90	163.00	158.67	14.00	15.00	431.00	5.00	4.40	22.74	133.1	0.19	1.15	13.00	5.58	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	12.64	3.60	5.76	37.56	229.20	61.20	13.20	8.40	43.20	0.96	0.73	0.00	12.10	0.07	0.10	0.02	0.00	0.03
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	300.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
	Итого:		169.20	28.55	36.05	116.76	921.24	1070	345	371	710	25	1263	29	357	0.7	1.4	36.5	8.1	0.0
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		313.66	52.56	57.22	221.87	1610.24	1873	592	458	1094	27	1324	79	827	12.3	1.7	94.0	32.4	0

День: 4 четверг

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер								Витами				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг пет.	D,мк г
Завтрак																				
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	60	11.4	0.72	2.82	4.62	46.80	197.00	11.50	21.00	7.00	0.30	0.02	0.18	3.80	0.02	0.02	5.00	3.00	0.00
ттк435	Котлета рубленая из птицы(филе) с творогом	100	67.02	11.12	10.20	19.25	145.50	191.00	391.00	198.7	22.47	1.29	5.00	20.00	114.0	0.08	0.19	2.66	43.00	0.03
тк90	Каша гречневая с луком	150	15.52	4.59	6.92	25.88	234.52	165.00	23.00	126.0	211.0	3.40	1.45	2.50	10.12	0.20	0.08	1.00	0.60	0.00
ттк239	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	4.20	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
ттк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.30	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
таб.9 Скучихин	Фрукты свежие(мандарины)	150	51.00	0.70	0.10	7.50	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	38.00	5.00	0.00
Итого:		690	166.4	20.03	21.62	89.90	617.62	954.00	623.75	401.24	414.22	7.04	17.17	26.58	305.9	0.40	0.55	47.66	75.40	0.03
Обед																				
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	17.62	1.50	3.12	1.79	43.00	50.00	10.20	8.40	15.00	0.25	0.01	0.00	0.00	0.06	0.02	5.00	0.00	0.00
ттк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	40.5	7.07	7.82	15.10	150.00	144.00	56.50	29.65	85.60	1.43	0.80	0.01	4.81	0.06	0.02	11.00	0.22	0.00
ттк 84	Горбуша(филе) запеченная с овощами	100	44.16	9.80	10.20	15.03	213.00	220.50	262.09	251.60	251.36	1.27	24.90	18.10	202.0	0.24	0.11	7.79	48.50	0.05
тк35	Картофельное пюре	150	21.76	2.54	5.44	20.30	132.00	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк111	Компот из ягодной смеси(вишня)	200	19.74	0.10	0.10	14.90	103.00	96.60	4.00	4.00	3.00	0.00	0.90	7.90	0.90	0.01	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
Итого:		950	186	28.04	30.73	105.90	844.35	1192.9	628.29	418.65	653.21	5.22	34.91	29.35	248.1	0.84	0.44	33.49	72.52	0.11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		353	48.07	52.35	195.80	1461.97	2146.9	1252.0	819.89	1067.4	12.26	52.08	55.93	554.0	1.24	0.99	81.15	147.9	0.1	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер								Витами				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг пет.	D,мк г
Завтрак																				
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	100	19.0	1.20	4.70	7.70	78.00	328.00	19.20	35.00	11.70	0.40	0.03	0.30	6.30	0.03	0.03	8.30	4.00	0.00
ттк435	Котлета рубленая из птицы(филе) с творогом	100	67.02	11.12	10.20	19.25	145.50	191.00	391.00	198.7	22.47	1.29	5.00	20.00	114.0	0.08	0.19	2.66	43.00	0.03
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	18.62	2.67	3.53	31.06	237.49	198.00	24.06	151.00	253.00	4.00	1.74	3.00	12.00	0.30	0.09	2.00	0.80	0.00
ттк239	Хлеб ржаной"Дарницкий"	50	7.0	3.30	0.60	17.60	89.00	305.00	14.50	75.00	23.50	1.95	2.20	2.70	12.00	0.09	0.04	0.00	0.00	0.01
ттк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.30	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
таб.9 Скучихин	Фрукты свежие (мандарины)	100	34.0	0.40	0.10	7.50	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.20	0.10	140.0	0.04	0.03	35.00	4.00	0.00
Итого:		730	162.9	20.19	20.43	105.51	689.29	1345.0	639.76	477.74	472.67	8.74	18.17	28.10	304.3	0.56	35.50	48.96	75.6	0.0
Обед																				
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	100	29.38	5.74	4.57	5.10	73.58	99.00	10.20	8.40	15.00	0.25	0.01	0.01	0.00	0.11	0.05	10.00	0.00	0.00
ттк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	40.5	7.07	7.82	15.10	150.00	144.00	56.50	29.65	85.60	1.43	0.80	0.01	4.81	0.06	0.02	11.00	0.22	0.00
ттк 84	Горбуша(филе) запеченная с овощами	100	44.16	9.80	10.20	15.03	213.00	220.50	262.09	251.60	251.36	1.27	24.90	18.10	202.0	0.24	0.11	7.79	48.50	0.05
тк35	Картофельное пюре	180	26.06	3.78	8.10	26.28	196.20	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк111	Компот из ягодной смеси(вишня)	200	19.74	0.10	0.10	19.90	103.00	96.60	4.00	4.00	3.00	0.00	0.90	7.90	0.90	0.01	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
Итого:		202.5	33.52	34.84	120.19	939.13	1241.9	628.29	418.65	653.21	5.22	34.91	29.36	248.1	0.89	0.47	38.49	72.52	0.11	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		365.4	53.71	55.27	225.70	1628.42	2586.9	1268.1	896.39	1125.9	13.96	53.08	57.46	552.4	1.44	35.97	87.45	148.12	0.15	

День: 5 пятница

Льготная категория

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк265	Каша жидкая молочная"Дружба" с маслом сл.	205	26	3.56	8.60	32.86	223.60	146.00	147.00	155.0	32.20	0.45	9.00	2.00	20.00	0.07	0.15	1.56	22.00	0.06
ттк243	Батон столовый	30	5.4	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	62.5	12.90	9.70	18.50	178.10	92.00	37.10	5.20	34.9	0.18	7.92	26.00	28.00	0.02	0.20	0.12	19.80	0.01
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
г.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	150	48.0	0.50	0.50	11.00	72.00	278.00	30.00	13.50	30.0	0.75	3.00	0.45	12.00	0.05	0.03	15.00	7.50	0.00
Итого:		695	143.9	19.04	19.00	85.21	575.40	682.0	223.85	193.95	108.35	2.68	21.02	30.45	64.80	0.17	0.39	16.68	49.30	0.07
Обед																				
ттк171	Салат из свеклы с сыром	60	16.18	3.39	6.22	3.92	94.24	128.30	129.96	70.61	130.87	0.66	4.00	1.51	8.80	0.01	0.04	4.32	18.90	0.08
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	27.66	6.58	7.70	13.80	158.70	87.20	28.75	44.75	35.00	0.95	4.80	8.00	42.00	0.05	0.09	1.00	5.21	0.40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	225	129.9	17.67	17.40	21.88	265.00	670.00	146.82	229.54	260.14	2.47	6.34	0.24	55.44	0.20	0.12	23.32	36.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк434	Кисель "Витюшка"	200	13.40	0.20	0.00	24.23	95.00	15.20	60.00	20.00	3.00	2.30	0.00	0.00	0.00	0.30	0.34	20.00	130.00	1.68
скурих	Кондитерские изделия(шоколад)	25	29.5	1.88	2.50	18.50	104.00	115.00	88.00	17.00	80.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.02	0.11	41.34	0.10	41.34
Итого:		862	223.6	33.85	34.37	105.81	832.3	1097.5	467.03	447.90	526.26	7.86	19.04	12.85	120.2	0.66	0.73	89.98	190.21	43.5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		367.54	52.89	53.37	191.02	1407.7	1779.5	690.88	641.85	634.61	10.54	40.06	43.30	185.0	0.83	1.12	106.66	239.51	43.6	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк265	Каша жидкая молочная"Дружба" с маслом сл.	205	26	5.56	8.60	32.86	223.60	146.00	147.00	155.0	32.20	0.45	9.00	2.00	20.00	0.07	0.15	1.56	22.00	0.06
ттк243	Батон столовый	30	5.4	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	62.5	12.90	9.70	18.50	178.10	92.00	37.10	5.20	34.9	0.18	7.92	26.00	28.00	0.02	0.20	0.12	19.80	0.01
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
г.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	110	20.9	1.20	0.45	20.00	73.50	278.00	30.00	13.50	30.0	0.75	3.00	0.45	12.00	0.05	0.03	15.00	7.50	0.00
Итого:		695	116.8	21.74	18.95	94.21	576.90	682.00	223.85	193.95	108.35	2.68	21.02	30.45	64.80	0.17	0.39	16.68	49.30	0.07
Обед																				
ттк171	Салат из свеклы с сыром	100	27.4	5.65	9.36	6.53	127.00	213.80	216.60	117.69	218.12	1.10	6.70	2.52	14.70	0.02	0.00	7.21	31.50	0.02
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	27.66	6.58	7.70	13.80	158.70	87.20	28.75	44.75	35.00	0.95	4.80	8.00	42.00	0.05	0.09	1.00	5.21	0.40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	225	133.5	18.03	18.40	24.79	395.00	759.00	146.82	229.54	260.14	2.47	7.18	0.27	62.80	0.30	0.15	23.32	36.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк434	Кисель "Витюшка"	200	13.40	0.20	0.00	24.23	95.00	15.20	60.00	20.00	3.00	2.30	0.00	0.00	0.00	0.30	0.34	20.00	130.00	1.68
скурих	Кондитерские изделия(шоколад)	25	29.5	1.88	2.50	18.50	104.00	115.00	88.00	17.00	80.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.02	0.11	41.34	0.10	41.34
Итого:		907	238	36.47	38.51	111.33	995.05	1272.0	553.67	494.98	613.51	8.30	22.58	13.89	133.5	0.77	0.72	92.87	202.81	43.45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		355	58.21	57.46	205.54	1571.95	1954.0	777.52	688.93	721.86	10.98	43.60	44.34	198.3	0.94	1.11	109.55	252.11	43.5	

