

СОГЛАСОВАНО:

Директор муниципального автономного  
общеобразовательного учреждения

«Средняя школа № 150 имени Героя  
Советского Союза В.С. Молокова»

 Л.В. Коматкова  
«18» ~~сентября~~ 2024 г.



Утверждено: от «18» ~~сентября~~ 2024 г.  
Директор «КрасПит»

 О.И. Люккевич  
«18» ~~сентября~~ 2024 г.



ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА  
№ 150 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.С. МОЛОКОВА»

г. Красноярск 2024 г.

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование блюда               | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетическая ценность |       |       |        |      |      |        | Витамины и минеральные вещества |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-----------|----------------------------------|--------------|----------------|--------------------------------------------|-------|-------|--------|------|------|--------|---------------------------------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
|           |                                  |              |                | Б                                          | Ж     | У     | ЗД     | В1   | С    | А      | Е                               | Са     | Р      | Мg    | Fe   |  |  |  |  |  |  |
| 1         | Завтрак                          | 2            | 3              | 4                                          | 5     | 6     | 7      | 8    | 9    | 10     | 11                              | 12     | 13     | 14    | 15   |  |  |  |  |  |  |
| 275       | Каша "Дружба" с маслом сливочным | 200/15       | 215            | 6,67                                       | 6,73  | 34,84 | 216,59 | 0,03 | 0,02 | 31,98  | 1,45                            | 123,41 | 94,60  | 26,99 | 0,17 |  |  |  |  |  |  |
| 685       | Чай каркаде с сахаром            | 200          | 200            | 0,18                                       | 0,00  | 7,57  | 31,01  | 0,00 | 0,09 | 74,00  | 0,07                            | 9,23   | 7,43   | 3,96  | 0,79 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                   | 50           | 50             | 4,30                                       | 1,60  | 21,75 | 118,60 | 0,02 | 0,00 | 5,00   | 0,91                            | 4,50   | 14,63  | 3,15  | 0,20 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Пряник                           | 50           | 50             | 2,25                                       | 5,13  | 10,75 | 98,13  | 0,00 | 0,02 | 5,00   | 0,19                            | 5,74   | 7,20   | 3,96  | 0,42 |  |  |  |  |  |  |
| Итого     |                                  | 515          |                | 11,80                                      | 13,45 | 74,91 | 464,32 | 0,05 | 0,13 | 115,98 | 2,62                            | 142,89 | 123,86 | 38,06 | 1,58 |  |  |  |  |  |  |

Обед

|        |                                  |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|--------|----------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| 515    | Горошек консервированный         | 60  | 60  | 1,94  | 0,05  | 5,29   | 29,43  | 0,02 | 6,48  | 108,00 | 0,48 | 69,12  | 30,36  | 18,36 | 0,42 |  |  |  |  |  |  |
| 168    | Суп с рыбными консервами         | 200 | 200 | 4,20  | 8,60  | 7,91   | 125,84 | 0,09 | 5,46  | 28,00  | 0,66 | 57,83  | 198,56 | 24,91 | 0,16 |  |  |  |  |  |  |
| 493    | Филе птицы в сметанном соусе     | 100 | 100 | 11,56 | 3,50  | 1,50   | 83,74  | 0,16 | 0,16  | 25,00  | 0,35 | 77,10  | 122,00 | 16,10 | 0,25 |  |  |  |  |  |  |
| 516.01 | Макаронные изделия отварные      | 150 | 150 | 3,21  | 4,19  | 38,89  | 206,06 | 0,16 | 0,00  | 25,00  | 0,18 | 68,05  | 12,75  | 7,86  | 0,82 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Сок фруктовый, овощной, яблочный | 180 | 180 | 0,00  | 0,00  | 18,14  | 72,58  | 0,02 | 26,67 | 18,00  | 0,49 | 11,34  | 11,34  | 6,48  | 2,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Хлеб пшеничный                   | 50  | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75  | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15  | 0,20 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Хлеб ржаной                      | 50  | 50  | 4,25  | 0,45  | 14,38  | 78,55  | 0,05 | 0,00  | 5,00   | 0,82 | 10,35  | 47,70  | 11,25 | 1,35 |  |  |  |  |  |  |
| Итого  |                                  | 790 |     | 29,47 | 18,39 | 107,86 | 714,80 | 0,51 | 38,77 | 214,00 | 3,88 | 298,29 | 437,34 | 88,11 | 5,17 |  |  |  |  |  |  |

Полдник

|       |                                     |     |     |      |       |       |        |      |      |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-------|-------------------------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| 587   | Булочка "Гребешок" йодированная     | 100 | 100 | 4,12 | 13,80 | 28,46 | 254,50 | 0,11 | 0,09 | 72,65  | 0,05 | 20,34  | 51,55  | 11,96 | 1,16 |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Молоко пастеризованное йодированное | 200 | 200 | 5,04 | 5,76  | 8,46  | 105,84 | 0,23 | 0,07 | 60,00  | 0,00 | 256,00 | 108,00 | 25,20 | 0,18 |  |  |  |  |  |  |
| Итого |                                     | 300 |     | 9,16 | 19,56 | 36,92 | 360,34 | 0,34 | 0,16 | 132,65 | 0,05 | 276,34 | 159,55 | 37,16 | 1,34 |  |  |  |  |  |  |

Итого за день 1 605

Потребность в пищевых веществах

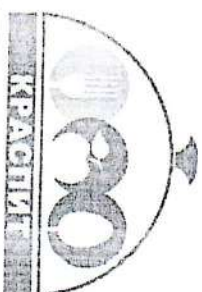
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |         |         |         |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 50,42   | 51,40   | 219,69  | 1 539,46 | 0,78    | 39,06   | 462,63  | 6,55    | 717,52  | 720,74  | 163,33  | 7,89    |
| 50,05   | 51,35   | 217,75  | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00  | 6,50    | 715,00  | 715,00  | 162,50  | 7,80    |
| 100,74% | 100,10% | 100,89% | 100,78%  | 100,00% | 100,16% | 101,66% | 100,72% | 100,35% | 100,80% | 100,51% | 100,15% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

|         |                                              |        |     |       |       |       |        |      |      |       |      |        |        |       |      |  |  |  |
|---------|----------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|
| Завтрак |                                              |        |     |       |       |       |        |      |      |       |      |        |        |       |      |  |  |  |
| 342     | Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным | 150/10 | 160 | 10,56 | 14,68 | 4,48  | 192,28 | 0,06 | 6,27 | 48,00 | 0,39 | 138,99 | 291,41 | 32,43 | 0,54 |  |  |  |
| 685     | Чай черный с сахаром                         | 200    | 200 | 1,08  | 0,36  | 12,60 | 57,96  | 0,00 | 1,70 | 20,00 | 0,07 | 12,69  | 7,47   | 5,76  | 0,72 |  |  |  |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                               | 50     | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75 | 118,60 | 0,02 | 0,00 | 5,00  | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15  | 0,20 |  |  |  |
| Пром.   | Вафли                                        | 90     | 90  | 5,14  | 9,05  | 15,27 | 163,04 | 0,00 | 0,02 | 9,00  | 0,15 | 3,24   | 4,05   | 2,23  | 0,63 |  |  |  |
| Итого   |                                              | 500    |     | 21,08 | 25,69 | 54,10 | 531,88 | 0,08 | 7,99 | 82,00 | 1,52 | 159,42 | 317,56 | 43,57 | 2,09 |  |  |  |

Обед

|       |                                      |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |
|-------|--------------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|
| 120   | Оррцы свежие порционно               | 60  | 60  | 0,43  | 0,11  | 3,36   | 16,14  | 0,05 | 5,40  | 78,00  | 0,07 | 11,10  | 12,90  | 7,56   | 0,49 |  |  |  |
| 145   | Суп летний овощной на мясном бульоне | 200 | 200 | 3,17  | 2,22  | 17,52  | 102,75 | 0,18 | 0,27  | 46,00  | 0,44 | 222,40 | 119,26 | 35,15  | 0,20 |  |  |  |
| 438   | Азу                                  | 200 | 200 | 9,10  | 9,80  | 40,99  | 288,56 | 0,34 | 14,22 | 50,86  | 1,74 | 210,64 | 129,20 | 42,12  | 1,34 |  |  |  |
| 639   | Комлот из смеси сухофруктов          | 180 | 180 | 1,30  | 0,00  | 23,00  | 97,20  | 0,00 | 1,66  | 18,00  | 0,63 | 67,00  | 12,49  | 4,88   | 1,00 |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                       | 50  | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75  | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,70 | 4,50   | 14,63  | 3,15   | 0,20 |  |  |  |
| Пром. | Хлеб ржаной                          | 50  | 50  | 4,25  | 0,45  | 14,38  | 78,55  | 0,05 | 0,00  | 5,00   | 0,82 | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,35 |  |  |  |
| Итого |                                      | 740 |     | 22,55 | 14,18 | 121,00 | 701,80 | 0,64 | 21,55 | 202,86 | 4,40 | 525,99 | 336,18 | 104,11 | 4,58 |  |  |  |

Полдник

|       |                               |     |     |      |       |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |  |
|-------|-------------------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|-------|-------|------|--|--|--|
| 769   | Булочка домашняя йодированная | 105 | 105 | 5,88 | 10,40 | 19,74 | 196,04 | 0,06 | 0,07 | 168,00 | 0,51 | 16,06 | 58,92 | 9,75  | 0,85 |  |  |  |
| 505   | Чай черный с шиповником       | 200 | 200 | 0,62 | 1,16  | 21,98 | 100,84 | 0,00 | 9,50 | 0,00   | 0,08 | 12,70 | 7,48  | 5,76  | 0,32 |  |  |  |
| Итого |                               | 305 |     | 6,50 | 11,56 | 41,72 | 296,88 | 0,06 | 9,57 | 168,00 | 0,59 | 28,76 | 66,40 | 15,51 | 1,17 |  |  |  |

