



Разработано и утверждено: 10
Директор ООО "ФУТ-ОЦЕРВИС"
Э.П. Харламова



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ С 1 ПО 4 КЛАССЫ (ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углевод, г	Калорийно-сть, ккал	Витамин В1, мг	Средне-дневные нормы				
								С, мг	Витамин А, мг	Е, мг	Р, мг	С, мг
№1428. Салат из моркови. Вит. А, Е, Р, С, В1, В2, В6, В12, К, Кальций, Магний, Железо, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден, Ванадий, Никель, Стронций, Барий, Цинк, Медь, Селен, Фосфор, Калий, Натрий, Хлор, Йод, Фтор, Марганец, Кобальт, Молибден,												

20%

2 день												
	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00		0,20	16,00	11,00
	Сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным	60/150/5	10,55	11,85	39,40	324,45	0,11	0,88	65,30	1,83	314,60	252,49
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	6,0	60,7	0,0	1,3	20,0	0,0	125,8	80,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00
	Итого:	545	16,10	15,29	67,08	491,55	0,24	12,18	85,30	2,45	465,08	398,49

20%

3 день												
	Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,33	0,00	0,07	21,00	0,04	100,00	60,00
	Гуляш из говядины	50/50	10,39	14,79	10,30	221,00	0,03	0,92		2,81	61,81	154,15
	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,77	2,29	39,72	214,00	0,21	0,00	0,00	0,40	23,99	207,35
	Чай с сахаром, с лимонном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32	0,00	2,03	0,00	0,01	13,25	3,96
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00
	Итого:	510	20,20	20,36	79,97	609,65	0,33	3,02	21,00	3,76	213,55	500,46

25%

4 день																
ТТ	ТТ	Свекла отварная пюре	60	1,08	0,06	5,88	28,80	0,01	34	0,00	0,06	2	30	30,60	15,60	02
		Пшеница запаренная	100	10,42	12,43	8,65	192	0,06	128	51,8	0,8	4	26	216,4	23,42	78
		Пюре картофельное маслом сливочным	1503	3,08	6,25	20,47	150,45	0,14	8,16	8,00	0,20	3	46	87,20	27,75	01
		Компот из сухофруктов (75С)	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	3	18	23,44	17,46	067
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6	0	19,50	4,20	033
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,07	0,00	0,00	0,56	1	50	60,00	18,80	156
		Итого:	583	20,16	19,55	87,63	613,75	0,33	25,51	59,80	2,46	155	50	437,14	107,23	637

[illegible]

6 день													
№ 47 Сбор рас. на проезд для обуч. во всех образов. учреждениях. 2017	80	1,05	2,50	5,17	48,32	0,02	13,68	0,00	6,71	19,98	22,65	12,07	0,37
Салат из свежей капусты с морковью													
Биточки рыбные с рисом отварным, раскатанными, с маслом сливочным	75/150/3	12,93	12,41	40,12	304,30	0,08	0,50	15,90	3,96	41,00	189,24	44,95	1,54
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32	0,00	2,03	0,00	0,01	13,25	3,96	2,15	0,33
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	538	16,08	15,39	67,32	453,34	0,14	16,20	15,90	11,10	82,92	280,85	73,28	3,41
Итого за 6 дней 1 недели:	3214	107,146	106,59	456,272	3222,193	1,41593	84,3051	279,02	27,6015	1212,318	2084,2832	587,5188	31,9515

2-3я неделя

[illegible][illegible]

3 день												
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 9 стр. 184, 2012 Дети +	Плоды и ягоды свежие (яблоки)											
	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Не 265 Сбор. уст. на рацион для общ. Во всех образоват. учреждениях 2017	50/150	15,95	19,55	39,75	408,42	0,04	0,27	0,00	4,23	176,23	40,58	2,64
Не 376 Сбор. уст. на рацион для общ. Во всех образоват. учреждениях 2017	190/110	0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 134, 2012 Дети +	Хлеб пшеничный											
	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6, стр. 144, 2012 Дети +	Хлеб ржаной											
	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:	545	19,64	20,41	79,78	593,77	0,13	10,30	0,00	4,98	127,08	236,28	63,88
6,16												

4 день														
И	Салат из моркови	60	0,74	0,06	9,88	49,02	0,03	2,02	0,00	8,04	5,46	31,86	21,63	0,40
К	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	75/150/5	11,45	12,46	31,32	289,85	0,10	0,50	23,90	4,80	11,70	147,63	38,18	2,08
Итого	Какао с молоком	200	1,58	3,54	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45
Итого	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	5,00	19,50	4,20	0,33
Итого		520	16,05	16,30	63,66	488,07	0,22	4,10	48,30	13,17	205,07	323,35	85,34	3,25
5 день														
И	Плоды и ягоды свежие (япельсины)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00		0,36	61,20	41,40	23,40	0,54
К	Овощи тушеные с мясом	50/150	12,48	15,68	19,34	271,50	0,12	18,77	39,00	4,67	89,15	148,63	39,69	2,23
Итого	Компот из сухофруктов (75С)	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67
Итого	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,70	9,40	0,78
Итого		600	16,08	16,37	63,87	481,30	0,24	127,49	39,00	5,82	188,33	243,47	89,95	4,21
6 день														
И	Салат из свежей капусты с морковью	80	1,05	2,60	5,17	48,32	0,02	13,88	0,00	6,71	19,98	22,85	12,07	0,37
К	Котлеты "Аппетитные" с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным	75/150/3	15,16	16,19	44,63	386,76	0,26	1,49	71,98	1,73	41,59	320,78	154,60	6,23
Итого	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32	0,00	2,03	0,00	0,01	13,25	3,96	2,16	0,33
Итого	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	0,50	9,00	29,25	6,30	0,50
Итого		553	19,74	19,17	82,09	582,15	0,33	17,20	71,98	8,94	83,82	376,63	175,14	7,43
Итого за 6 дней 2 недели:		3266	107,431	107,358	433,323	3172,017	1,38215	236,912	240,5192	40,4361	1124,873	1821,0903	580,2472	28,0094
ВСЕГО за 12 дней:		5907	214,577	213,948	899,595	6394,21	2,79808	301,217	519,8392	88,0368	2337,19	3905,3739	1167,766	59,9609
В среднем на 1 учащегося в день:		542	17,88	17,83	74,13	532,85	0,23	25,10	43,30	5,67	194,77	325,45	97,31	5,00

20%

20%

25%

20-25%