День: 1 понедельник

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	D,мкг
Завтрак																				
ттк6	Омлет натуральный	150	40.16	13.90	14.30	5.00	259.00	176.50	216.00	19.0	257.0	3.00	21.56	27.82	57.20	0.07	0.99	0.30	156.0	2.20
ттк№233	Сыр Российский порционно	20	16.40	4.60	5.90	15.00	72.60	29.00	176.00	9.00	130.0	0.20	0.00	2.90	0.00	0.01	0.06	0.14	52.00	0.19
ттк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.30	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
ттк243	Батон столовый	30	5.40	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	21.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20	0.20	2.00	22.00	0.00
	Итого:	515	114.92	24.78	25.20	76.6	587.3	668.5	792.8	81.3	731.3	4.5	31.7	34.7	82.0	0.3	1.4	3.4	253.8	2.4
Обед																				
скурих таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	60	22.48	0.00	0.00	3.60	16.00	70.20	6.90	7.20	4.20	0.18	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	1.50	0.00	0.00
ттк72/1	Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	29.02	3.07	6.79	24.53	131.52	427.20	80.50	38.65	94.60	1.63	5.86	0.66	35.70	0.07	0.06	27.00	0.27	0.00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	225	128.7	18.23	21.29	38.15	485.00	408.50	33.81	233.83	255.81	1.85	9.30	6.68	103.9	0.09	0.16	1.50	0.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничный" в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	300.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	125	43.0	0.80	0.80	11.00	38.00	155.00	85.00	32.50	57.50	0.01	4.00	0.60	16.00	0.50	0.05	20.00	10.00	0.00
	Итого:	795	243.4	26.225	29.4265	119.956	866.67	1442.7	233.71	386.18	443.36	7.546	23.06	11.04	169.6	0.7745	0.31	54	10.27	0.01
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	358.32	51.01	54.63	196.51	1453.97	2111.2	1026.5	467.43	1174.6	12.05	54.72	45.76	251.6	1.10	1.72	57.44	264.07	2.40	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
ттк6	Омлет натуральный	200	53.54	16.68	17.16	11.30	310.00	235.30	152.00	26.3	344.0	3.87	28.75	37.09	76.27	0.13	1.32	0.48	392.00	2.93
ттк№233	Сыр Российский порционно	20	16.40	4.60	5.90	15.00	72.60	29.00	176.00	9.00	130.0	0.20	0.00	2.90	0.00	0.01	0.06	0.14	52.00	0.19
ттк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.32	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
ттк243	Батон столовый	50	9.00	3.13	0.33	25.00	101.16	276.70	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	21.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20	0.20	2.00	22.00	0.00
	Итого:	585	131.9	28.81	28.21	95.00	678.76	838.00	728.75	88.52	818.25	5.37	38.85	43.99	101.1	0.39	1.74	3.62	489.80	3.12
Обед																				
скурихи таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	100	37.46	0.40	0.05	6.00	26.70	117.03	11.50	12.00	7.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	2.50	3.00	0.00
ттк72/1	Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	29.02	3.07	6.79	14.53	131.52	427.20	80.50	38.65	94.60	1.63	5.86	0.66	35.70	0.07	0.06	27.00	0.27	0.00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	255	132.02	22.02	21.29	45.00	549.70	462.00	33.81	233.83	255.81	1.85	12.30	9.50	145.0	0.09	0.18	1.50	0.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничный" в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	300.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	865	218.7	29.62	28.68	108.21	904.07	1388.0	153.31	358.48	388.66	7.66	22.06	13.26	194.7	0.27	0.28	35.00	3.27	0.01
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	350.60	58.43	56.89	203.21	1582.83	2226.0	882.06	447.00	1206.9	13.03	60.91	57.25	295.8	0.66	2.02	38.62	493.07	3.13	

День: 2 вторник

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевы	ЭЦ	Минер	Витами
				е		альн.	ны, мг

		(гр./мл.)	руб.	Б	Ж	У	(ккал.)	К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	20.04	0.55	0.10	3.80	8.00	98.00	6.90	7.20	4.20	0.18	0.10	0.10	5.00	0.01	0.01	1.50	0.00	0.00
ттк134	Гуляш из отварной говядины	100	69.72	15.50	15.90	13.10	235.00	270.00	14.00	20.00	150.0	2.00	6.34	0.00	55.44	0.04	0.12	1.00	0.01	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	10.54	2.50	4.80	33.30	191.00	102.00	11.00	7.00	36.00	0.80	1.32	0.00	20.24	0.06	0.03	0.00	0.03	0.06
ттк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	3.50	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	15.00	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.02	0.70	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00
Итого:		537	108.84	20.3	21.1	75.5	525.5	558.8	47.2	76.7	212.0	4.9	9.2	1.9	89.4	0.2	0.2	5.5	0.0	0.1
Обед																				
ттк 53	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	6.74	0.76	3.06	4.14	48.00	180.00	31.20	9.00	16.20	0.39	1.80	0.18	6.00	0.02	0.02	23.40	0.02	0.01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной)	250/15/10	46.44	6.87	7.02	20.40	132.00	312.20	34.00	27.00	79.00	1.00	4.90	0.26	29.30	0.04	0.08	8.00	0.21	0.65
ттк 489	Котлета по-волжски	90	53.72	11.20	9.75	1.25	281.00	215.00	177.20	266.15	234.35	0.65	65.00	8.90	317.0	0.18	0.34	0.93	72.00	0.01
ттк 422	Картофель запеченный по-деревенски	150	29.86	3.20	8.40	21.86	184.93	481.60	39.83	93.13	31.76	1.21	5.10	0.27	27.90	0.16	0.07	25.45	0.54	0.65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с пшенич.)	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк21	Напиток апельсиновый	200	8.86	0.20	0.00	25.70	104.00	32.60	8.00	3.00	5.00	0.10	0.35	0.09	3.00	0.01	0.00	5.00	0.00	0
таб.9	Фрукты свежие(груша)	200	76.00	0.96	0.24	33.00	42.00	310.00	42.00	20.40	13.20	0.12	2.00	0.20	20.00	0.04	0.06	10.00	4.00	0.00
Итого:		1025	228.6	27.32	29.02	129.83	907.28	1613.2	345.73	484.68	396.76	4.54	83.05	13.00	417.2	0.53	0.60	72.78	76.77	1.32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		337.46	47.57	50.10	205.28	1432.78	2172.0	392.88	561.38	608.71	9.47	92.21	14.92	506.6	0.68	0.84	78.28	76.81	1.38	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер						Витами						
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,м кг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	30.62	2.06	0.10	1.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
ттк134	Гуляш из отварной говядины	100	69.72	15.50	15.90	13.10	245.00	270.00	14.00	20.00	150.0	2.00	6.34	0.00	55.44	0.04	0.12	1.00	0.01	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	12.64	3.60	5.76	37.56	229.20	61.20	13.20	8.40	43.20	0.96	0.73	0.00	12.10	0.07	0.10	0.02	0.00	0.03
ттк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	3.50	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	15.00	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.02	0.70	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00
Итого:		527	121.5	22.9	22.0	76.9	577.7	561.0	64.4	81.4	236.0	5.5	11.5	2.1	93.2	0.2	0.3	14.0	10.0	0.0
Обед																				
ттк 53	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	11.24	1.60	4.10	16.90	116.00	316.60	52.00	15.00	27.00	0.67	3.40	0.39	14.80	0.03	0.05	39.00	0.04	0.01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной)	250/15/10	46.44	6.87	7.02	20.40	132.00	312.20	34.00	27.00	79.00	1.00	4.90	0.26	29.30	0.04	0.08	8.00	0.21	0.65
ттк 489	Котлета по-волжски	100	59.66	12.44	11.75	5.38	195.43	225.50	177.20	266.15	234.35	0.65	70.70	9.60	337.6	0.18	0.54	0.93	72.00	0.01
ттк 422	Картофель запеченный по-деревенски	180	35.82	3.84	10.30	26.23	321.00	577.90	47.80	111.76	38.11	1.45	6.12	0.32	33.48	0.19	0.08	65.00	0.65	0.68
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с пшенич.)	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк21	Напиток апельсиновый	200	8.86	0.20	0.00	25.70	104.00	32.60	8.00	3.00	5.00	0.10	0.35	0.09	3.00	0.01	0.00	5.00	0.00	0.0
таб.9	Фрукты свежие(груша)	150	57	0.60	0.14	25.00	65.00	155.00	42.00	20.40	13.20	0.12	1.00	0.10	10.00	0.02	0.03	5.00	2.00	0.00
Итого:		1155	226	29.67	33.86	143.085	1048.78	1701.6	374.5	509.31	413.91	5.063	90.37	13.86	442.2	0.5552	0.797	122.9	74.9	1.35
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		347.5	52.53	55.90	219.995	1626.48	2262.6	438.85	590.71	649.86	10.513	101.84	15.98	535.4	0.7352	1.137	137	84.91	1.38	

День: 3 среда

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мк г
Завтрак																				
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	150	66.60	14.07	16.30	39.60	362.18	104.00	156.00	4.4	74.00	1.01	11.80	26.50	38.00	0.03	0.27	0.50	93.00	1.50
ттк243	Батон столовый	30	5.40	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
тк37	Какао с витаминами	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие(яблоко)	150	28.50	0.50	0.50	9.50	32.00	230.00	30.00	11.00	17.0	0.10	1.76	0.26	7.04	0.04	0.02	35.00	3.00	0.00
	Итого:	530	121.2	20.22	19.50	87.95	606.16	646.00	411.75	45.65	97.45	2.41	15.56	30.76	69.84	0.40	0.45	50.50	226.00	4.00
Обед																				
ттк149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	24.64	3.10	5.10	8.26	77.40	99.50	26.00	13.00	79.00	0.50	14.30	17.05	24.60	0.02	0.12	2.00	0.01	1.50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	22.18	2.69	5.39	20.10	131.55	382.20	45.32	118.02	36.31	2.14	6.38	0.55	28.30	0.10	0.06	17.32	30.00	0.65
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	225	129.52	16.90	16.12	30.33	399.00	751.00	24.36	229.00	348.46	3.39	11.34	0.26	83.24	0.20	0.19	26.28	0.00	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	795	196.5	26.82	27.16	101.37	804.10	1314.5	123.18	434.02	495.02	9.91	35.92	20.96	150.1	0.42	0.40	49.60	30.01	2.15
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		317.7	47.04	46.66	189.32	1410.26	1960.5	534.93	479.67	592.47	12.32	51.48	51.72	220.0	0.82	0.85	100.10	256.01	6.15

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мк г
Завтрак																				
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	200	88.8	18.76	21.73	52.80	484.24	138.70	195.70	320.50	29.00	1.74	15.70	35.30	50.70	0.08	0.36	0.70	124.00	2.00
ттк243	Батон столовый	30	5.40	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
тк37	Какао с витаминами	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	24.70	0.50	0.50	11.00	32.00	230.00	30.00	11.00	17.0	0.10	1.76	0.26	7.04	0.04	0.02	35.00	3.00	0.00
	Итого:	560	139.6	24.91	24.93	102.65	728.22	680.7	451.45	361.75	52.45	3.14	19.46	39.56	82.54	0.4465	0.536	50.7	257	4.50
Обед																				
ттк149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	100	45.26	7.10	7.10	13.77	129.00	165.80	26.00	13.00	79.00	0.50	23.80	28.40	41.00	0.03	0.15	3.00	0.02	2.00
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	22.18	2.69	5.39	20.10	131.55	382.20	45.32	118.02	36.31	2.14	6.38	0.55	28.30	0.10	0.06	17.32	30.00	0.65
ттк97	Жаркое по-домашнему	255	132.64	16.90	17.70	44.00	452.20	851.10	24.36	229.00	348.46	3.39	12.85	0.29	94.30	0.20	0.21	26.28	0.00	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	865	220.3	30.815	30.74	120.545	908.9	1480.9	123.18	434.02	495.02	9.91	46.93	32.34	177.6	0.43	0.45	50.60	30.02	2.65
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		359.9	55.725	55.67	223.195	1637.12	2161.6	574.63	795.77	547.47	13.05	66.39	71.90	260.1	0.88	0.99	101.30	287.02	7.15

День 4 четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевы	ЭЦ	Минер	Витами
---	--------------------	-------	------	--------	----	-------	--------