Итого за День 1 545  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |        |          |         |         |        |         |        |         |         |         |
|---------|---------|--------|----------|---------|---------|--------|---------|--------|---------|---------|---------|
| 50,13   | 51,42   | 216,82 | 1 530,56 | 0,78    | 39,11   | 452,86 | 6,51    | 714,17 | 720,13  | 163,19  | 7,84    |
| 50,05   | 51,35   | 217,75 | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00 | 6,50    | 715,00 | 715,00  | 162,50  | 7,80    |
| 100,16% | 100,13% | 99,57% | 100,20%  | 100,26% | 100,27% | 99,53% | 100,14% | 99,88% | 100,72% | 100,42% | 100,47% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование блюда                              | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетическая ценность |       |       |        |      |      |       | Витамины и минеральные вещества |        |       |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-----------|-------------------------------------------------|--------------|----------------|--------------------------------------------|-------|-------|--------|------|------|-------|---------------------------------|--------|-------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
|           |                                                 |              |                | Б                                          | Ж     | У     | ЭЦ     | В1   | С    | А     | Е                               | Са     | Р     | Мg    | Fe   |  |  |  |  |  |  |
| 1         | 2                                               | 3            |                | 4                                          | 5     | 6     | 7      | 8    | 9    | 10    | 11                              | 12     | 13    | 14    | 15   |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак   |                                                 |              |                |                                            |       |       |        |      |      |       |                                 |        |       |       |      |  |  |  |  |  |  |
| 271       | Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным | 200/15       | 215            | 8,89                                       | 14,73 | 30,23 | 279,40 | 0,06 | 1,20 | 68,80 | 0,04                            | 176,03 | 96,85 | 14,74 | 0,05 |  |  |  |  |  |  |
| 105       | Бутерброд с маслом сливочным и джемом           | 15/10/15     | 40             | 1,68                                       | 6,16  | 12,60 | 112,56 | 0,06 | 0,03 | 41,60 | 0,47                            | 78,72  | 63,20 | 8,08  | 0,45 |  |  |  |  |  |  |
| 507       | Чай черный с молоком и сахаром                  | 200          | 200            | 1,26                                       | 1,44  | 14,76 | 77,04  | 0,02 | 0,68 | 20,00 | 0,13                            | 80,82  | 47,93 | 10,26 | 0,79 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                                  | 50           | 50             | 4,30                                       | 1,60  | 21,75 | 118,60 | 0,02 | 0,00 | 5,00  | 0,91                            | 4,50   | 14,63 | 3,15  | 0,20 |  |  |  |  |  |  |

|              |                                  |        |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
|--------------|----------------------------------|--------|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|--|--|
| <b>Обед</b>  |                                  |        |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
| 120          | Помидоры свежие порционно        | 60     | 60  | 0,59  | 0,11  | 7,40   | 32,94  | 0,08 | 8,22  | 25,20  | 0,05 | 7,56   | 14,04  | 10,80  | 0,49 |  |  |  |  |  |  |
| 160          | Суп с клецками на мясном бульоне | 200/20 | 220 | 2,02  | 9,93  | 16,56  | 163,68 | 0,02 | 17,68 | 67,62  | 0,03 | 89,67  | 39,30  | 15,96  | 0,02 |  |  |  |  |  |  |
| 354          | Рыба под маринадом               | 90     | 90  | 16,89 | 5,56  | 2,51   | 127,64 | 0,03 | 6,16  | 42,50  | 1,02 | 195,56 | 229,89 | 38,56  | 2,49 |  |  |  |  |  |  |
| 520          | Картофельное пюре                | 150    | 150 | 4,50  | 7,56  | 29,98  | 205,94 | 0,02 | 2,36  | 45,00  | 0,09 | 38,76  | 87,91  | 29,97  | 0,51 |  |  |  |  |  |  |
| 523          | Компот из яблок с лимонном       | 180    | 180 | 0,21  | 0,18  | 20,30  | 83,64  | 0,02 | 1,33  | 18,00  | 1,26 | 2,90   | 1,81   | 1,47   | 0,39 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.        | Хлеб пшеничный                   | 50     | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75  | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15   | 0,20 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.        | Хлеб ржаной                      | 50     | 50  | 4,25  | 0,45  | 14,38  | 78,55  | 0,05 | 0,00  | 5,00   | 0,82 | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,35 |  |  |  |  |  |  |
| <b>Итого</b> |                                  | 800    |     | 32,76 | 25,39 | 112,87 | 810,99 | 0,22 | 35,76 | 208,32 | 4,18 | 349,30 | 435,28 | 111,16 | 5,44 |  |  |  |  |  |  |

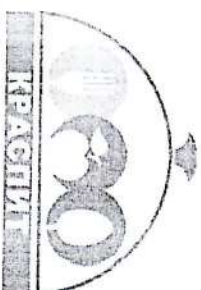
|                |                       |     |     |      |      |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |  |  |  |  |
|----------------|-----------------------|-----|-----|------|------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|-------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| <b>Полдник</b> |                       |     |     |      |      |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |  |  |  |  |
| Пром.          | Пирог                 | 20  | 20  | 0,90 | 2,05 | 4,30  | 39,25  | 0,00 | 0,01 | 2,00   | 0,08 | 2,30  | 2,88  | 1,58  | 0,17 |  |  |  |  |  |  |
| 665            | Чай каркаде с сахаром | 200 | 200 | 0,18 | 0,00 | 7,57  | 31,01  | 0,00 | 0,09 | 110,00 | 0,07 | 9,23  | 7,43  | 3,96  | 0,79 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.          | Яблоки                | 100 | 100 | 0,40 | 0,45 | 15,17 | 63,90  | 0,41 | 1,54 | 0,00   | 0,68 | 13,82 | 48,38 | 9,58  | 0,13 |  |  |  |  |  |  |
| <b>Итого</b>   |                       | 320 |     | 1,48 | 2,50 | 27,04 | 134,16 | 0,41 | 1,64 | 112,00 | 0,83 | 25,35 | 58,70 | 15,12 | 1,09 |  |  |  |  |  |  |

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

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

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

|                |                                |     |     |      |       |       |        |      |      |       |      |       |       |       |      |  |  |
|----------------|--------------------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|-------|-------|------|--|--|
| <b>Полдник</b> |                                |     |     |      |       |       |        |      |      |       |      |       |       |       |      |  |  |
| Пром.          | Варфли                         | 100 | 100 | 5,71 | 10,05 | 16,97 | 181,15 | 0,00 | 0,03 | 10,00 | 0,16 | 3,60  | 4,50  | 2,48  | 0,70 |  |  |
| 507            | Чай черный с молоком и сахаром | 200 | 200 | 1,26 | 1,44  | 14,76 | 77,04  | 0,02 | 0,68 | 20,00 | 0,13 | 80,82 | 47,93 | 10,26 | 0,79 |  |  |
| Итого          |                                | 300 |     | 6,97 | 11,49 | 31,73 | 258,19 | 0,02 | 0,71 | 30,00 | 0,29 | 84,42 | 52,43 | 12,74 | 1,49 |  |  |

Итого за день: 1 600  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

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

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

|                |                                                  |        |     |       |       |       |        |      |       |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |
|----------------|--------------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| <b>Завтрак</b> |                                                  |        |     |       |       |       |        |      |       |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |
| 328            | Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком | 150/10 | 160 | 9,80  | 10,88 | 22,28 | 126,24 | 0,09 | 0,16  | 130,00 | 0,64 | 146,52 | 112,64 | 24,32 | 2,10 |  |  |  |  |
| 686            | Чай черный с сахаром и лимоном                   | 200    | 200 | 0,36  | 0,18  | 12,78 | 54,18  | 0,00 | 6,78  | 20,00  | 0,00 | 11,41  | 8,86   | 4,73  | 0,77 |  |  |  |  |
| Пром.          | Хлеб пшеничный                                   | 50     | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75 | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15  | 0,20 |  |  |  |  |
| Пром.          | Мандарины                                        | 100    | 100 | 0,73  | 0,28  | 14,20 | 47,70  | 0,01 | 10,91 | 80,00  | 0,00 | 48,96  | 24,12  | 15,57 | 0,02 |  |  |  |  |
| Итого          |                                                  | 510    |     | 15,19 | 12,94 | 71,01 | 346,72 | 0,12 | 17,85 | 235,00 | 1,55 | 211,39 | 180,24 | 47,77 | 3,09 |  |  |  |  |