		(гр./мл.)	руб.	Б	Ж	У	(ккал.)	К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																				
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно с	60/2	20.04	0.55	0.10	1.90	12.00	145.00	5.50	10.50	3.50	0.15	0.40	0.20	10.00	0.04	0.02	15.00	66.50	0.00
тгк403	Кнели из птицы с соусом	110	47.68	13.00	13.20	10.54	193.00	121.00	100.84	143.8	17.24	1.14	2.70	10.00	57.00	0.08	0.03	0.36	44.40	0.01
тк35	Картофельное пюре	150	21.76	2.54	5.44	20.30	132.00	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	3.50	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
таб.6 Скюрихин	Кондитерские изделия	50	21.50	1.88	2.50	18.50	104.00	55.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	1.23	1.70	0.00
	Итого	597	116.48	19.57	21.52	71.49	533.50	870.00	170.59	228.76	133.49	5.34	8.90	12.24	101.40	0.31	0.20	21.59	114.40	0.07
Обед																				
тк11	Винегрет овощной	60	11.56	0.84	5.06	3.96	73.80	124.50	22.80	11.40	21.60	0.60	1.80	0.15	10.14	0.01	0.02	9.00	0.15	0.00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	35.08	2.60	5.30	14.30	116.00	262.70	34.00	20.00	68.00	0.90	5.08	0.37	30.83	0.06	0.08	10.00	0.18	0.65
тгк493	Биточки по-селянски	105	95.06	10.70	8.50	9.07	212.00	316.00	12.00	16.00	109.30	1.33	6.59	0.52	63.50	0.05	0.13	2.60	0.00	0.00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	20.16	7.60	5.61	37.33	230.15	226.25	13.20	180.30	420.00	4.03	1.90	3.54	0.20	0.26	0.02	0.00	20.00	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие(апельсины)	250	80.00	0.90	0.20	25.00	94.00	492.50	85.00	32.50	57.50	0.01	5.00	1.25	42.50	0.10	0.08	60.00	16.00	0.00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	23.46	2.50	2.50	21.70	45.00	292.00	240.00	28.00	190.00	0.20	18.00	4.00	40.00	0.08	0.34	2.00	44.00	0.00
	Итого:	1295	272.3	29.27	27.72	134.83	886.30	1795.8	420.50	354.20	883.65	8.15	42.27	12.93	201.2	0.64	0.69	83.60	80.33	0.66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	388.80	48.84	49.24	206.32	1419.80	2665.8	591.09	582.96	1017.1	13.49	51.17	25.17	302.6	0.95	0.89	105.19	194.73	0.73	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100/2	30.62	1.26	0.20	4.68	58.34	241.60	18.90	21.70	27.90	0.90	0.70	0.33	16.70	0.06	0.03	28.00	0.00	0.00
тгк403	Кнели из птицы с соусом	110	47.68	13.00	13.20	10.54	193.00	121.00	100.84	143.8	17.24	1.14	2.70	10.00	57.00	0.08	0.03	0.36	44.40	0.01
тк35	Картофельное пюре	180	26.06	3.78	8.10	26.28	196.20	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	50	7.0	3.30	0.60	17.60	89.00	305.00	14.50	75.00	23.50	1.95	2.20	2.70	12.00	0.09	0.04	0.00	0.00	0.01
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
таб.6 Скюрихин	Кондитерские изделия	50	21.50	1.88	2.50	18.50	104.00	55.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	1.23	1.70	0.00
	Итого:	692	135	23.42	24.60	87.60	681.54	1193.6	191.24	277.46	169.64	7.09	10.00	13.27	112.1	0.38	0.18	34.59	47.90	0.08
Обед																				
тк11	Винегрет овощной	100	19.28	2.40	8.10	6.60	123.00	207.50	38.00	19.00	36.00	1.00	3.00	0.25	16.90	0.02	0.04	15.00	0.25	0.00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	35.08	2.60	5.30	14.30	116.00	262.70	34.00	20.00	68.00	0.90	3.00	0.37	30.83	0.06	0.08	10.00	0.18	0.65
тгк493	Биточки по-селянски	105	95.06	10.70	8.50	9.07	212.00	316.00	12.00	16.00	109.30	1.33	6.59	0.52	63.50	0.05	0.13	2.60	0.00	0.00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	24.18	7.12	6.73	46.79	308.00	271.50	15.84	216.36	504.00	4.84	2.28	4.25	17.54	0.31	0.02	0.00	24.00	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	23.46	2.50	2.50	21.70	45.00	292.00	240.00	28.00	190.00	0.20	18.00	4.00	40.00	0.08	0.34	2.00	44.00	0.00
	Итого:	1095	204.06	29.45	31.68	121.94	919.35	1431.5	353.34	365.36	924.6	9.34	36.77	12.49	182.8	0.60	0.64	29.60	68.43	0.66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	338.92	52.87	56.28	209.54	1600.89	2625.1	544.58	642.82	1094.2	16.43	46.77	25.76	294.9	0.98	0.81	64.19	116.33	0.74	

День: 5 пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк438	Салат "Школьный"	60	21.86	3.20	4.80	3.26	83.41	88.57	13.00	15.00	140.00	0.02	2.05	10.92	58.13	0.18	0.45	0.03	8.00	0.90
ттк258	Плов из птицы(филе)	220	77.62	10.66	10.00	46.90	363.00	510.40	244.00	46.70	26.00	0.01	5.83	12.12	67.40	2.70	0.09	0.01	14.70	0.30
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	3.5	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	0.03	0.00	0.00	0.01	0.80	1.50	3.63	0.28	5.00	0.01	0.00	0.00
ттк118	Какао "Несквик"	200	23.54	2.50	2.50	22.40	107.00	146.00	60.00	60.00	47.0	0.0	0.9	2.0	20.0	53.70	0.15	10.00	10.00	0.01
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	90	31.0	0.40	0.20	7.50	38.00	556.00	85.00	32.50	57.50	0.01	4.00	0.60	16.00	0.50	0.05	20.00	10.00	0.00
	Итого:	595	157.52	18.74	17.70	92.26	649.91	1324.3	402.03	154.20	270.50	0.05	13.58	27.14	165.2	57.36	5.74	30.05	42.70	1.21
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :	1400.1	204.78	207.29	848.36	5925.12	7638.7	3452.3	1483.95	2965.76	39.34	189.97	224.74	1616	67.73	14.7	408.15	1036.0	13.46	
	<i>в среднем за один день (завтрак)</i>	140.01	20.48	20.73	84.84	592.51	763.87	345.23	148.40	296.58	3.93	19.00	22.47	161.6	6.77	1.47	40.82	103.60	1.35	
Обед																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	18.4	1.30	0.06	0.56	8.00	84.60	15.10	10.10	19.90	0.31	1.80	0.18	10.20	0.02	0.02	6.00	6.00	0.00
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	25.64	3.76	6.29	24.00	135.00	344.10	65.30	21.00	68.00	1.08	4.38	2.34	25.30	0.06	0.06	6.20	0.15	0.01
ттк432	Оладьи из печени по-кунцевски	90	50.54	7.60	5.68	9.50	228.00	250.30	18.00	10.00	181.00	1.00	7.16	34.91	194.2	0.10	1.61	0.00	4518.40	0.18
ттк15	Рагу овощное	150	22.26	4.50	6.70	12.00	121.00	454.00	37.00	25.00	92.00	1.10	3.60	0.19	25.00	0.08	0.04	12.00	0.86	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	250	52.50	1.80	0.40	18.80	46.00	696.00	68.00	46.00	26.00	0.60	0.10	2.00	4.40	0.08	0.10	20.00	40.00	0.00
	Итого:	1030	189.5	23.09	19.68	107.54	734.15	1910.8	230.90	186.10	418.15	7.97	20.94	42.72	273.1	0.44	1.86	48.20	4565.4	0.19
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	347.0	41.83	37.38	199.80	1384.06	3235.1	632.93	340.30	688.65	8.02	34.52	69.86	438.3	57.80	7.59	78.25	4608.1	1.40	
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:	2099.2	257.80	264.13	1052.99	7677.81	12751	3367	3352.83	5853.73	90.77	1496.0	189.48	1870	6.49	6.51	529.48	5029.9	48.50	
	<i>в среднем за один день (обед)</i>	209.92	25.7797	26.4126	105.299	767.7807	1275.1	336.68	335.283	585.373	9.0771	149.6	18.948	187	0.6493	0.6507	52.948	502.99	4.85	
	Итого за 10 дней	3499.3	486.69	492.04	2009.31	14325.3	21521	7124.9	5228.3	9184.5	133.4	1763.9	427.0	3875	74.6	21.8	985.0	6142.1	62.6	
	Итого в среднем за 1 день	349.93	48.67	49.20	200.93	1432.53	2152.1	712.49	522.83	918.45	13.34	176.39	42.70	387.5	7.46	2.18	98.50	614.21	6.26	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевы			ЭЦ (ккал.)	Минер							Витами					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк438	Салат "Школьный"	100	36.42	8.66	9.67	4.34	139.01	147.62	6.90	7.20	4.20	0.18	3.42	18.20	96.88	0.01	0.74	1.50	0.00	0.01
ттк248	Плов из птицы(филе)	250	80.1	12.60	11.00	46.90	419.70	580.60	244.00	46.70	216.00	2.70	6.63	13.77	76.60	0.12	0.10	14.70	0.30	0.01
ттк243	Хлеб пшеничный в/с	50	7.0	3.96	0.40	24.40	117.00	46.60	0.06	0.00	0.00	0.56	1.60	3.00	7.26	10.00	0.01	32.50	7.00	0.01
ттк118	Какао "Несквик"	200	24	2.50	2.50	22.40	107.00	146.00	60.00	60.00	47.0	0.0	0.9	2.0	20.0	53.70	0.15	10.00	10.00	0.01
	Фрукты свежие (мандарины)	100	28.5	0.40	0.20	7.50	38.00	155.00	16.00	9.00	11.00	2.20	2.00	0.30	8.00	0.03	0.02	10.00	0.00	0.00
	Итого	700	175.56	27.72	23.57	98.04	782.71	1075.8	310.96	113.90	267.20	3.44	12.55	36.97	200.7	63.83	1.00	58.70	17.30	0.04
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :	1475.9	245.4	230.9	988.6	6827.2	8618.3	3426.3	1937.6	3201.4	51.8	207.5	263.4	1702	78.5	40.5	467.0	1167.9	14.0	
	<i>в среднем за один день (завтрак)</i>	147.59	24.54	23.09	98.86	682.72	861.83	342.63	193.76	320.14	5.18	20.75	26.34	170.2	7.85	4.05	46.70	116.79	1.40	
Обед																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	32.3	2.06	0.10	2.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	25.64	3.76	6.29	24.00	135.00	344.10	65.30	21.00	68.00	1.08	4.38	2.34	25.30	0.06	0.06	6.20	0.15	0.01
ттк432	Оладьи из печени по-кунцевски	100	56.14	7.60	12.20	12.00	140.50	278.11	18.00	10.00	181.00	1.00	7.96	38.79	215.80	0.10	1.79	0.00	5020.40	0.20
ттк15	Рагу овощное	180	28.28	4.50	6.70	15.00	121.00	544.80	37.00	25.00	92.00	1.10	4.32	0.23	30.00	0.59	0.05	9.00	0.86	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.00	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие (бананы)	150	31.5	1.80	0.40	35.00	195.00	696.00	68.00	46.00	26.00	0.60	0.10	2.00	4.40	0.08	0.00	20.00	0.00	0.00
	Итого:	1100	194.1	23.85	26.24	130.68	799.65	2085.8	237.70	186.50	419.25	8.20	23.66	46.76	306.5	0.96	1.97	49.20	5031.4	0.22

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		369.62	51.57	49.81	228.72	1582.36	3161.6	548.66	300.40	686.45	11.64	36.21	83.73	507.2	64.79	2.97	107.90	5048.7	0.22
ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:		2043.0	304.5	322.7	1213.1	9302.1	14006	3469.2	3851.7	6313.3	100.3	1596.8	225.3	2398	6.4	7.0	562.2	5543.6	49.7
<i>в среднем за один день (обед)</i>		204.30	30.45	32.27	121.31	930.21	1400.6	346.92	385.17	631.33	10.03	159.68	22.53	239.8	0.64	0.70	56.22	554.36	4.97
Итого за 10 дней		3518.9	550	554	2202	16129	22624	6895	5789	9515	152	1804	489	4100	85	48	1029	6711	64
Итого в среднем за 1 день		351.89	55.00	55.35	220.17	1612.92	2262.4	689.54	578.93	951.47	15.22	180.43	48.87	410.0	8.48	4.75	102.92	671.15	6.37

Технолог отдела общественного питания

И.И.Корниенко

День: 1 понедельник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст /-11 лет)

Льготная категория

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
тк21	Салат из консерв. кукурузы с яйцом,лук репч. и маслом раст.	60	21.97	3.03	3.75	8.03	75.48	16.60	9.41	12.40	58.00	0.55	2.51	3.80	6.90	0.04	0.05	2.50	33.00	1.77
тк424	Макаронные изделия отварные с сыром	150	32.23	11.50	15.24	35.96	283.84	19.10	147.80	32.20	155.7	0.80	0.00	2.90	0.14	0.07	0.06	0.01	74.00	0.25
ттк239	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	30	4.20	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	10.00	5.00	5.00	0.28	0.80	1.50	3.63	5.00	0.01	1.00	0.00	0.55
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
	Фрукты свежие(мандарины)	150	51.00	0.70	0.10	16.40	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	35.00	0.00	0.20
	Итого:	440	130.08	20.98	21.79	98.59	601.40	360.00	418.21	74.60	238.90	2.73	4.51	10.30	180.7	5.45	0.30	53.51	237.00	5.27
Обед																				
ттк 174	Салат из свеклы с яблоками	60	10.4	0.80	3.10	7.50	61.00	125.70	21.00	12.00	22.00	1.10	2.30	0.25	7.20	0.01	0.01	5.00	0.00	0.00
ттк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	40.92	2.00	4.10	12.00	73.00	332.10	48.50	49.60	57.65	1.13	4.42	0.24	23.30	0.07	0.01	22.00	0.21	0.65
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	74.19	10.80	11.10	8.00	176.00	259.00	140.00	22.00	340.00	2.00	5.30	2.70	37.50	0.12	0.12	4.00	0.02	0.20
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	20.16	7.60	5.61	37.33	230.15	226.25	13.20	180.30	420.00	4.03	1.90	3.54	0.20	0.26	0.02	0.00	20.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	1.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(груша)	200	76.0	0.60	0.45	15.00	65.00	232.50	27.00	20.00	23.00	3.45	1.50	0.15	15.00	0.03	0.04	15.00	3.00	0.00
	Итого:	960	241.87	26.93	24.91	122.50	801.30	1257.4	277.20	357.90	893.90	15.59	19.32	9.98	97.20	0.59	0.23	50.00	23.23	0.86
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		371.95	47.91	46.70	221.09	1402.70	1617.4	695.41	432.50	1132.8	18.32	23.83	20.28	277.9	6.04	0.53	103.51	260.2	6.1

для обучающихся 5-11 классоввозраст старше 12 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк21	Салат из консервированной кукурузы с яйцом и маслом растительным	100	32.3	5.05	5.63	10.38	110.00	27.70	15.60	20.80	97.00	0.90	4.18	6.30	11.50	0.02	0.06	4.20	55.00	2.95
тк424	Макаронные изделия отварные с сыром	200	41.72	13.30	16.30	47.91	308.00	31.80	197.00	42.90	207.00	1.06	0.00	4.83	0.23	0.09	0.01	0.01	2.08	0.00
ттк239	Хлеб пшеничный в/с йодированный	50	7.00	3.95	0.40	24.40	117.00	46.50	10.00	32.50	7.00	0.55	1.60	3.00	7.25	0.06	0.10	0.00	0.00	0.10
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
	Фрукты свежие(мандарины)	150	51.00	0.70	0.10	16.40	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	35.00	0.00	0.20
	Итого:	550	152.7	26.07	24.83	108.69	686.28	252.00	443.60	110.20	314.20	3.51	6.68	16.13	38.98	0.47	0.32	19.21	187.1	5.6
Обед																				
ттк 174	Салат из свеклы с яблоками	100	18.98	1.30	5.16	12.50	101.70	209.50	35.00	20.00	36.70	1.80	3.83	0.41	12.00	0.02	0.01	8.30	0.00	0.00
ттк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	40.92	2.00	4.10	12.00	73.00	332.10	48.50	49.60	57.65	1.13	4.42	0.24	23.30	0.07	0.01	22.00	0.21	0.65
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по хлыновски	100	83.22	12.25	13.00	9.50	295.00	195.00	170.50	27.50	425.00	2.50	5.90	3.00	41.70	0.15	0.01	5.00	0.03	0.01
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	24.18	7.12	6.73	46.79	276.18	271.50	15.84	216.36	504.00	4.84	2.28	4.25	17.54	0.31	0.02	0.00	24.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.00	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.20	1.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:		187.50	27.80	29.54	123.47	942.03	1089.9	297.34	387.46	1054.60	14.14	20.33	11.00	108.5	0.65	0.08	39.30	24.24	0.67
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		340.20	53.87	54.37	232.16	1628.31	1341.9	740.94	497.66	1368.8	17.65	27.01	27.13	147.5	1.12	0.40	58.51	211.32	6.22

День: 2 вторник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
Завтрак																				
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно с	60/2	20.04	0.55	0.10	1.90	12.00	145.00	5.50	10.50	3.50	0.15	0.40	0.20	10.00	0.04	0.02	15.00	0.00	0.00
тгк151	Рагу из говядины	225	129.6	19.24	20.68	40.50	416.88	670.00	30.09	58.00	298.0	4.30	6.34	0.24	55.44	0.20	0.12	22.00	1.80	0.00
тгк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	5.45	0.40	0.10	22.00	77.00	8.00	10.00	6.00	9.00	1.10	0.05	0.04	0.52	0.01	0.002	70.00	7.50	0.00
тгк239	Хлеб северный (с ламин)	25	3.50	1.16	0.23	10.25	41.00	23.00	7.25	37.50	11.75	0.95	0.50	1.50	3.63	0.04	0.01	0.00	0.00	0.35
тгк39	Сок фруктовый	1/200	30.00	0.00	0.00	25.00	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	712	188.6	21.35	21.11	99.65	627.68	846.00	66.84	120.00	336.25	9.30	7.29	1.98	69.59	0.31	0.15	111.00	9.30	0.35
Обед																				
тгк185	Салат "Нежность"	60	16.44	2.28	4.86	4.50	70.80	73.90	19.20	19.80	33.60	0.60	3.26	4.11	15.48	0.03	0.06	3.00	0.91	0.31
тгк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	35.61	7.34	2.72	23.21	119.70	227.11	226.98	177.19	241.72	1.37	14.60	12.60	122.7	0.24	0.06	22.29	26.20	0.00
тгк132	Зразы рубленные из говядины	90	66.13	11.81	15.60	19.50	265.00	227.60	28.00	24.00	273.00	2.00	5.79	0.50	60.50	0.08	0.09	6.00	0.08	0.00
тгк15	Капуста тушенная	150	23.64	1.80	2.30	22.80	109.00	423.30	90.00	29.00	59.00	1.20	4.49	0.44	14.96	0.04	0.05	27.00	0.11	0.00
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк14	Компот из яблок	200	10.61	0.20	0.20	17.90	105.00	57.50	7.00	4.00	4.00	1.00	0.44	0.07	0.14	0.01	0.00	2.00	0.00	0.00
	Итого:	830	159.4	27.56	26.23	111.38	784.85	1091.2	384.68	319.99	628.57	7.25	32.48	20.82	227.8	0.48	0.30	60.29	27.30	0.31
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		348.0	48.9	47.34	211.03	1412.53	1937.2	451.52	439.99	964.82	16.55	39.77	22.80	297.4	0.79	0.45	171.29	36.60	0.66

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100/2	30.62	1.10	0.20	4.68	24.00	241.60	18.90	21.70	27.90	0.90	0.70	0.33	16.70	0.06	0.03	28.00	0.00	0.00
тгк151	Рагу из говядины	255	132.82	22.34	21.50	45.40	481.67	759.00	45.00	62.00	299.00	4.30	7.18	0.27	62.80	0.30	0.15	26.00	2.04	0.00
тгк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	5.45	0.40	0.10	22.00	77.00	8.00	10.00	6.00	9.00	1.10	0.05	0.04	0.52	0.01	0.002	70.00	7.50	0.00
тгк239	Хлеб северный (с ламин)	25	3.50	1.16	0.23	10.25	41.00	23.00	7.25	37.50	11.75	0.95	0.50	1.50	3.63	0.04	0.01	0.00	0.00	0.35
тгк39	Сок фруктовый	1/200	30.00	0.00	0.00	25.00	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	782	202.4	25.00	22.03	107.33	704.47	1031.6	95.15	135.20	361.65	10.05	8.43	2.14	83.65	0.43	0.19	128.00	9.54	0.35
Обед																				
тгк185	Салат "Нежность"	100	27.18	3.80	8.10	7.50	118.00	118.00	19.20	19.80	33.60	0.60	5.43	6.85	25.80	0.04	0.10	5.00	1.51	0.52
тгк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	35.61	7.34	2.72	23.21	159.70	227.11	226.98	177.19	241.72	1.37	14.60	12.60	122.7	0.24	0.06	22.29	26.20	0.00
тгк132	Зразы рубленные из говядины	100	73.48	16.80	17.80	20.10	295.00	252.80	28.00	24.00	273.00	2.00	6.43	0.60	67.20	0.08	0.01	6.00	0.08	0.00
тгк15	Капуста тушенная	180	28	2.56	3.16	24.76	130.80	507.60	108.00	34.80	70.80	1.44	5.40	0.53	17.95	0.05	0.01	32.40	0.13	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк14	Компот из яблок	200	10.61	0.20	0.20	17.90	105.00	57.50	7.00	4.00	4.00	1.00	0.44	0.07	0.14	0.01	0.00	2.00	0.00	0.00
	Итого:	910	182.25	34.83	32.53	116.94	923.85	1244.8	402.68	325.79	640.37	7.49	36.20	23.75	247.8	0.50	0.21	67.69	27.92	0.53
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		384.64	59.83	54.56	224.27	1628.3	2276.4	497.83	460.99	1002.0	17.54	44.63	25.89	331.4	0.93	0.41	195.69	37.46	0.88