|             |                                    |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |
|-------------|------------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|
| <b>Обед</b> |                                    |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |
| Пром.       | Омлет соевый                       | 60  | 60  | 0,43  | 0,05  | 1,04   | 6,37   | 0,05 | 7,50  | 33,18  | 0,24 | 7,56   | 14,04  | 10,80  | 0,10 |  |  |  |  |
| 112         | Суп картофельный на мясном бульоне | 200 | 200 | 3,80  | 7,25  | 21,63  | 166,97 | 0,13 | 0,03  | 58,25  | 0,45 | 248,63 | 225,60 | 28,20  | 0,66 |  |  |  |  |
| 327         | Гуляш из отварного мяса            | 90  | 90  | 11,16 | 17,29 | 4,53   | 226,59 | 0,32 | 0,02  | 26,46  | 1,24 | 172,61 | 148,72 | 28,96  | 0,56 |  |  |  |  |
| 508,3       | Каша гречневая рассыпчатая         | 150 | 150 | 6,27  | 6,11  | 29,16  | 196,67 | 0,05 | 0,00  | 30,00  | 0,26 | 45,00  | 96,30  | 25,20  | 0,23 |  |  |  |  |
| Пром.       | Напиток витаминизированный         | 180 | 180 | 0,00  | 0,00  | 15,39  | 61,56  | 0,06 | 12,60 | 30,00  | 0,70 | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00 |  |  |  |  |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                     | 50  | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75  | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15   | 0,20 |  |  |  |  |
| Пром.       | Хлеб ржаной                        | 50  | 50  | 4,25  | 0,45  | 14,38  | 78,55  | 0,05 | 0,00  | 5,00   | 0,82 | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,35 |  |  |  |  |
| Итого       |                                    | 780 |     | 30,21 | 32,75 | 107,87 | 855,30 | 0,67 | 20,15 | 187,89 | 4,62 | 488,65 | 546,98 | 107,56 | 3,09 |  |  |  |  |

|                |                      |     |     |      |      |       |        |      |      |       |      |       |       |      |      |  |  |  |  |
|----------------|----------------------|-----|-----|------|------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|-------|------|------|--|--|--|--|
| <b>Полдник</b> |                      |     |     |      |      |       |        |      |      |       |      |       |       |      |      |  |  |  |  |
| Пром.          | Печенье              | 100 | 100 | 3,97 | 5,30 | 28,09 | 175,92 | 0,00 | 0,04 | 16,00 | 0,25 | 4,32  | 5,40  | 2,97 | 0,85 |  |  |  |  |
| 685            | Чай черный с сахаром | 200 | 200 | 1,08 | 0,36 | 12,60 | 57,96  | 0,00 | 1,70 | 20,00 | 0,07 | 12,69 | 7,47  | 5,76 | 0,72 |  |  |  |  |
| Итого          |                      | 300 |     | 5,05 | 5,66 | 40,69 | 233,88 | 0,00 | 1,74 | 36,00 | 0,32 | 17,01 | 12,87 | 8,73 | 1,57 |  |  |  |  |

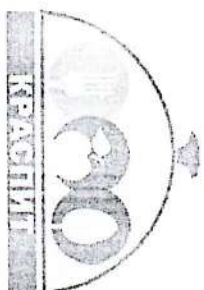
Итого за день 1 590  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

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

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование блюда | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетическая ценность |   |   |    |    |   |   | Витамины и минеральные вещества |    |   |    |    |  |  |  |  |  |  |
|-----------|--------------------|--------------|----------------|--------------------------------------------|---|---|----|----|---|---|---------------------------------|----|---|----|----|--|--|--|--|--|--|
|           |                    |              |                | Б                                          | Ж | У | ЭЦ | В1 | С | А | Е                               | Са | Р | Мg | Fe |  |  |  |  |  |  |

Завтрак

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

Обед

|        |                                                   |        |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
|--------|---------------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|--|--|
| 120    | Орुцы свежие порционно                            | 60     | 60  | 0,43  | 0,11  | 3,36   | 16,14  | 0,05 | 5,40  | 78,00  | 0,07 | 11,10  | 12,90  | 7,56   | 0,40 |  |  |  |  |  |  |
| 144    | Суп картофельный с фасолью на бульоне со сметаной | 200/10 | 210 | 5,98  | 7,93  | 12,92  | 172,85 | 0,18 | 0,02  | 1,56   | 0,38 | 196,50 | 168,80 | 50,34  | 0,15 |  |  |  |  |  |  |
| 449    | Птица в соусе с овощами                           | 100    | 100 | 13,80 | 12,37 | 8,10   | 210,84 | 0,11 | 0,01  | 1,20   | 0,67 | 235,70 | 258,20 | 22,52  | 0,15 |  |  |  |  |  |  |
| 511.01 | Рис отварной                                      | 150    | 150 | 3,50  | 4,25  | 37,98  | 218,66 | 0,09 | 4,12  | 30,00  | 0,28 | 51,38  | 104,33 | 39,62  | 0,23 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Сок фруктовый, овощной, ягодный                   | 180    | 180 | 0,00  | 0,00  | 18,14  | 72,58  | 0,02 | 23,67 | 18,00  | 0,49 | 11,34  | 11,34  | 6,48   | 2,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Хлеб пшеничный                                    | 50     | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75  | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15   | 0,20 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Хлеб ржаной                                       | 50     | 50  | 4,25  | 0,45  | 14,38  | 78,55  | 0,05 | 0,00  | 5,00   | 0,82 | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,35 |  |  |  |  |  |  |
| Итого  |                                                   | 800    |     | 32,26 | 26,71 | 116,62 | 888,22 | 0,51 | 33,22 | 138,76 | 3,62 | 520,87 | 617,89 | 140,92 | 4,75 |  |  |  |  |  |  |

Полдник

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

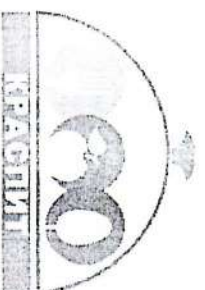
Итого за День 1 610  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |         |        |         |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 50,45   | 51,54   | 219,73  | 1 527,73 | 0,78    | 40,18   | 453,61 | 6,50    | 715,70  | 720,09  | 163,88  | 7,85    |
| 50,05   | 51,35   | 217,75  | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00 | 6,50    | 715,00  | 715,00  | 162,50  | 7,80    |
| 100,79% | 100,36% | 100,91% | 100,02%  | 100,54% | 103,02% | 99,69% | 100,06% | 100,10% | 100,71% | 100,85% | 100,68% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

Завтрак

|       |                                                  |        |     |       |       |       |        |      |      |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-------|--------------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| 329   | Пудинг творожный с фруктами, с молоком стуженным | 170/10 | 180 | 7,70  | 7,56  | 22,52 | 188,94 | 0,09 | 0,41 | 50,00  | 0,65 | 207,54 | 173,00 | 44,76 | 0,25 |  |  |  |  |  |  |
| 693   | Какао с молоком                                  | 200    | 200 | 0,48  | 2,54  | 18,39 | 98,33  | 0,08 | 1,17 | 40,00  | 0,11 | 111,04 | 95,15  | 21,78 | 0,70 |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                                   | 50     | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75 | 118,60 | 0,02 | 0,00 | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15  | 0,20 |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Варди                                            | 70     | 70  | 4,00  | 7,04  | 11,88 | 126,81 | 0,00 | 0,02 | 7,00   | 0,11 | 2,52   | 3,15   | 1,73  | 0,49 |  |  |  |  |  |  |
| Итого |                                                  | 500    |     | 16,48 | 18,73 | 74,54 | 532,67 | 0,18 | 1,59 | 102,00 | 1,78 | 325,60 | 285,92 | 71,42 | 1,64 |  |  |  |  |  |  |

Обед

|       |                                               |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-------|-----------------------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| Пром. | Кукуруза консервированная                     | 60  | 60  | 1,19  | 1,30  | 13,92  | 72,10  | 0,01 | 9,18  | 105,00 | 0,26 | 12,78  | 3,18   | 12,36 | 0,36 |  |  |  |  |  |  |
| 140   | Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне | 200 | 200 | 5,29  | 2,32  | 10,50  | 84,07  | 0,14 | 7,98  | 27,60  | 1,10 | 182,67 | 138,30 | 14,54 | 0,18 |  |  |  |  |  |  |
| 436   | Жаркое по-домашнему                           | 200 | 200 | 13,26 | 12,15 | 25,90  | 265,99 | 0,26 | 1,62  | 24,00  | 0,69 | 94,75  | 119,20 | 24,12 | 1,15 |  |  |  |  |  |  |
| 524   | Напиток лимонный                              | 180 | 180 | 0,15  | 0,02  | 15,12  | 61,21  | 0,02 | 17,10 | 90,00  | 0,83 | 55,84  | 43,76  | 8,81  | 0,99 |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                                | 50  | 50  | 4,30  | 1,60  | 21,75  | 118,60 | 0,02 | 0,00  | 5,00   | 0,91 | 4,50   | 14,63  | 3,15  | 0,20 |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб ржаной                                   | 50  | 50  | 4,25  | 0,45  | 14,38  | 78,55  | 0,05 | 0,00  | 5,00   | 0,82 | 10,35  | 47,70  | 11,25 | 1,35 |  |  |  |  |  |  |
| Итого |                                               | 740 |     | 28,44 | 17,83 | 101,57 | 680,51 | 0,49 | 35,88 | 256,60 | 4,60 | 360,89 | 366,76 | 74,23 | 4,23 |  |  |  |  |  |  |

Полдник

|       |                                |     |     |      |       |       |        |      |      |       |      |       |       |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-------|--------------------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|-------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| 587   | Булочка "Ребешок" йодированная | 105 | 105 | 4,32 | 14,49 | 29,88 | 267,23 | 0,11 | 0,09 | 76,28 | 0,05 | 21,36 | 54,13 | 12,56 | 1,22 |  |  |  |  |  |  |
| 685   | Чай черный с сахаром           | 200 | 200 | 1,08 | 0,36  | 12,60 | 57,96  | 0,00 | 1,70 | 20,00 | 0,07 | 12,69 | 7,47  | 5,76  | 0,72 |  |  |  |  |  |  |
| Итого |                                | 305 |     | 5,40 | 14,85 | 42,48 | 325,19 | 0,11 | 1,79 | 96,28 | 0,12 | 34,05 | 61,60 | 18,32 | 1,94 |  |  |  |  |  |  |