День: 3 среда

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	20.04	0.55	0.10	3.80	8.00	84.60	15.10	10.10	19.90	0.31	1.80	0.18	10.20	0.02	0.03	7.20	7.20	0.00
ттк205	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	65.66	13.20	13.70	11.58	225.00	477.30	177.20	34.00	266.00	0.02	51.50	39.52	393.8	0.65	0.18	0.01	0.83	0.01
ттк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	150	12.88	3.59	4.57	33.63	198.15	103.70	10.00	26.00	70.00	0.01	2.02	6.20	36.80	0.80	0.03	1.00	1.00	0.00
ттк239	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	3.5	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	0.03	0.00	0.00	0.01	0.80	1.50	3.63	0.28	5.00	0.01	0.00	0.00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	9.50	40.00	34.00	8.00	5.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	3.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	120	45.00	0.40	0.40	15.00	55.00	492.50	85.00	32.50	57.50	0.01	5.00	1.25	42.50	0.10	0.08	60.00	16.00	0.00
	Итого:	657	152.12	20.02	18.97	85.71	584.65	1215.4	295.33	107.60	423.40	0.36	61.12	48.65	486.9	2.85	5.31	68.22	28.03	0.01
Обед																				
ттк153	Салат из морской капусты с овощами	60	14.36	1.00	6.12	1.08	64.72	33.00	33.00	90.00	38.50	8.20	1250.00	0.30	170.0	0.02	0.03	5.16	2.50	0.02
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	32.66	8.92	10.94	25.00	235.99	413.00	240.95	138.76	147.10	2.90	4.00	2.43	27.40	0.33	0.06	12.00	0.00	0.00
ттк121/1	Печень по-строгановски	100	44.04	10.40	9.60	5.90	163.00	158.67	14.00	15.00	431.00	5.00	4.40	22.74	133.1	0.19	1.15	13.00	5.58	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	10.54	4.50	4.80	31.90	191.00	51.00	11.00	7.00	36.00	0.01	0.61	0	10.12	0.61	0.02	0.02	0.00	0.03
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	1.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
	Итого:		157.46	32.85	35.51	121.86	938.86	866	561	355	880	20	1263	29	355	1	1	35	30	0
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		309.58	52.87	54.48	207.57	1523.51	2081.9	856.78	462.36	1303.3	20.45	1324.0	77.22	841.5	4.34	6.80	103.10	58.11	0.06

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	32.3	2.06	0.10	1.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
ттк205	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	65.66	13.20	13.70	11.58	225.00	477.30	177.20	34.00	266.00	0.02	51.50	39.52	393.8	0.65	0.18	0.01	0.83	0.01
ттк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	180	15.46	4.09	6.57	43.63	240.00	124.40	10.00	26.00	70.00	0.02	2.42	7.44	44.16	0.90	0.04	2.00	1.50	0.00
ттк239	Хлеб пшеничный в/с	50	7.0	3.96	0.40	24.40	117.00	46.60	0.06	0.00	0.00	0.56	1.60	3.00	7.26	10.00	0.01	32.50	7.00	0.01
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	9.50	40.00	34.00	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00
т.9	Фрукты свежие(яблоко)	120	45.0	0.40	0.40	15.00	55.00	278.00	30.00	11.00	17.0	0.10	2.00	0.30	8.00	0.03	0.02	10.00	5.00	0.00
	Итого:	752	170.46	24.01	21.17	105.11	689.00	1101.3	247.16	86.50	384.00	2.24	60.52	50.56	470.2	11.61	0.29	57.51	24.33	0.02
Обед																				
ттк153	Салат из морской капусты с овощами	100	24.0	1.50	9.20	5.62	96.90	55.00	49.50	135.00	57.70	12.30	1250.00	0.30	170.0	0.03	0.04	7.50	2.50	0.00
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	32.66	8.92	10.94	25.00	235.99	413.00	240.95	138.76	147.10	2.90	4.00	2.43	27.40	0.33	0.06	12.00	0.00	0.00
ттк121/1	Печень по-строгановски	100	44.04	10.40	9.60	5.90	163.00	158.67	14.00	15.00	431.00	5.00	4.40	22.74	133.1	0.19	1.15	13.00	5.58	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	12.64	3.60	5.76	37.56	229.20	61.20	13.20	8.40	43.20	0.96	0.73	0.00	12.10	0.07	0.10	0.02	0.00	0.03
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
	Итого:		169.20	28.55	36.05	116.76	921.24	770	345	371	710	25	1263	29	357	1	1	37	8	0
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		339.66	52.56	57.22	221.87	1610.24	1871	592	458	1094	27	1324	79	827	12	2	94	32	0

День: 4 четверг

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																				
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	60	11.4	0.72	2.82	4.62	46.80	197.00	11.50	21.00	7.00	0.30	0.02	0.18	3.80	0.02	0.02	5.00	3.00	0.00
ттк435	Котлета рубленая из птицы(филе) с творогом	100	67.02	11.12	10.20	19.25	145.50	191.00	391.00	198.7	22.47	1.29	5.00	20.00	114.0	0.08	0.19	2.66	43.00	0.03
тк90	Каша гречневая с луком	150	15.52	4.59	6.92	25.88	234.52	165.00	23.00	126.0	211.0	3.40	1.45	2.50	10.12	0.20	0.08	1.00	0.60	0.00
ттк239	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	4.20	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
ттк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.30	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
	Фрукты свежие(мандарины)	150	51.00	0.70	0.10	11.30	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	38.00	5.00	0.00
	Итого:	690	166.4	20.03	21.62	93.70	617.62	954.00	623.75	401.24	414.22	7.04	17.17	26.58	305.9	0.40	0.55	47.66	75.40	0.03
Обед																				
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	17.62	1.50	3.12	1.79	43.00	50.00	10.20	8.40	15.00	0.25	0.01	0.00	0.00	0.06	0.02	5.00	0.00	0.00
ттк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	40.5	7.07	7.82	15.10	150.00	144.00	56.50	29.65	85.60	1.43	0.80	0.01	4.81	0.06	0.02	11.00	0.22	0.00
ттк 84	Горбуша(филе) запеченная с овощами	100	44.16	9.80	10.20	15.03	213.00	220.50	262.09	251.60	251.36	1.27	24.90	18.10	202.0	0.24	0.11	7.79	48.50	0.05
тк35	Картофельное пюре	150	21.76	2.54	5.44	20.30	132.00	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк111	Компот из ягодной смеси(вишня)	200	19.74	0.10	0.10	14.90	103.00	96.60	4.00	4.00	3.00	0.00	0.90	7.90	0.90	0.01	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
	Итого:	950	186	28.04	30.73	105.90	844.35	1192.9	628.29	418.65	653.21	5.22	34.91	29.35	248.1	0.84	0.44	33.49	72.52	0.11
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	353	48.07	52.35	199.60	1461.97	2146.9	1252.0	819.89	1067.4	12.26	52.08	55.93	554.0	1.24	0.99	81.15	147.9	0.1	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																				
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	100	19.0	1.20	4.70	7.70	78.00	328.00	19.20	35.00	11.70	0.40	0.03	0.30	6.30	0.03	0.03	8.30	4.00	0.00
ттк435	Котлета рубленая из птицы(филе) с творогом	100	67.02	11.12	10.20	19.25	145.50	191.00	391.00	198.7	22.47	1.29	5.00	20.00	114.0	0.08	0.19	2.66	43.00	0.03
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	18.62	2.67	3.53	31.06	237.49	198.00	24.06	151.00	253.00	4.00	1.74	3.00	12.00	0.30	0.09	2.00	0.80	0.00
ттк239	Хлеб ржаной"Дарницкий"	50	7.0	3.30	0.60	17.60	89.00	305.00	14.50	75.00	23.50	1.95	2.20	2.70	12.00	0.09	0.04	0.00	0.00	0.01
ттк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.30	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
	Фрукты свежие (мандарины)	100	38.0	0.40	0.10	7.50	32.30	150.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.20	0.10	140.0	0.04	35.00	35.00	4.00	0.00
	Итого:	730	166.9	20.19	20.43	105.51	689.29	1340.0	639.76	477.74	472.67	8.74	18.17	28.10	304.3	0.56	35.50	48.96	75.6	0.0
Обед																				
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	100	29.38	5.74	4.57	5.10	73.58	99.00	10.20	8.40	15.00	0.25	0.01	0.01	0.00	0.11	0.05	10.00	0.00	0.00
ттк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	40.5	7.07	7.82	15.10	150.00	144.00	56.50	29.65	85.60	1.43	0.80	0.01	4.81	0.06	0.02	11.00	0.22	0.00
ттк 84	Горбуша(филе) запеченная с овощами	100	44.16	9.80	10.20	15.03	213.00	220.50	262.09	251.60	251.36	1.27	24.90	18.10	202.0	0.24	0.11	7.79	48.50	0.05
тк35	Картофельное пюре	180	26.06	3.78	8.10	26.28	196.20	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк111	Компот из ягодной смеси(вишня)	200	19.74	0.10	0.10	19.90	103.00	96.60	4.00	4.00	3.00	0.00	0.90	7.90	0.90	0.01	0.00	4.00	0.00	0.00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	15.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.24	0.20	0.70	22.00	0.00
	Итого:	202.5	33.52	34.84	120.19	939.13	1241.9	628.29	418.65	653.21	5.22	34.91	29.36	248.1	0.89	0.47	38.49	72.52	0.11	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	369.4	53.71	55.27	225.70	1628.42	2581.9	1268.1	896.39	1125.9	13.96	53.08	57.46	552.4	1.44	35.97	87.45	148.12	0.15	

День: 5 пятница

Льготная категория

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепту вы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мк
Завтрак																				
ттк265	Каша жидкая молочная"Дружба" с маслом сл.	205	26	3.56	8.60	32.86	223.60	146.00	147.00	155.0	32.20	0.45	9.00	2.00	20.00	0.07	0.15	1.56	22.00	0.06
ттк243	Батон столовый	30	5.4	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	62.5	12.90	9.70	18.50	178.10	92.00	37.10	5.20	34.9	0.18	7.92	26.00	28.00	0.02	0.20	0.12	19.80	0.01
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
г.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	250	48.0	0.50	0.50	20.25	73.50	417.00	30.00	13.50	30.0	0.75	3.00	0.45	12.00	0.05	0.03	15.00	7.50	0.00
Итого:		695	143.9	19.04	19.00	94.46	576.90	821.0	223.85	193.95	108.35	2.68	21.02	30.45	64.80	0.17	0.39	16.68	49.30	0.07
Обед																				
ттк171	Салат из свеклы с сыром	60	16.18	3.39	6.22	3.92	94.24	128.30	129.96	70.61	130.87	0.66	4.00	1.51	8.80	0.01	0.04	4.32	18.90	0.08
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	27.66	6.58	7.70	13.80	158.70	87.20	28.75	44.75	35.00	0.95	4.80	8.00	42.00	0.05	0.09	1.00	5.21	0.40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	225	129.9	17.67	17.40	21.88	265.00	670.00	146.82	229.54	260.14	2.47	6.34	0.24	55.44	0.20	0.12	23.32	36.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк434	Кисель "Витюшка"	200	13.40	0.20	0.00	24.23	95.00	15.20	60.00	20.00	3.00	2.30	0.00	0.00	0.00	0.30	0.34	20.00	130.00	1.68
сcurихин таб.10	Кондитерские изделия(шоколад)	25	29.5	1.88	2.50	18.50	104.00	115.00	88.00	17.00	80.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.02	0.11	41.34	0.10	41.34
Итого:		862	223.6	33.85	34.37	105.81	832.3	1097.5	467.03	447.90	526.26	7.86	19.04	12.85	120.2	0.66	0.73	89.98	190.21	43.5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			367.54	52.89	53.37	200.27	1409.2	1918.5	690.88	641.85	634.61	10.54	40.06	43.30	185.0	0.83	1.12	106.66	239.51	43.6

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепту	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мк
Завтрак																				
ттк265	Каша жидкая молочная"Дружба" с маслом сл.	205	26	5.56	8.60	32.86	223.60	146.00	147.00	155.0	32.20	0.45	9.00	2.00	20.00	0.07	0.15	1.56	22.00	0.06
ттк243	Батон столовый	30	5.4	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	62.5	12.90	9.70	18.50	178.10	92.00	37.10	5.20	34.9	0.18	7.92	26.00	28.00	0.02	0.20	0.12	19.80	0.01
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
г.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	150	28.5	1.20	0.45	20.00	73.50	417.00	30.00	13.50	30.0	0.75	3.00	0.45	12.00	0.05	0.03	15.00	7.50	0.00
Итого:		695	124.4	21.74	18.95	94.21	576.90	821.00	223.85	193.95	108.35	2.68	21.02	30.45	64.80	0.17	0.39	16.68	49.30	0.07
Обед																				
ттк171	Салат из свеклы с сыром	100	27.4	5.65	9.36	6.53	127.00	213.80	216.60	117.69	218.12	1.10	6.70	2.52	14.70	0.02	0.00	7.21	31.50	0.02
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	27.66	6.58	7.70	13.80	158.70	87.20	28.75	44.75	35.00	0.95	4.80	8.00	42.00	0.05	0.09	1.00	5.21	0.40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	255	133.5	18.03	18.40	24.79	395.00	759.00	146.82	229.54	260.14	2.47	7.18	0.27	62.80	0.30	0.15	23.32	36.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк434	Кисель "Витюшка"	200	13.40	0.20	0.00	24.23	95.00	15.20	60.00	20.00	3.00	2.30	0.00	0.00	0.00	0.30	0.34	20.00	130.00	1.68
сcurихин	Кондитерские изделия(шоколад)	25	29.5	1.88	2.50	18.50	104.00	115.00	88.00	17.00	80.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.02	0.11	41.34	0.10	41.34
Итого:		907	238	36.47	38.51	111.33	995.05	1272.0	553.67	494.98	613.51	8.30	22.58	13.89	133.5	0.77	0.72	92.87	202.81	43.45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			363	58.21	57.46	205.54	1571.95	2093.0	777.52	688.93	721.86	10.98	43.60	44.34	198.3	0.94	1.11	109.55	252.11	43.5

День: 6 суббота

Льготная категория _____

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
тк92	Запеканка картофельная с субпродуктами и сметаной	200/20	76.22	13.60	15.20	30.80	312.00	1048.0	36.00	70.00	262.00	4.00	15.58	20.03	22.77	0.28	0.71	24.00	15.06	0.01
тк180	Оладьи с повидлом	75/20	14.1	3.04	8.03	54.87	209.00	152.40	38.00	44.00	124.00	1.60	6.85	5.20	24.70	0.18	0.14	8.00	21.60	0.20
ттк243	Хлеб пшеничный в/с	50	7.0	3.96	0.40	24.40	117.00	46.60	0.06	0.00	0.00	0.56	1.60	3.00	7.26	10.00	0.01	32.50	7.00	0.01
ттк104	Чай с молоком	200	15.0	1.60	1.30	9.90	58.00	121.00	265.00	11.00	153.00	1.40	7.92	1.76	17.60	0.02	0.12	1.00	13.20	0.00
	Итого:	565	112.3	22.20	24.93	119.97	696.00	1368.0	339.06	125.00	539.00	7.56	31.95	29.99	72.33	10.48	0.99	65.50	56.86	0.22
Обед																				
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	30.62	2.06	0.10	1.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
Сб.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	22.82	3.87	4.32	17.20	141.00	322.70	38.50	31.65	106.60	1.23	4.08	0.37	22.43	0.10	0.08	8.00	0.21	0.65
ттк369	Котлеты особые	100	74.1	12.00	12.80	11.80	276.00	259.00	12.00	24.00	254.00	2.00	5.31	2.74	37.49	0.18	0.12	0.00	0.00	0.00
ттк442	Каша гречневая с овощами	180	28.74	7.12	8.60	27.70	284.00	226.00	37.00	36.00	595.00	1.60	1.90	3.54	14.62	0.07	0.20	2.00	0.63	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	150	51.00	0.70	0.10	16.40	32.30	155.00	30.00	11.00	17.0	0.10	0.30	0.10	150.00	0.04	0.03	35.00	0.00	0.20
	Итого:	1042	227.48	29.875	26.47	116.775	941.45	1185.5	136.90	176.15	1007.85	9.25	18.19	10.05	105.5	0.48	0.46	24.00	10.84	0.65
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		339.8	52.08	51.40	236.75	1637.45	2553.5	475.96	301.15	1546.9	16.81	50.14	40.04	177.9	10.96	1.45	89.50	67.70	0.87

День: 1 понедельник

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																				
тгк6	Омлет натуральный	150	40.16	13.90	14.30	5.00	259.00	176.50	216.00	19.0	257.0	3.00	21.56	27.82	57.20	0.07	0.99	0.30	156.0	2.20
тгк№233	Сыр Российский порционно	20	16.40	4.60	5.90	15.00	72.60	29.00	176.00	9.00	130.0	0.20	0.00	2.90	0.00	0.01	0.06	0.14	52.00	0.19
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.30	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
тгк243	Батон столовый	30	5.40	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
тгк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	21.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20	0.20	2.00	22.00	0.00
	Итого:	515	114.92	24.78	25.20	76.6	587.3	668.5	792.8	81.3	731.3	4.5	31.7	34.7	82.0	0.3	1.4	3.4	253.8	2.4
Обед																				
скурих таб.9	Овощи консервированные (огурец) порционно	60	22.48	0.00	0.00	3.60	16.00	70.20	6.90	7.20	4.20	0.18	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	1.50	0.00	0.00
тгк72/1	Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	29.02	3.07	6.79	24.53	131.52	427.20	80.50	38.65	94.60	1.63	5.86	0.66	35.70	0.07	0.06	27.00	0.27	0.00
тгк45	Плов по-узбекски из говядины	225	128.7	18.23	21.29	38.15	485.00	408.50	33.81	233.83	255.81	1.85	9.30	6.68	103.9	0.09	0.16	1.50	0.00	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	125	43.0	0.80	0.80	11.00	38.00	556.00	85.00	32.50	57.50	0.01	4.00	0.60	16.00	0.50	0.05	20.00	10.00	0.00
	Итого:	795	243.4	26.225	29.4265	119.956	866.67	1543.7	233.71	386.18	443.36	7.546	23.06	11.04	169.6	0.7745	0.31	54	10.27	0.01
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		358.32	51.01	54.63	196.51	1453.97	2212.2	1026.5	467.43	1174.6	12.05	54.72	45.76	251.6	1.10	1.72	57.44	264.07	2.40

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																				
тгк6	Омлет натуральный	200	53.54	16.68	17.16	11.30	310.00	235.30	152.00	26.3	344.0	3.87	28.75	37.09	76.27	0.13	1.32	0.48	392.00	2.93
тгк№233	Сыр Российский порционно	20	16.40	4.60	5.90	15.00	72.60	29.00	176.00	9.00	130.0	0.20	0.00	2.90	0.00	0.01	0.06	0.14	52.00	0.19
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	17.30	1.50	1.32	22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02	0.15	1.00	23.80	0.00
тгк243	Батон столовый	50	9.00	3.13	0.33	25.00	101.16	276.70	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
тгк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	35.66	2.90	3.50	21.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20	0.20	2.00	22.00	0.00
	Итого:	585	131.9	28.81	28.21	95.00	678.76	838.00	728.75	88.52	818.25	5.37	38.85	43.99	101.1	0.39	1.74	3.62	489.80	3.12
Обед																				
скурихи н таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	100	37.46	0.40	0.05	6.00	26.70	117.03	11.50	12.00	7.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	2.50	3.00	0.00
тгк72/1	Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	29.02	3.07	6.79	14.53	131.52	427.20	80.50	38.65	94.60	1.63	5.86	0.66	35.70	0.07	0.06	27.00	0.27	0.00
тгк45	Плов по-узбекски из говядины	255	132.02	22.02	21.29	45.00	549.70	462.00	33.81	233.83	255.81	1.85	12.30	9.50	145.0	0.09	0.18	1.50	0.00	0.01
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
	Итого:	865	218.7	29.62	28.68	108.21	904.07	1088.0	153.31	358.48	388.66	7.66	22.06	13.26	194.7	0.27	0.28	35.00	3.27	0.01
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		350.60	58.43	56.89	203.21	1582.83	1926.0	882.06	447.00	1206.9	13.03	60.91	57.25	295.8	0.66	2.02	38.62	493.07	3.13

День: 2 вторник

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг				
----------	--------------------	-------	------	------------------	--	--	----	-----------------------	--	--	--	--	--	--	--------------	--	--	--	--

рецепт уры		(гр./мл.)	руб.	Б	Ж	У	(ккал.)	К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	20.04	0.55	0.10	3.80	8.00	98.00	6.90	7.20	4.20	0.18	0.10	0.10	5.00	0.01	0.01	1.50	0.00	0.00
ттк134	Гуляш из отварной говядины	100	69.72	15.50	15.90	13.10	245.00	270.00	14.00	20.00	150.0	2.00	6.34	0.00	55.44	0.04	0.12	1.00	0.01	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	10.54	2.50	4.80	33.30	191.00	102.00	11.00	7.00	36.00	0.80	1.32	0.00	20.24	0.06	0.03	0.00	0.03	0.06
ттк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	3.50	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	15.00	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.02	0.70	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00
Итого:		537	108.84	20.3	21.1	75.5	535.5	558.8	47.2	76.7	212.0	4.9	9.2	1.9	89.4	0.2	0.2	5.5	0.0	0.1
Обед																				
ттк 53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	6.74	0.76	3.06	4.14	48.00	180.00	31.20	9.00	16.20	0.39	1.80	0.18	6.00	0.02	0.02	23.40	0.02	0.01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной)	250/15/10	46.44	6.87	7.02	20.40	132.00	312.20	34.00	27.00	79.00	1.00	4.90	0.26	29.30	0.04	0.08	8.00	0.21	0.65
ттк 489	Котлета по-волжски	90	53.72	11.20	9.75	1.25	281.00	215.00	177.20	266.15	234.35	0.65	65.00	8.90	317.0	0.18	0.34	0.93	72.00	0.01
ттк 422	Картофель запеченный по-деревенски	150	29.86	3.20	8.40	21.86	184.93	481.60	39.83	93.13	31.76	1.21	5.10	0.27	27.90	0.16	0.07	25.45	0.54	0.65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с пшенич.)	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк21	Напиток апельсиновый	200	8.86	0.20	0.00	25.70	104.00	32.60	8.00	3.00	5.00	0.10	0.35	0.09	3.00	0.01	0.00	5.00	0.00	0
таб.9	Фрукты свежие(груша)	200	76.00	0.96	0.24	33.00	42.00	310.00	42.00	20.40	13.20	0.12	2.00	0.20	20.00	0.04	0.06	10.00	4.00	0.00
Итого:		1025	228.6	27.32	29.02	129.83	907.28	1613.2	345.73	484.68	396.76	4.54	83.05	13.00	417.2	0.53	0.60	72.78	76.77	1.32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			337.46	47.57	50.10	205.28	1442.78	2172.0	392.88	561.38	608.71	9.47	92.21	14.92	506.6	0.68	0.84	78.28	76.81	1.38