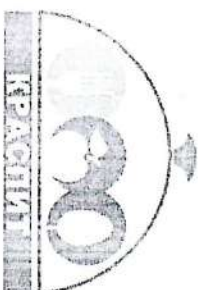
Итого за день 1 545  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |         |        |         |         |        |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|--------|---------|---------|--------|---------|---------|
| 50,32   | 51,42   | 218,59  | 1 538,37 | 0,78    | 39,27   | 454,88 | 6,51    | 720,54  | 714,28 | 163,97  | 7,80    |
| 50,05   | 51,35   | 217,75  | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00 | 6,50    | 715,00  | 715,00 | 162,50  | 7,80    |
| 100,54% | 100,13% | 100,38% | 100,71%  | 100,33% | 100,65% | 99,97% | 100,11% | 100,77% | 99,90% | 100,91% | 100,06% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование блюда | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетическая ценность |   |   |    |    |   |   | Витамины и минеральные вещества |    |   |    |    |  |  |  |  |  |
|-----------|--------------------|--------------|----------------|--------------------------------------------|---|---|----|----|---|---|---------------------------------|----|---|----|----|--|--|--|--|--|
| 1         | 2                  | 3            | 4              | Б                                          | Ж | У | ЭЦ | В1 | С | А | Е                               | Са | Р | Мg | Fe |  |  |  |  |  |

|                |                                |            |     |              |              |              |               |             |             |               |             |               |               |              |             |  |  |  |  |  |
|----------------|--------------------------------|------------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|---------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|--|--|--|--|--|
| <b>Завтрак</b> |                                |            |     |              |              |              |               |             |             |               |             |               |               |              |             |  |  |  |  |  |
| 492            | Плов с мясом                   | 200        | 200 | 10,34        | 14,37        | 16,13        | 235,23        | 0,19        | 0,20        | 88,00         | 0,60        | 127,70        | 249,12        | 56,48        | 0,60        |  |  |  |  |  |
| 686            | Чай черный с сахаром и лимоном | 200        | 200 | 0,36         | 0,18         | 12,78        | 54,18         | 0,00        | 6,78        | 20,00         | 0,00        | 11,41         | 8,86          | 4,73         | 0,77        |  |  |  |  |  |
| Пром.          | Хлеб пшеничный                 | 50         | 50  | 4,30         | 1,60         | 21,75        | 118,60        | 0,02        | 0,00        | 5,00          | 0,91        | 4,50          | 14,63         | 3,15         | 0,20        |  |  |  |  |  |
| Пром.          | Пряник                         | 50         | 50  | 2,25         | 5,13         | 10,75        | 98,13         | 0,00        | 0,02        | 5,00          | 0,19        | 5,74          | 7,20          | 3,96         | 0,42        |  |  |  |  |  |
| <b>Итого</b>   |                                | <b>500</b> |     | <b>17,25</b> | <b>21,28</b> | <b>61,41</b> | <b>506,13</b> | <b>0,21</b> | <b>7,00</b> | <b>118,00</b> | <b>1,70</b> | <b>149,35</b> | <b>279,80</b> | <b>68,33</b> | <b>1,99</b> |  |  |  |  |  |

**Обед**

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

**Полдник**

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

Итого за день 1 590  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |         |         |        |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|---------|
| 50,07   | 51,60   | 218,13  | 1 537,15 | 0,78    | 39,35   | 459,20  | 6,50   | 718,86  | 721,86  | 162,61  | 7,82    |
| 50,05   | 51,35   | 217,75  | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00  | 6,50   | 715,00  | 715,00  | 162,50  | 7,80    |
| 100,03% | 100,48% | 100,17% | 100,63%  | 100,00% | 100,89% | 100,92% | 99,99% | 100,54% | 100,96% | 100,07% | 100,24% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

Завтрак

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

Обед

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

Полдник

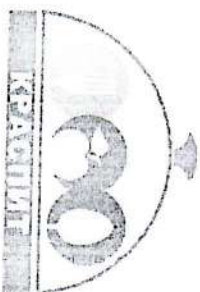
|       |                       |     |     |      |      |       |        |      |      |        |      |       |       |      |      |  |  |  |  |  |
|-------|-----------------------|-----|-----|------|------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|-------|------|------|--|--|--|--|--|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

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

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятница  
Вторая  
7-11 лет  
Осенне-:

## Осенне-зимний, весенне-летний

[illegible]

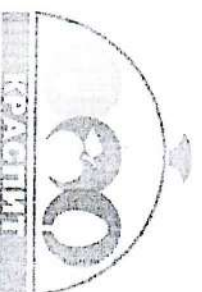
|       |                                     |       |     |         |         |         |          |         |         |         |         |         |         |         |         |
|-------|-------------------------------------|-------|-----|---------|---------|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 579   | Булочка дорожная йодированная       | 105   | 105 | 7,38    | 8,51    | 29,72   | 224,91   | 0,26    | 0,07    | 16,80   | 0,51    | 96,39   | 83,98   | 10,15   | 0,40    |
| Пром. | Молоко пастеризованное йодированное | 200   | 200 | 5,04    | 5,76    | 8,46    | 105,84   | 0,23    | 0,07    | 60,00   | 0,00    | 256,00  | 108,00  | 25,20   | 0,18    |
|       | Итого                               | 305   |     | 12,42   | 14,27   | 38,18   | 330,75   | 0,50    | 0,14    | 76,80   | 0,51    | 352,39  | 191,98  | 35,35   | 0,58    |
|       | Итого за День                       | 1 615 |     | 50,21   | 51,67   | 217,86  | 1 529,50 | 0,80    | 39,18   | 455,36  | 6,56    | 725,99  | 722,05  | 165,07  | 7,86    |
|       | Потребность в пищевых веществах     |       |     | 50,05   | 51,35   | 217,75  | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00  | 6,50    | 715,00  | 715,00  | 162,50  | 7,80    |
|       | Процент удовлетворения              |       |     | 100,31% | 100,61% | 100,05% | 100,13%  | 102,39% | 100,47% | 100,08% | 100,87% | 101,54% | 100,99% | 101,58% | 100,75% |

|         |         |         |          |         |         |         |         |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 50,21   | 51,67   | 217,86  | 1 529,50 | 0,80    | 39,18   | 455,36  | 6,56    | 725,99  | 722,05  | 165,07  | 7,86    |
| 50,05   | 51,35   | 217,75  | 1 527,50 | 0,78    | 39,00   | 455,00  | 6,50    | 715,00  | 715,00  | 162,50  | 7,80    |
| 100,31% | 100,61% | 100,05% | 100,13%  | 102,39% | 100,47% | 100,08% | 100,87% | 101,54% | 100,99% | 101,58% | 100,75% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование блюда               | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетичес-ть |       |       |        |      |      |        | Витамины и минеральные вещества |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-----------|----------------------------------|--------------|----------------|-----------------------------------|-------|-------|--------|------|------|--------|---------------------------------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
|           |                                  |              |                | Б                                 | Ж     | У     | ЭЦ     | В1   | С    | А      | Е                               | Са     | Р      | Мg    | Fe   |  |  |  |  |  |  |
| 1         | 2                                | 3            | 4              | 5                                 | 6     | 7     | 8      | 9    | 10   | 11     | 12                              | 13     | 14     | 15    |      |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак   |                                  |              |                |                                   |       |       |        |      |      |        |                                 |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
| 275       | Каша "Дружба" с маслом сливочным | 250/15       | 265            | 10,13                             | 8,29  | 42,94 | 266,15 | 0,04 | 0,02 | 48,22  | 1,48                            | 150,88 | 118,27 | 28,27 | 0,13 |  |  |  |  |  |  |
| 685       | Чай каркаде с сахаром            | 200          | 200            | 0,18                              | 0,00  | 7,57  | 31,01  | 0,00 | 0,09 | 64,80  | 0,49                            | 9,23   | 7,43   | 3,96  | 1,38 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                   | 70           | 70             | 6,02                              | 2,24  | 30,45 | 166,04 | 0,03 | 0,00 | 7,00   | 1,27                            | 6,30   | 20,48  | 4,41  | 0,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Пряник                           | 20           | 20             | 0,90                              | 2,05  | 4,30  | 39,25  | 0,00 | 0,01 | 2,00   | 0,08                            | 2,30   | 2,88   | 1,58  | 0,17 |  |  |  |  |  |  |
| Обед      |                                  | Итого        | 555            | 17,23                             | 12,58 | 85,26 | 502,45 | 0,06 | 0,12 | 122,02 | 3,32                            | 168,71 | 149,06 | 38,22 | 1,95 |  |  |  |  |  |  |

|         |                                     |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |
|---------|-------------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|
| 515     | Горошек консервированный            | 100 | 100 | 3,24  | 0,09  | 8,82   | 49,05  | 0,03 | 10,80 | 180,00 | 0,80 | 115,20 | 50,60  | 30,60  | 0,70 |
| 168     | Суп с рыбными консервами            | 250 | 250 | 5,57  | 16,85 | 13,18  | 212,73 | 0,10 | 8,04  | 14,12  | 0,38 | 94,79  | 201,66 | 42,39  | 0,33 |
| 493     | Филе птицы в сметанном соусе        | 100 | 100 | 11,56 | 3,50  | 1,50   | 83,74  | 0,16 | 7,60  | 2,50   | 0,35 | 77,10  | 122,00 | 16,10  | 1,07 |
| 516.01  | Макаронные изделия отварные         | 180 | 180 | 3,85  | 5,02  | 46,67  | 247,27 | 0,16 | 0,00  | 43,00  | 0,21 | 57,66  | 15,30  | 9,43   | 0,99 |
| Пром.   | Сок фруктовый, овощной, яблочный    | 180 | 180 | 0,00  | 0,00  | 18,14  | 72,58  | 0,02 | 23,67 | 43,00  | 0,49 | 11,34  | 11,34  | 6,48   | 2,27 |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                      | 70  | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45  | 166,04 | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 1,27 | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |
| Пром.   | Хлеб ржаной                         | 90  | 90  | 7,65  | 0,81  | 25,88  | 141,39 | 0,08 | 0,00  | 9,00   | 1,47 | 18,63  | 85,86  | 20,25  | 2,43 |
| Итого   |                                     | 970 |     | 37,89 | 28,51 | 144,63 | 972,80 | 0,57 | 50,11 | 298,62 | 4,97 | 381,02 | 507,24 | 129,66 | 8,05 |
| Полдник |                                     |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |
| 587     | Булочка "Гребешок" йодированная     | 150 | 150 | 6,17  | 20,70 | 42,69  | 381,76 | 0,16 | 0,14  | 108,98 | 0,07 | 30,51  | 77,33  | 17,94  | 1,74 |
| Пром.   | Молоко пастеризованное йодированное | 200 | 200 | 5,04  | 5,76  | 8,46   | 105,84 | 0,23 | 0,07  | 60,00  | 0,00 | 256,00 | 108,00 | 25,20  | 0,18 |
| Итого   |                                     | 350 |     | 11,21 | 26,46 | 51,15  | 487,60 | 0,40 | 0,21  | 168,98 | 0,07 | 286,51 | 185,33 | 43,14  | 1,92 |

Итого за День 1 875  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |         |         |        |        |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|---------|--------|--------|---------|---------|---------|
| 66,34   | 67,56   | 281,05  | 1 962,84 | 0,92    | 50,44   | 589,62  | 8,36   | 836,24 | 841,62  | 211,02  | 11,93   |
| 65,70   | 67,16   | 279,59  | 1 985,60 | 0,91    | 49,00   | 585,00  | 8,40   | 840,00 | 840,00  | 210,00  | 11,70   |
| 100,97% | 100,59% | 100,52% | 100,85%  | 101,10% | 102,93% | 100,79% | 99,55% | 99,55% | 100,19% | 100,49% | 101,95% |

Объём

Полдник

Итого

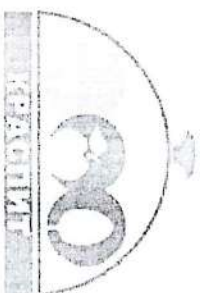
Процент удовлетворения

Процент удовлетворения

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование блюда | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетическая ценность |   |   |    |    | Витамины и минеральные вещества |   |   |    |   |    |    |  |  |  |  |
|-----------|--------------------|--------------|----------------|--------------------------------------------|---|---|----|----|---------------------------------|---|---|----|---|----|----|--|--|--|--|
|           |                    |              |                | Б                                          | Ж | У | ЭЦ | В1 | С                               | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |  |  |  |  |

Завтрак

|       |                                                 |          |     |       |       |       |        |      |       |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |
|-------|-------------------------------------------------|----------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| 271   | Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным | 230/15   | 245 | 10,13 | 16,78 | 34,44 | 318,38 | 0,09 | 1,37  | 73,50  | 0,04 | 278,17 | 103,64 | 12,24 | 0,60 |  |  |  |  |
| 105   | Бутерброд с маслом сливочным и джемом           | 15/10/15 | 40  | 1,68  | 6,16  | 12,60 | 112,56 | 0,06 | 0,03  | 41,60  | 0,47 | 78,72  | 63,20  | 8,08  | 0,45 |  |  |  |  |
| 507   | Чай черный с молоком и сахаром                  | 200      | 200 | 1,26  | 1,44  | 14,76 | 77,04  | 0,02 | 0,68  | 20,00  | 0,13 | 80,82  | 47,93  | 10,26 | 0,79 |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                                  | 70       | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45 | 166,04 | 0,01 | 10,91 | 80,00  | 0,00 | 48,96  | 24,12  | 15,57 | 0,02 |  |  |  |  |
| Итого |                                                 | 555      |     | 19,09 | 26,62 | 92,25 | 674,02 | 0,17 | 12,99 | 215,10 | 0,64 | 486,67 | 238,89 | 46,15 | 1,85 |  |  |  |  |

Обед

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

Полдник

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

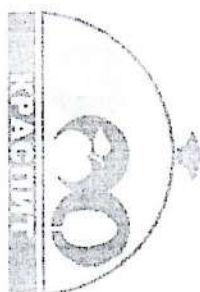
Итого за день 1 895  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |        |         |          |         |         |         |         |         |         |         |         |
|---------|--------|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 66,30   | 67,08  | 279,67  | 1 985,80 | 0,92    | 49,33   | 588,45  | 8,46    | 846,08  | 848,25  | 211,73  | 11,77   |
| 65,70   | 67,16  | 279,59  | 1 985,60 | 0,91    | 49,00   | 585,00  | 8,40    | 840,00  | 840,00  | 210,00  | 11,70   |
| 100,91% | 99,88% | 100,03% | 100,01%  | 100,67% | 100,67% | 100,59% | 100,77% | 100,72% | 100,98% | 100,83% | 100,60% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

|       |                             |     |     |       |       |       |        |      |      |       |      |        |        |       |      |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|-----------------------------|-----|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|--|
| 1     | Завтрак                     | 2   | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8    | 9    | 10    | 11   | 12     | 13     | 14    | 15   |  |  |  |  |  |  |  |
| 334   | Макароны запеченные с сыром | 250 | 250 | 6,90  | 10,67 | 23,11 | 228,48 | 0,23 | 0,50 | 25,00 | 0,18 | 70,75  | 163,25 | 7,54  | 1,67 |  |  |  |  |  |  |  |
| 692   | Кофейный напиток с молоком  | 200 | 200 | 2,79  | 3,10  | 20,90 | 122,62 | 0,12 | 1,17 | 20,00 | 0,02 | 108,27 | 81,00  | 12,60 | 0,13 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный йогуртовый   | 70  | 70  | 4,98  | 0,50  | 32,76 | 155,48 | 0,03 | 0,00 | 7,00  | 1,15 | 20,92  | 68,24  | 19,81 | 0,11 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром. | Печенье                     | 70  | 70  | 2,78  | 3,71  | 19,66 | 123,14 | 0,00 | 0,03 | 11,20 | 0,18 | 3,02   | 3,78   | 2,08  | 0,59 |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого |                             | 590 |     | 17,44 | 17,98 | 96,43 | 629,72 | 0,37 | 1,70 | 63,20 | 1,52 | 202,96 | 316,27 | 42,03 | 2,50 |  |  |  |  |  |  |  |

Обед

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

Полдник

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

Итого за день 1 920  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

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

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта     | Наименование блюда                               | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетичес-ть |       |        |          |      |       |        | Витамины и минеральные вещества |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
|---------------|--------------------------------------------------|--------------|----------------|-----------------------------------|-------|--------|----------|------|-------|--------|---------------------------------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|--|--|
|               |                                                  |              |                | Б                                 | Ж     | У      | ЭЦ       | В1   | С     | А      | Е                               | Са     | Р      | Мg     | Fe   |  |  |  |  |  |  |
| 1             | 2                                                | 3            |                | 4                                 | 5     | 6      | 7        | 8    | 9     | 10     | 11                              | 12     | 13     | 14     | 15   |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак       |                                                  |              |                |                                   |       |        |          |      |       |        |                                 |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
| 328           | Запеканка из творога с рисом и ступенным молоком | 170/10       | 180            | 11,02                             | 12,24 | 25,06  | 142,02   | 0,13 | 0,18  | 1,24   | 0,72                            | 229,50 | 157,50 | 27,36  | 2,25 |  |  |  |  |  |  |
| 686           | Чай черный с сахаром и лимоном                   | 200          | 200            | 0,36                              | 0,18  | 12,78  | 54,18    | 0,00 | 6,78  | 20,00  | 0,00                            | 11,41  | 8,86   | 4,73   | 0,77 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                                   | 70           | 70             | 6,02                              | 2,24  | 30,45  | 166,04   | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 1,27                            | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Мандарины                                        | 100          | 100            | 0,73                              | 0,28  | 14,20  | 62,23    | 0,01 | 10,91 | 80,00  | 0,00                            | 48,96  | 24,12  | 15,57  | 0,02 |  |  |  |  |  |  |
| Итого         |                                                  | 550          |                | 18,13                             | 14,94 | 82,49  | 424,47   | 0,16 | 17,87 | 108,24 | 1,99                            | 296,17 | 210,95 | 52,07  | 3,32 |  |  |  |  |  |  |
| Обед          |                                                  |              |                |                                   |       |        |          |      |       |        |                                 |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
| Оруды соленье |                                                  |              |                |                                   |       |        |          |      |       |        |                                 |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Суп картофельный на мясном бульоне               | 100          | 100            | 0,72                              | 0,09  | 1,73   | 10,61    | 0,08 | 12,50 | 55,30  | 0,40                            | 12,60  | 23,40  | 18,00  | 0,17 |  |  |  |  |  |  |
| 112           | Суп картофельный на мясном бульоне               | 250          | 250            | 4,47                              | 9,06  | 29,03  | 208,33   | 0,04 | 1,22  | 132,40 | 0,13                            | 338,25 | 272,25 | 62,30  | 0,83 |  |  |  |  |  |  |
| 327           | Гуляш из отварного мяса                          | 100          | 100            | 12,35                             | 19,21 | 5,03   | 251,76   | 0,41 | 3,20  | 106,28 | 0,71                            | 102,90 | 103,80 | 13,26  | 2,54 |  |  |  |  |  |  |
| 508,3         | Каша гречневая рассыпчатая                       | 180          | 180            | 7,52                              | 7,33  | 34,99  | 236,00   | 0,05 | 0,00  | 36,00  | 0,54                            | 53,99  | 115,55 | 30,25  | 0,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Напиток витаминизированный                       | 180          | 180            | 0,00                              | 0,00  | 15,39  | 61,56    | 0,06 | 12,60 | 90,00  | 1,46                            | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                                   | 70           | 70             | 6,02                              | 2,24  | 30,45  | 166,04   | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 1,27                            | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Хлеб ржаной                                      | 90           | 90             | 7,65                              | 0,81  | 25,88  | 141,39   | 0,08 | 0,00  | 9,00   | 1,47                            | 18,63  | 85,86  | 20,25  | 2,43 |  |  |  |  |  |  |
| Итого         |                                                  | 970          |                | 40,73                             | 38,74 | 142,50 | 1 240,30 | 0,75 | 29,52 | 435,98 | 5,99                            | 532,67 | 621,34 | 148,47 | 6,51 |  |  |  |  |  |  |
| Полдник       |                                                  |              |                |                                   |       |        |          |      |       |        |                                 |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
| Печенье       |                                                  |              |                |                                   |       |        |          |      |       |        |                                 |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
| Пром.         | Чай черный с сахаром                             | 150          | 150            | 5,95                              | 7,95  | 42,13  | 263,87   | 0,00 | 0,05  | 24,00  | 0,38                            | 6,48   | 8,10   | 4,46   | 1,27 |  |  |  |  |  |  |
| 685           | Чай черный с сахаром                             | 200          | 200            | 1,08                              | 0,36  | 12,60  | 57,96    | 0,00 | 1,70  | 20,00  | 0,07                            | 12,69  | 7,47   | 5,76   | 0,72 |  |  |  |  |  |  |
| Итого         |                                                  | 350          |                | 7,03                              | 8,31  | 54,73  | 321,83   | 0,00 | 1,75  | 44,00  | 0,45                            | 19,17  | 15,57  | 10,22  | 1,99 |  |  |  |  |  |  |