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг						Витамины, мг						
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк кг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	30.62	2.06	0.10	1.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
ттк134	Гуляш из отварной говядины	100	69.72	15.50	15.90	13.10	245.00	270.00	14.00	20.00	150.0	2.00	6.34	0.00	55.44	0.04	0.12	1.00	0.01	0.00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	12.64	3.60	5.76	37.56	229.20	61.20	13.20	8.40	43.20	0.96	0.73	0.00	12.10	0.07	0.10	0.02	0.00	0.03
ттк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	3.50	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	5.04	0.30	0.00	15.00	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.02	0.70	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00
Итого:		527	121.5	22.9	22.0	76.9	577.7	561.0	64.4	81.4	236.0	5.5	11.5	2.1	93.2	0.2	0.3	14.0	10.0	0.0
Обед																				
ттк 53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	11.24	1.60	4.10	16.90	116.00	316.60	52.00	15.00	27.00	0.67	3.40	0.39	14.80	0.03	0.05	39.00	0.04	0.01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной)	250/15/10	46.44	6.87	7.02	20.40	132.00	312.20	34.00	27.00	79.00	1.00	4.90	0.26	29.30	0.04	0.08	8.00	0.21	0.65
ттк 489	Котлета по-волжски	100	59.66	12.44	11.75	5.38	195.43	225.50	177.20	266.15	234.35	0.65	70.70	9.60	337.6	0.18	0.54	0.93	72.00	0.01
ттк 422	Картофель запеченный по-деревенски	180	35.82	3.84	10.30	26.23	321.00	577.90	47.80	111.76	38.11	1.45	6.12	0.32	33.48	0.19	0.08	65.00	0.65	0.68
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с пшенич.)	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк21	Напиток апельсиновый	200	8.86	0.20	0.00	25.70	104.00	32.60	8.00	3.00	5.00	0.10	0.35	0.09	3.00	0.01	0.00	5.00	0.00	0
таб.9	Фрукты свежие(груша)	190	72	0.60	0.14	25.00	65.00	155.00	42.00	20.40	13.20	0.12	1.00	0.10	10.00	0.02	0.03	5.00	2.00	0.00
Итого:		1155	241.2	29.67	33.86	143.085	1048.78	1701.6	374.5	509.31	413.91	5.063	90.37	13.86	442.2	0.5552	0.797	122.9	74.9	1.35
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			362.7	52.53	55.90	219.995	1626.48	2262.6	438.85	590.71	649.86	10.513	101.84	15.98	535.4	0.7352	1.137	137	84.91	1.38

День: 3 среда

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
Завтрак																				
ттк16	Ватрушка Царская (запеканка)	150	66.60	14.07	16.30	39.60	362.18	104.00	156.00	4.4	74.00	1.01	11.80	26.50	38.00	0.03	0.27	0.50	93.00	1.50
ттк243	Батон столовый	30	5.40	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
тк37	Какао с витаминами	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	150	28.50	0.50	0.50	11.00	32.00	230.00	30.00	11.00	17.0	0.10	1.76	0.26	7.04	0.04	0.02	35.00	3.00	0.00
Итого:		530	121.2	20.22	19.50	89.45	606.16	646.00	411.75	45.65	97.45	2.41	15.56	30.76	69.84	0.40	0.45	50.50	226.00	4.00
Обед																				
ттк149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	24.64	3.10	5.10	8.26	77.40	99.50	26.00	13.00	79.00	0.50	14.30	17.05	24.60	0.02	0.12	2.00	0.01	1.50
ттк18	Свекольник со сметаной	250/10	22.18	2.69	5.39	20.10	131.55	382.20	45.32	118.02	36.31	2.14	6.38	0.55	28.30	0.10	0.06	17.32	30.00	0.65
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	225	129.52	16.90	16.12	30.33	399.00	751.00	24.36	229.00	348.46	3.39	11.34	0.26	83.24	0.20	0.19	26.28	0.00	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничи." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
Итого:		795	196.5	26.82	27.16	101.37	804.10	1314.5	123.18	434.02	495.02	9.91	35.92	20.96	150.1	0.42	0.40	49.60	30.01	2.15
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			317.7	47.04	46.66	190.82	1410.26	1960.5	534.93	479.67	592.47	12.32	51.48	51.72	220.0	0.82	0.85	100.10	256.01	6.15

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
Завтрак																				
ттк16	Ватрушка Царская (запеканка)	200	88.8	18.76	21.73	52.80	484.24	138.70	195.70	320.50	29.00	1.74	15.70	35.30	50.70	0.08	0.36	0.70	124.00	2.00
ттк243	Батон столовый	30	5.40	1.88	0.20	12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00
тк37	Какао с витаминами	200	20.68	3.77	2.50	26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30	0.15	15.00	130.0	2.50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	24.70	0.50	0.50	11.00	32.00	230.00	30.00	11.00	17.0	0.10	1.76	0.26	7.04	0.04	0.02	35.00	3.00	0.00
Итого:		560	139.6	24.91	24.93	102.65	728.22	680.7	451.45	361.75	52.45	3.14	19.46	39.56	82.54	0.4465	0.536	50.7	257	4.50
Обед																				
ттк149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	100	45.26	7.10	7.10	13.77	129.00	165.80	26.00	13.00	79.00	0.50	23.80	28.40	41.00	0.03	0.15	3.00	0.02	2.00
ттк18	Свекольник со сметаной	250/10	22.18	2.69	5.39	20.10	131.55	382.20	45.32	118.02	36.31	2.14	6.38	0.55	28.30	0.10	0.06	17.32	30.00	0.65
ттк97	Жаркое по-домашнему	255	132.64	16.90	17.70	44.00	452.20	851.10	24.36	229.00	348.46	3.39	12.85	0.29	94.30	0.20	0.21	26.28	0.00	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничи." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
Итого:		865	220.3	30.815	30.74	120.545	908.9	1480.9	123.18	434.02	495.02	9.91	46.93	32.34	177.6	0.43	0.45	50.60	30.02	2.65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			359.9	55.725	55.67	223.195	1637.12	2161.6	574.63	795.77	547.47	13.05	66.39	71.90	260.1	0.88	0.99	101.30	287.02	7.15

День 4 четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

№	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества	ЭЦ	Минеральн. вещ-ва, мг	Витамины, мг
---	--------------------	-------	------	------------------	----	-----------------------	--------------

рецепт уры		(гр./мл.)	руб.	Б	Ж	У	(ккал.)	К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мк г
Завтрак																				
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно с	60/2	20.04	0.55	0.10	1.90	12.00	145.00	5.50	10.50	3.50	0.15	0.40	0.20	10.00	0.04	0.02	15.00	66.50	0.00
ттк403	Кнели из птицы с соусом	110	47.68	13.00	13.20	10.54	193.00	121.00	100.84	143.8	17.24	1.14	2.70	10.00	57.00	0.08	0.03	0.36	44.40	0.01
тк35	Картофельное пюре	150	21.76	2.54	5.44	20.30	132.00	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	3.50	1.40	0.28	10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04	0.08	0.00	0.00	0.00
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
таб.6 Скуринин	Кондитерские изделия	50	21.50	1.88	2.50	18.50	104.00	55.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	1.23	1.70	0.00
	Итого	597	116.48	19.57	21.52	71.49	533.50	870.00	170.59	228.76	133.49	5.34	8.90	12.24	101.40	0.31	0.20	21.59	114.40	0.07
Обед																				
тк11	Винегрет овощной	60	11.56	0.84	5.06	3.96	73.80	124.50	22.80	11.40	21.60	0.60	1.80	0.15	10.14	0.01	0.02	9.00	0.15	0.00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	35.08	2.60	5.30	14.30	116.00	262.70	34.00	20.00	68.00	0.90	5.08	0.37	30.83	0.06	0.08	10.00	0.18	0.65
ттк493	Биточки по-селянски	105	95.06	10.70	8.50	9.07	212.00	316.00	12.00	16.00	109.30	1.33	6.59	0.52	63.50	0.05	0.13	2.60	0.00	0.00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	20.16	7.60	5.61	37.33	230.15	226.25	13.20	180.30	420.00	4.03	1.90	3.54	0.20	0.26	0.02	0.00	20.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
таб.9 Скуринин	Фрукты свежие(апельсины)	250	80.00	0.90	0.20	25.00	94.00	492.50	85.00	32.50	57.50	0.01	5.00	1.25	42.50	0.10	0.08	60.00	16.00	0.00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	23.46	2.50	2.50	21.70	45.00	292.00	240.00	28.00	190.00	0.20	18.00	4.00	40.00	0.08	0.34	2.00	44.00	0.00
	Итого:	1295	272.3	29.27	27.72	134.83	886.30	1795.8	420.50	354.20	883.65	8.15	42.27	12.93	201.2	0.64	0.69	83.60	80.33	0.66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		388.80	48.84	49.24	206.32	1419.80	2665.8	591.09	582.96	1017.1	13.49	51.17	25.17	302.6	0.95	0.89	105.19	194.73	0.73

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мк г
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100/2	30.62	1.26	0.20	4.68	58.34	241.60	18.90	21.70	27.90	0.90	0.70	0.33	16.70	0.06	0.03	28.00	0.00	0.00
ттк403	Кнели из птицы с соусом	110	47.68	13.00	13.20	10.54	193.00	121.00	100.84	143.8	17.24	1.14	2.70	10.00	57.00	0.08	0.03	0.36	44.40	0.01
тк35	Картофельное пюре	180	26.06	3.78	8.10	26.28	196.20	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14	0.06	5.00	1.80	0.06
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	50	7.0	3.30	0.60	17.60	89.00	305.00	14.50	75.00	23.50	1.95	2.20	2.70	12.00	0.09	0.04	0.00	0.00	0.01
тк10	Чай с сахаром	200	2.00	0.20	0.00	10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
таб.6 Скуринин	Кондитерские изделия	50	21.50	1.88	2.50	18.50	104.00	55.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	1.23	1.70	0.00
	Итого:	692	135	23.42	24.60	87.60	681.54	1193.6	191.24	277.46	169.64	7.09	10.00	13.27	112.1	0.38	0.18	34.59	47.90	0.08
Обед																				
тк11	Винегрет овощной	100	19.28	2.40	8.10	6.60	123.00	207.50	38.00	19.00	36.00	1.00	3.00	0.25	16.90	0.02	0.04	15.00	0.25	0.00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	35.08	2.60	5.30	14.30	116.00	262.70	34.00	20.00	68.00	0.90	3.00	0.37	30.83	0.06	0.08	10.00	0.18	0.65
ттк493	Биточки по-селянски	105	95.06	10.70	8.50	9.07	212.00	316.00	12.00	16.00	109.30	1.33	6.59	0.52	63.50	0.05	0.13	2.60	0.00	0.00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	24.18	7.12	6.73	46.79	308.00	271.50	15.84	216.36	504.00	4.84	2.28	4.25	17.54	0.31	0.02	0.00	24.00	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	23.46	2.50	2.50	21.70	45.00	292.00	240.00	28.00	190.00	0.20	18.00	4.00	40.00	0.08	0.34	2.00	44.00	0.00
	Итого:	1095	204.06	29.45	31.68	121.94	919.35	1431.5	353.34	365.36	924.6	9.34	36.77	12.49	182.8	0.60	0.64	29.60	68.43	0.66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		338.92	52.87	56.28	209.54	1600.89	2625.1	544.58	642.82	1094.2	16.43	46.77	25.76	294.9	0.98	0.81	64.19	116.33	0.74