Итого за день 1 870

Потребность в пищевых веществах

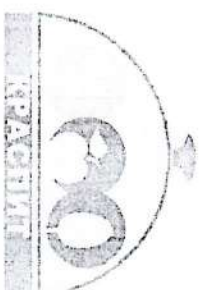
Процент удовлетворения

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

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта | Наименование Блюда                                | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энерг. цен-сть |       |       |        |      |      |        | Витамины и минеральные вещества |        |       |      |      |  |  |  |  |  |  |
|-----------|---------------------------------------------------|--------------|----------------|-----------------------------------|-------|-------|--------|------|------|--------|---------------------------------|--------|-------|------|------|--|--|--|--|--|--|
|           |                                                   |              |                | Б                                 | Ж     | У     | ЭЦ     | В1   | С    | А      | Е                               | Са     | Р     | Mg   | Fe   |  |  |  |  |  |  |
| 1         |                                                   | 2            | 3              | 4                                 | 5     | 6     | 7      | 8    | 9    | 10     | 11                              | 12     | 13    | 14   | 15   |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак   |                                                   |              |                |                                   |       |       |        |      |      |        |                                 |        |       |      |      |  |  |  |  |  |  |
| 212       | Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочным | 250/15       | 265            | 6,76                              | 12,75 | 35,78 | 284,88 | 0,21 | 0,29 | 6,50   | 1,59                            | 199,55 | 0,00  | 0,21 | 0,19 |  |  |  |  |  |  |
| 685       | Чай каркаде с сахаром                             | 200          | 200            | 0,18                              | 0,00  | 7,57  | 31,01  | 0,00 | 0,09 | 110,00 | 0,07                            | 9,23   | 7,43  | 3,96 | 0,79 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                                    | 70           | 70             | 6,02                              | 2,24  | 30,45 | 166,04 | 0,03 | 0,00 | 7,00   | 1,27                            | 6,30   | 20,48 | 4,41 | 0,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.     | Печенье                                           | 40           | 40             | 1,59                              | 2,12  | 11,23 | 70,37  | 0,00 | 0,01 | 6,40   | 0,10                            | 1,73   | 2,16  | 1,19 | 0,34 |  |  |  |  |  |  |
|           |                                                   |              |                |                                   |       |       |        |      |      |        |                                 |        |       |      |      |  |  |  |  |  |  |
|           | Итого                                             | 575          |                | 14,54                             | 17,11 | 85,03 | 552,29 | 0,24 | 0,40 | 129,90 | 3,04                            | 216,81 | 30,07 | 9,77 | 1,59 |  |  |  |  |  |  |

**Обед**

|        |                                                   |        |     |       |       |        |          |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |  |  |
|--------|---------------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|--------|----------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|--|--|
| 120    | Орты свежие порционно                             | 100    | 100 | 0,72  | 0,18  | 5,60   | 13,50    | 0,09 | 9,00  | 130,00 | 0,12 | 18,50  | 21,50  | 12,60  | 0,81 |  |  |  |  |  |  |
| 144    | Суп картофельный с фасолью на бульоне со сметаной | 250/10 | 260 | 4,89  | 8,58  | 13,52  | 205,77   | 0,18 | 0,05  | 2,60   | 1,16 | 244,92 | 198,88 | 68,66  | 1,89 |  |  |  |  |  |  |
| 449    | Птица в соусе с овощами                           | 100    | 100 | 13,80 | 12,37 | 8,10   | 210,84   | 0,09 | 0,01  | 1,20   | 0,67 | 235,70 | 258,20 | 22,52  | 0,15 |  |  |  |  |  |  |
| 511,01 | Рис отварной                                      | 180    | 180 | 4,20  | 5,10  | 45,57  | 244,99   | 0,11 | 4,94  | 36,00  | 1,30 | 61,66  | 125,19 | 47,55  | 0,28 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Сок фруктовый, овощной, яблочный                  | 180    | 180 | 0,00  | 0,00  | 18,14  | 72,58    | 0,02 | 23,67 | 18,00  | 0,49 | 11,34  | 11,34  | 6,48   | 2,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Хлеб пшеничный                                    | 70     | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45  | 166,04   | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 1,27 | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |  |  |  |  |  |  |
| Пром.  | Хлеб ржаной                                       | 90     | 90  | 7,65  | 0,81  | 25,88  | 141,39   | 0,08 | 0,00  | 9,00   | 1,47 | 18,63  | 85,86  | 20,25  | 2,43 |  |  |  |  |  |  |
| Итого  |                                                   | 980    |     | 42,46 | 29,28 | 147,26 | 1 055,11 | 0,59 | 37,67 | 203,80 | 6,48 | 597,05 | 721,45 | 182,47 | 8,10 |  |  |  |  |  |  |

**Полдник**

|       |                                |     |     |      |       |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-------|--------------------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|-------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| 769   | Булочка домашняя йодированная  | 150 | 150 | 8,40 | 14,85 | 28,20 | 280,06 | 0,09 | 0,09 | 240,00 | 0,73 | 22,94 | 84,17 | 13,93 | 1,22 |  |  |  |  |  |  |
| 686   | Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 200 | 0,36 | 0,18  | 12,78 | 54,18  | 0,00 | 6,78 | 20,00  | 0,00 | 11,41 | 8,86  | 4,73  | 0,77 |  |  |  |  |  |  |
| Итого |                                | 350 |     | 8,76 | 15,03 | 40,98 | 334,24 | 0,09 | 6,87 | 260,00 | 0,73 | 34,35 | 93,03 | 18,67 | 1,99 |  |  |  |  |  |  |

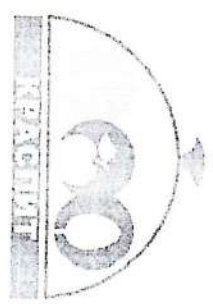
Итого за день 1 905  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |        |         |         |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 65,77   | 67,06   | 279,89  | 1 985,89 | 0,92    | 44,94  | 593,70  | 10,25   | 848,20  | 844,54  | 210,91  | 11,79   |
| 65,70   | 67,16   | 279,59  | 1 985,60 | 0,91    | 49,00  | 585,00  | 8,40    | 840,00  | 840,00  | 210,00  | 11,70   |
| 100,10% | 100,85% | 100,11% | 100,01%  | 100,62% | 91,72% | 101,49% | 104,19% | 100,98% | 100,54% | 100,43% | 100,77% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта      | Наименование блюда                               | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетическая ценность |       |       |        |      |      |        | Витамины и минеральные вещества |        |        |       |      |  |  |
|----------------|--------------------------------------------------|--------------|----------------|--------------------------------------------|-------|-------|--------|------|------|--------|---------------------------------|--------|--------|-------|------|--|--|
|                |                                                  |              |                | Б                                          | Ж     | У     | ЭЦ     | В1   | С    | А      | Е                               | Са     | Р      | Мг    | Fe   |  |  |
| 1              |                                                  | 3            |                | 4                                          | 5     | 6     | 7      | 8    | 9    | 10     | 11                              | 12     | 13     | 14    | 15   |  |  |
| <b>Завтрак</b> |                                                  |              |                |                                            |       |       |        |      |      |        |                                 |        |        |       |      |  |  |
| 329            | Пудинг творожный с фруктами, с молоком сгущенным | 200/10       | 210            | 8,99                                       | 8,82  | 26,27 | 233,39 | 0,11 | 0,47 | 59,33  | 0,76                            | 242,13 | 201,83 | 52,22 | 0,29 |  |  |
| 693            | Какао с молоком                                  | 200          | 200            | 0,48                                       | 2,54  | 18,39 | 98,33  | 0,08 | 1,17 | 40,00  | 0,11                            | 111,04 | 95,15  | 21,78 | 0,70 |  |  |
| Пром.          | Хлеб пшеничный                                   | 70           | 70             | 6,02                                       | 2,24  | 30,45 | 166,04 | 0,03 | 0,00 | 7,00   | 1,27                            | 6,30   | 20,48  | 4,41  | 0,27 |  |  |
| Пром.          | Вафли                                            | 70           | 70             | 4,00                                       | 7,04  | 11,88 | 126,81 | 0,00 | 0,02 | 7,00   | 0,11                            | 2,52   | 3,15   | 1,73  | 0,49 |  |  |
| <b>Итого</b>   |                                                  | 550          |                | 19,49                                      | 20,63 | 86,99 | 624,56 | 0,21 | 1,66 | 113,33 | 2,26                            | 361,99 | 320,60 | 80,14 | 1,76 |  |  |

|              |                                               |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |
|--------------|-----------------------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|
| <b>Обед</b>  |                                               |     |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |
| Пром.        | Кукуруза консервированная                     | 100 | 100 | 1,98  | 2,16  | 23,20  | 120,16 | 0,01 | 15,30 | 175,00 | 0,43 | 21,30  | 5,30   | 20,60  | 0,60 |  |  |
| 140          | Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне | 250 | 250 | 6,62  | 2,92  | 13,12  | 105,22 | 0,11 | 9,48  | 34,50  | 1,38 | 228,33 | 172,87 | 19,17  | 0,22 |  |  |
| 436          | Жаркое по-домашнему                           | 250 | 250 | 17,25 | 17,59 | 32,37  | 332,48 | 0,03 | 4,00  | 25,00  | 0,86 | 105,94 | 149,00 | 31,15  | 1,43 |  |  |
| 524          | Напиток лимонный                              | 180 | 180 | 0,15  | 0,02  | 15,12  | 61,21  | 0,02 | 17,10 | 90,00  | 0,83 | 55,84  | 43,76  | 8,81   | 0,99 |  |  |
| Пром.        | Хлеб пшеничный                                | 70  | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45  | 166,04 | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 1,27 | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |  |  |
| Пром.        | Хлеб ржаной                                   | 90  | 90  | 7,65  | 0,81  | 25,88  | 141,39 | 0,08 | 0,00  | 9,00   | 1,47 | 18,63  | 85,86  | 20,25  | 2,43 |  |  |
| <b>Итого</b> |                                               | 940 |     | 39,66 | 25,74 | 140,14 | 926,50 | 0,27 | 45,88 | 340,50 | 6,24 | 436,34 | 477,26 | 104,39 | 7,53 |  |  |

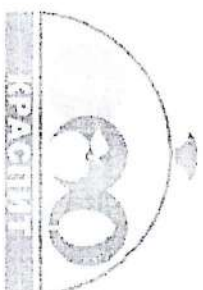
|                |                                 |     |     |      |       |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |
|----------------|---------------------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|-------|-------|------|--|--|
| <b>Полдник</b> |                                 |     |     |      |       |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |
| 587            | Булочка "Требешок" йодированная | 150 | 150 | 6,17 | 20,70 | 42,69 | 381,76 | 0,16 | 0,14 | 108,98 | 0,07 | 30,51 | 77,33 | 17,94 | 1,74 |  |  |
| 685            | Чай черный с сахаром            | 200 | 200 | 1,08 | 0,36  | 12,60 | 57,96  | 0,00 | 1,70 | 20,00  | 0,07 | 12,69 | 7,47  | 5,76  | 0,72 |  |  |
| <b>Итого</b>   |                                 | 350 |     | 7,25 | 21,06 | 55,29 | 439,72 | 0,16 | 1,84 | 128,98 | 0,14 | 43,20 | 84,80 | 23,70 | 2,46 |  |  |

|                                        |  |       |  |         |         |         |          |         |         |        |         |         |         |        |         |  |  |
|----------------------------------------|--|-------|--|---------|---------|---------|----------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|--------|---------|--|--|
| <b>Итого за День</b>                   |  | 1 840 |  | 66,40   | 67,43   | 282,41  | 1 990,78 | 0,92    | 49,38   | 562,81 | 8,64    | 841,53  | 882,66  | 208,23 | 11,75   |  |  |
| <b>Потребность в пищевых веществах</b> |  |       |  | 65,70   | 67,16   | 279,59  | 1 985,60 | 0,91    | 49,00   | 585,00 | 8,40    | 840,00  | 840,00  | 210,00 | 11,70   |  |  |
| <b>Процент удовлетворения</b>          |  |       |  | 101,07% | 100,40% | 101,01% | 100,26%  | 100,02% | 100,77% | 99,62% | 102,82% | 100,18% | 105,08% | 99,16% | 100,43% |  |  |

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

**Обед**

|       |                                                 |        |     |       |       |        |        |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |
|-------|-------------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|--------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|
| 120   | Помидоры свежие порционно                       | 100    | 100 | 0,99  | 0,18  | 12,33  | 54,90  | 0,13 | 13,70 | 42,00  | 0,09 | 12,60  | 23,40  | 18,00  | 0,81 |  |  |  |  |
| 132   | Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной | 250/10 | 260 | 2,33  | 13,23 | 5,73   | 151,31 | 0,03 | 12,80 | 75,62  | 0,68 | 182,14 | 206,81 | 28,68  | 0,31 |  |  |  |  |
| 245   | Минтай запеченный в молочном соусе              | 100    | 100 | 6,32  | 3,51  | 2,45   | 66,71  | 0,04 | 2,40  | 90,55  | 2,20 | 236,33 | 17,00  | 8,40   | 2,30 |  |  |  |  |
| 508,3 | Каша гречневая рассыпчатая                      | 180    | 180 | 7,52  | 7,33  | 34,99  | 236,00 | 0,05 | 0,00  | 36,00  | 0,31 | 53,99  | 115,55 | 30,25  | 0,27 |  |  |  |  |
| 494   | Компот из плодов и ягод сушеных                 | 180    | 180 | 0,24  | 0,02  | 14,18  | 57,82  | 0,00 | 0,08  | 18,00  | 0,08 | 13,28  | 8,67   | 3,48   | 0,73 |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                                  | 70     | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45  | 166,04 | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 0,86 | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб ржаной                                     | 90     | 90  | 7,65  | 0,81  | 25,88  | 141,39 | 0,08 | 0,00  | 9,00   | 0,47 | 18,63  | 85,86  | 20,25  | 2,43 |  |  |  |  |
| Итого |                                                 | 980    |     | 31,08 | 27,31 | 126,00 | 874,17 | 0,36 | 28,98 | 319,00 | 4,69 | 523,28 | 477,77 | 113,47 | 7,12 |  |  |  |  |

**Полдник**

|       |                            |     |     |       |       |       |        |      |       |        |      |        |        |       |      |  |  |  |  |
|-------|----------------------------|-----|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| 540   | Шанежка наливная           | 150 | 150 | 14,40 | 13,50 | 69,32 | 456,36 | 0,38 | 0,09  | 24,00  | 0,74 | 137,70 | 119,97 | 14,51 | 0,57 |  |  |  |  |
| Пром. | Напиток витаминизированный | 200 | 200 | 0,00  | 0,00  | 17,10 | 68,40  | 0,07 | 14,00 | 100,00 | 1,62 | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00 |  |  |  |  |
| Итого |                            | 350 |     | 14,40 | 13,50 | 86,42 | 524,76 | 0,45 | 14,09 | 124,00 | 2,36 | 137,70 | 119,97 | 14,51 | 0,57 |  |  |  |  |

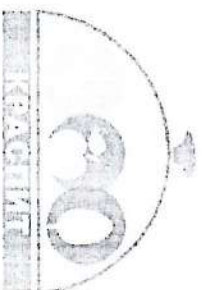
Итого за день 1 880  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

|         |         |         |          |         |         |        |         |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|----------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 66,13   | 67,19   | 282,26  | 1 985,80 | 0,92    | 49,11   | 583,00 | 8,58    | 841,76  | 841,79  | 210,10  | 11,76   |
| 65,70   | 67,16   | 279,59  | 1 985,60 | 0,91    | 49,00   | 585,00 | 8,40    | 840,00  | 840,00  | 210,00  | 11,70   |
| 100,66% | 100,04% | 100,95% | 100,01%  | 101,10% | 100,22% | 99,66% | 100,25% | 100,21% | 100,21% | 100,05% | 100,51% |

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



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

Завтрак

|       |                                      |        |     |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |  |  |  |  |
|-------|--------------------------------------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| 340   | Омлет натуральный с маслом сливочным | 170/10 | 180 | 8,46  | 9,36  | 4,86  | 137,52 | 0,06 | 9,31  | 32,85 | 0,04 | 254,23 | 254,20 | 38,60 | 0,58 |  |  |  |  |
| 685   | Чай черный с сахаром                 | 200    | 200 | 1,08  | 0,36  | 12,60 | 57,96  | 0,00 | 1,70  | 20,00 | 0,07 | 12,69  | 7,47   | 5,76  | 0,72 |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                       | 70     | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45 | 166,04 | 0,03 | 0,00  | 7,00  | 1,27 | 6,30   | 20,48  | 4,41  | 0,27 |  |  |  |  |
| Пром. | Яблоки                               | 100    | 100 | 0,40  | 0,45  | 15,17 | 66,34  | 0,41 | 1,54  | 0,00  | 0,68 | 13,82  | 48,38  | 9,58  | 0,13 |  |  |  |  |
| Итого |                                      | 550    |     | 15,96 | 12,41 | 63,08 | 427,86 | 0,50 | 12,55 | 59,85 | 2,07 | 287,04 | 330,53 | 58,35 | 1,71 |  |  |  |  |