День: 5 пятница

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк438	Салат "Школьный"	60	21.86	3.20	4.80	3.26	83.41	88.57	13.00	15.00	140.00	0.02	2.05	10.92	58.13	0.18	0.45	0.03	8.00	0.90
ттк258	Плов из птицы(филе)	220	77.62	10.66	10.00	46.90	363.00	510.40	244.00	46.70	26.00	0.01	5.83	12.12	67.40	2.70	0.09	0.01	14.70	0.30
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	3.5	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	0.03	0.00	0.00	0.01	0.80	1.50	3.63	0.28	5.00	0.01	0.00	0.00
ттк118	Какао "Несквик"	200	23.54	2.50	2.50	22.40	107.00	146.00	60.00	60.00	47.0	0.0	0.9	2.0	20.0	53.70	0.15	10.00	10.00	0.01
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	90	31.0	0.40	0.10	10.00	38.00	556.00	85.00	32.50	57.50	0.01	4.00	0.60	16.00	0.50	0.05	20.00	10.00	0.00
	Итого	595	157.5	18.74	17.60	94.76	649.91	1324.3	402.03	154.2	270.5	0.1	13.6	27.1	165.2	57.36	5.74	30.05	42.70	1.21
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :	1400.1	204.98	207.39	879.81	5920.62	8264.0	3452.3	1483.95	2965.76	39.34	189.97	224.74	1616	67.73	14.7	408.15	1036.0	13.46	
	<i>в среднем за один день (завтрак)</i>	140.01	20.50	20.74	87.98	592.06	826.40	345.23	148.40	296.58	3.93	19.00	22.47	161.6	6.77	1.47	40.82	103.60	1.35	
Обед																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	18.4	1.30	0.06	0.56	8.00	84.60	15.10	10.10	19.90	0.31	1.80	0.18	10.20	0.02	0.02	6.00	6.00	0.00
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	25.64	3.76	6.29	24.00	135.00	344.10	65.30	21.00	68.00	1.08	4.38	2.34	25.30	0.06	0.06	6.20	0.15	0.01
ттк432	Оладьи из печени по-кунцевски	90	50.54	7.60	5.68	9.50	228.00	250.30	18.00	10.00	181.00	1.00	7.16	34.91	194.2	0.10	1.61	0.00	4518.40	0.18
ттк15	Рагу овощное	150	22.26	4.50	6.70	12.00	121.00	454.00	37.00	25.00	92.00	1.10	3.60	0.19	25.00	0.08	0.04	12.00	0.86	0.00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00	
таб.9	Фрукты свежие (банан)	250	52.50	1.80	0.40	18.80	46.00	696.00	68.00	46.00	26.00	0.60	0.10	2.00	4.40	0.08	0.10	20.00	40.00	0.00
	Итого:	1030	189.5	23.09	19.68	107.54	734.15	1910.8	230.90	186.10	418.15	7.97	20.94	42.72	273.1	0.44	1.86	48.20	4565.4	0.19
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	347.0	41.83	37.28	202.30	1384.06	3235.1	632.93	340.30	688.65	8.02	34.52	69.86	438.3	57.80	7.59	78.25	4608.1	1.40	
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:	2099.2	257.80	264.13	1052.99	7677.81	12552	3367	3352.83	5853.73	90.77	1496.0	189.48	1870	6.49	6.51	529.48	5029.9	48.50	
	<i>в среднем за один день (обед)</i>	209.92	25.7797	26.4126	105.299	767.7807	1255.2	336.68	335.283	585.373	9.0771	149.6	18.948	187	0.6493	0.6507	52.948	502.99	4.85	
	Итого за 10 дней	3499.3	486.89	492.14	2040.76	14320.8	21947	7124.9	5228.3	9184.5	133.4	1763.9	427.0	3875	74.6	21.8	985.0	6142.1	62.6	
	Итого в среднем за 1 день	349.93	48.69	49.21	204.08	1432.08	2194.7	712.49	522.83	918.45	13.34	176.39	42.70	387.5	7.46	2.18	98.50	614.21	6.26	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк438	Салат "Школьный"	100	36.42	8.66	9.67	4.34	139.01	147.62	6.90	7.20	4.20	0.18	3.42	18.20	96.88	0.01	0.74	1.50	0.00	0.01
ттк248	Плов из птицы(филе)	250	80.1	12.60	11.00	46.90	419.70	580.60	244.00	46.70	216.00	2.70	6.63	13.77	76.60	0.12	0.10	14.70	0.30	0.01
ттк243	Хлеб пшеничный в/с	50	7.0	3.96	0.40	24.40	117.00	46.60	0.06	0.00	0.00	0.56	1.60	3.00	7.26	10.00	0.01	32.50	7.00	0.01
ттк118	Какао "Несквик"	200	24	2.50	2.50	22.40	107.00	146.00	60.00	60.00	47.0	0.0	0.9	2.0	20.0	53.70	0.15	10.00	10.00	0.01
	Фрукты свежие (мандарины)	100	28.5	0.40	0.40	14.70	43.00	278.00	16.00	9.00	11.00	2.20	2.00	0.30	8.00	0.03	0.02	10.00	0.00	0.00
	Итого	700	175.56	27.72	23.57	98.04	782.71	1198.8	310.96	113.90	267.20	3.44	12.55	36.97	200.7	63.83	1.00	58.70	17.30	0.04
Обед																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	32.3	2.06	0.10	2.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03	0.04	10.00	10.00	0.00
Скурих																				
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	25.64	3.76	6.29	24.00	135.00	344.10	65.30	21.00	68.00	1.08	4.38	2.34	25.30	0.06	0.06	6.20	0.15	0.01
ттк432	Оладьи из печени по-кунцевски	100	56.14	7.60	12.20	12.00	140.50	278.11	18.00	10.00	181.00	1.00	7.96	38.79	215.80	0.10	1.79	0.00	5020.40	0.20
ттк15	Рагу овощное	180	28.28	4.50	6.70	15.00	121.00	544.80	37.00	25.00	92.00	1.10	4.32	0.23	30.00	0.59	0.05	9.00	0.86	0.01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	13.2	0.00	0.00	19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие (бананы)	150	32	1.80	0.40	35.00	195.00	696.00	68.00	46.00	26.00	0.60	0.10	2.00	4.40	0.08	0.00	20.00	0.00	0.00
	Итого:	1100	194.6	23.85	26.24	130.68	799.65	2085.8	237.70	186.50	419.25	8.20	23.66	46.76	306.5	0.96	1.97	49.20	5031.4	0.22
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	370.12	51.57	49.81	228.72	1582.36	3284.6	548.66	300.40	686.45	11.64	36.21	83.73	507.2	64.79	2.97	107.90	5048.7	0.22	

День: 6 суббота

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	D,мк
Завтрак																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с зеленью	100/2	32.3	1.26	0.20	4.68	58.34	290.00	18.90	21.70	27.90	0.90	2.00	0.40	20.00	0.06	0.04	28.00	133.00	0.00
тتك425	Горбуша запеченная с овощами и сыром	120	69.88	16.24	17.49	15.04	282.57	278.00	347.84	347.76	252.86	1.14	44.00	39.00	378.0	0.23	0.12	5.18	18.00	0.01
тتك72	Картофель отварной с зеленью	180	27.22	6.60	5.76	37.56	229.20	471.00	13.20	8.40	43.20	0.96	4.40	0.24	26.40	0.07	0.06	8.00	0.04	0.01
	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	3.5	1.98	0.20	12.20	58.50	23.30	0.03	0.00	0.00	0.01	0.80	1.50	3.63	0.28	5.00	0.01	0.00	0.00
тتك9	Напиток из шиповника	200	12.50	0.40	0.10	18.40	77.00	77.00	10.00	6.00	9.00	3.01	51.20	41.14	428.0	0.01	0.00	70.00	0.00	0.00
	Итого:	607	145.4	26.48	23.75	87.88	705.61	1139.3	389.97	383.86	332.96	6.03	102.40	82.28	856.1	0.65	5.22	111.19	151.04	0.02
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 12 ДНЕЙ:		1778.03	272.61	257.50	1112.99	7630.78	11105	4082.9	2364.6	3841.4	60.38	333.03	374	2404	89.43	46.40	604.66	1375.8	14.0
	<i>в среднем за один день (завтрак)</i>		148.2	22.72	21.46	92.75	635.90	925.44	340.24	197.05	320.11	5.03	27.75	31.15	200.3	7.45	3.87	50.39	114.65	1.17
Обед																				
тتك126	Салат "Витаминный"	100	28.0	4.00	8.00	22.00	161.33	147.00	11.50	21.00	7.00	0.30	2.46	0.08	26.70	0.02	0.04	5.00	0.00	0.00
тتك144	Суп из овощей с фасолью, мясом и сметаной	250/15/10	20.44	3.17	5.52	16.80	142.00	362.70	48.00	27.00	85.00	1.20	5.08	0.37	30.83	0.10	0.08	13.00	0.12	0.65
тتك 463	Котлеты городские	100	74.9	10.70	11.90	10.10	227.90	224.90	157.00	23.00	281.00	2.20	7.47	6.62	59.50	0.13	0.15	2.00	0.07	0.30
тتك154	Каша пшеничная вязкая с луком	180	8.02	3.88	5.00	35.20	211.70	135.80	41.76	31.70	69.10	1.44	0.90	0.10	9.00	0.08	0.02	13.00	0.50	0.00
тتك283	Компот из яблок и груш	200	14.72	0.20	0.20	27.90	115.00	57.50	7.00	4.00	4.00	1.00	0.44	0.07	0.14	0.01	0.00	2.00	0.00	0.00
	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	7.0	4.13	0.55	23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08	0.03	0.00	0.00	0.00
тتك36	Булочка дорожная	50	10.9	3.15	3.95	26.20	179.00	152.00	6.50	4.50	27.00	0.30	6.85	5.20	24.70	0.06	0.14	0.05	0.45	0.20
	Итого:	905	163.98	29.23	35.12	161.68	1152.28	1161.7	285.26	177.20	490.35	7.52	27.10	15.54	164.9	0.4175	0.312	35	0.69	1.15
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		309.4	55.705	58.874	249.555	1857.89	2301	675.23	561.06	823.31	13.543	129.5	97.82	1021	1.0677	5.532	146.2	151.73	1.17
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 12 ДНЕЙ:		2450.19	340.84	357.41	1368.88	10479.0	14364	3551	3722.75	7476.62	113.04	1556.7	237.26	2256	6.74	7.06	506.26	5480.4	50.78
	<i>в среднем за один день (обед)</i>		204.18	28.40	29.78	114.07	18161.2	25242	295.9	310.229	623.052	9.4203	129.72	19.772	188	0.5616	0.5882	42.188	456.7	4.232
	Итого за 12 дней		4228.22	657.05	663.69	2680.47	19592.3	27279	8017	6640.54	11867.9	182.40	1983.6	626.42	5149	96.83	54.5	1229.9	6930.9	65.48
	Итого в среднем за 1 день		352.35	54.75	55.31	223.37	1632.69	2273.2	668.05	553.38	988.99	15.20	165.30	52.20	429	8.07	4.54	102.49	577.57	5.46

Технолог отдела общественного питания

И.И.Корниенко