Обед

|       |                                               |        |     |       |       |        |          |      |       |        |      |        |        |        |      |  |  |  |  |
|-------|-----------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|--------|----------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--|
| 515   | Горошек консервированный                      | 100    | 100 | 3,24  | 0,09  | 8,82   | 49,05    | 0,03 | 10,80 | 180,00 | 0,80 | 115,20 | 7,80   | 30,60  | 0,70 |  |  |  |  |
| 110   | Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной | 250/10 | 260 | 2,81  | 12,74 | 15,41  | 187,54   | 0,05 | 9,86  | 78,00  | 2,16 | 231,91 | 29,47  | 26,84  | 1,20 |  |  |  |  |
| 359   | Печень, тушенная в соусе сметанном            | 100    | 100 | 15,30 | 3,86  | 6,36   | 121,38   | 0,05 | 5,00  | 0,05   | 0,37 | 27,50  | 194,83 | 16,38  | 0,13 |  |  |  |  |
| 522   | Картофель запеченный                          | 180    | 180 | 7,74  | 18,86 | 62,89  | 452,30   | 0,02 | 2,84  | 54,00  | 0,13 | 46,51  | 105,50 | 35,96  | 0,61 |  |  |  |  |
| 489   | Напиток из облепихи                           | 180    | 180 | 0,24  | 1,10  | 21,35  | 96,29    | 0,03 | 9,30  | 90,00  | 0,08 | 80,14  | 27,56  | 13,67  | 0,99 |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный                                | 70     | 70  | 6,02  | 2,24  | 30,45  | 166,04   | 0,03 | 0,00  | 7,00   | 1,27 | 6,30   | 20,48  | 4,41   | 0,27 |  |  |  |  |
| Пром. | Хлеб ржаной                                   | 90     | 90  | 7,65  | 0,81  | 25,88  | 141,39   | 0,08 | 0,00  | 9,00   | 1,47 | 18,63  | 85,86  | 20,25  | 2,43 |  |  |  |  |
| Итого |                                               | 980    |     | 43,00 | 39,71 | 171,16 | 1 214,00 | 0,28 | 37,80 | 401,15 | 6,29 | 526,20 | 471,49 | 148,12 | 6,33 |  |  |  |  |

Полдник

|       |                       |     |     |      |       |       |        |      |      |        |      |       |       |       |      |  |  |  |  |
|-------|-----------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|-------|-------|------|--|--|--|--|
| 569   | Крендель сахарный     | 150 | 150 | 7,06 | 11,54 | 41,66 | 298,77 | 0,11 | 0,00 | 15,00  | 0,00 | 23,00 | 32,49 | 7,92  | 1,31 |  |  |  |  |
| 685   | Чай каркаде с сахаром | 200 | 200 | 0,18 | 0,00  | 7,57  | 31,01  | 0,00 | 0,09 | 110,00 | 0,07 | 9,23  | 7,43  | 3,96  | 0,79 |  |  |  |  |
| Итого |                       | 350 |     | 7,24 | 11,54 | 49,23 | 329,78 | 0,11 | 0,09 | 125,00 | 0,07 | 32,24 | 39,93 | 11,88 | 2,10 |  |  |  |  |

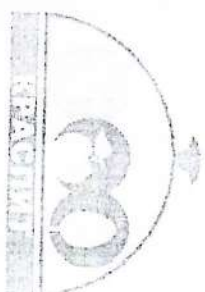
Итого за день 1 880  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

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

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

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



| № рецепта                       | Наименование блюда                                  | Масса порции | Масса (расчет) | Пищевые вещества и энергетич-с-ть |         |          |         |         |         |         |         | Витамины и минеральные вещества |         |         |      |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|----------------|-----------------------------------|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------------------------------|---------|---------|------|--|--|--|--|--|--|--|
|                                 |                                                     |              |                | Б                                 | Ж       | У        | ЭЦ      | В1      | С       | А       | Е       | Са                              | Р       | Мg      | Fe   |  |  |  |  |  |  |  |
| 1                               | 2                                                   | 3            |                | 4                                 | 5       | 6        | 7       | 8       | 9       | 10      | 11      | 12                              | 13      | 14      | 15   |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак                         |                                                     |              |                |                                   |         |          |         |         |         |         |         |                                 |         |         |      |  |  |  |  |  |  |  |
| 275                             | Каша "Здоровье" молочная вязкая, с маслом сливочным | 250/15       | 265            | 4,91                              | 12,47   | 21,39    | 217,52  | 0,00    | 0,05    | 82,15   | 1,86    | 183,32                          | 113,87  | 48,99   | 0,21 |  |  |  |  |  |  |  |
| 104                             | Бутерброд с маслом сливочным и сыром                | 15/10/20     | 45             | 5,54                              | 7,11    | 10,17    | 126,81  | 0,06    | 0,04    | 46,80   | 0,53    | 15,26                           | 89,28   | 9,41    | 0,30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 505                             | Чай черный с шиповником                             | 200          | 200            | 0,62                              | 1,16    | 21,98    | 100,84  | 0,00    | 9,50    | 0,00    | 0,08    | 12,70                           | 7,48    | 5,76    | 0,32 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром.                           | Хлеб пшеничный                                      | 70           | 70             | 6,02                              | 2,24    | 30,45    | 166,04  | 0,03    | 0,00    | 7,00    | 1,27    | 6,30                            | 20,48   | 4,41    | 0,27 |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед                            |                                                     | Итого        | 580            | 17,09                             | 22,98   | 83,99    | 611,21  | 0,09    | 9,58    | 135,95  | 3,74    | 217,58                          | 231,11  | 68,56   | 1,10 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром.                           | Овощи соевые                                        | 100          | 100            | 0,72                              | 0,09    | 1,73     | 10,61   | 0,08    | 12,50   | 55,30   | 0,40    | 12,60                           | 23,40   | 18,00   | 0,17 |  |  |  |  |  |  |  |
| 139                             | Суп гороховый на мясном бульоне                     | 250          | 250            | 6,39                              | 10,28   | 15,32    | 103,32  | 0,08    | 17,80   | 26,55   | 0,83    | 32,22                           | 137,93  | 33,57   | 1,63 |  |  |  |  |  |  |  |
| 462                             | Тефтели в красном соусе                             | 110          | 110            | 8,25                              | 7,02    | 8,18     | 128,89  | 0,01    | 1,16    | 62,56   | 0,31    | 73,90                           | 131,50  | 21,90   | 2,45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 516,01                          | Макаронные изделия отварные                         | 180          | 180            | 4,62                              | 6,02    | 56,00    | 255,67  | 0,02    | 0,00    | 24,28   | 0,21    | 57,66                           | 15,30   | 9,43    | 0,99 |  |  |  |  |  |  |  |
| 481                             | Кисель витаминный                                   | 180          | 180            | 0,13                              | 0,08    | 12,86    | 52,70   | 0,02    | 13,59   | 162,32  | 0,76    | 19,28                           | 5,35    | 4,84    | 0,70 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром.                           | Хлеб пшеничный                                      | 70           | 70             | 6,02                              | 2,24    | 30,45    | 166,04  | 0,03    | 0,00    | 7,00    | 0,86    | 6,30                            | 20,48   | 4,41    | 0,27 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром.                           | Хлеб ржаной                                         | 90           | 90             | 7,65                              | 0,81    | 25,88    | 141,39  | 0,08    | 0,00    | 9,00    | 1,47    | 18,63                           | 85,86   | 20,25   | 2,43 |  |  |  |  |  |  |  |
| Поддник                         |                                                     | Итого        | 980            | 33,16                             | 26,54   | 144,79   | 702,95  | 0,31    | 45,05   | 347,01  | 4,84    | 220,59                          | 419,81  | 112,40  | 8,63 |  |  |  |  |  |  |  |
| 579                             | Булочка дорожная йодированная                       | 150          | 150            | 10,54                             | 12,15   | 42,45    | 321,31  | 0,38    | 0,09    | 24,00   | 0,73    | 137,70                          | 119,97  | 14,50   | 0,57 |  |  |  |  |  |  |  |
| Пром.                           | Молоко пастеризованное йодированное                 | 200          | 200            | 5,04                              | 5,76    | 8,46     | 105,84  | 0,23    | 0,07    | 60,00   | 0,00    | 256,00                          | 108,00  | 25,20   | 0,18 |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого                           |                                                     | 350          |                | 15,58                             | 17,91   | 50,91    | 427,15  | 0,61    | 0,17    | 84,00   | 0,73    | 393,70                          | 227,97  | 39,70   | 0,75 |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за день                   |                                                     | 1 910        |                |                                   |         |          |         |         |         |         |         |                                 |         |         |      |  |  |  |  |  |  |  |
| Потребность в пищевых веществах |                                                     |              | 65,82          | 67,43                             | 279,69  | 1 985,80 | 0,92    | 50,49   | 586,00  | 8,48    | 845,00  | 878,89                          | 220,67  | 11,84   |      |  |  |  |  |  |  |  |
| Процент удовлетворения          |                                                     |              | 65,70          | 67,16                             | 279,59  | 1 985,60 | 0,91    | 49,00   | 585,00  | 8,40    | 840,00  | 840,00                          | 210,00  | 11,70   |      |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 |                                                     |              | 100,19%        | 100,40%                           | 100,04% | 100,70%  | 101,10% | 103,04% | 100,32% | 100,95% | 100,60% | 104,63%                         | 105,08% | 100,53% |      |  |  |  |  |  |  |  |

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

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