

Ycaand UA

Э. Р. Харионов



общееобразовательные организации с режимом обучения до 6 часов	Вита
--	------

№ 203 Стор. 90. На про
образ. выпуск. Акт 2017

№ 377 Сбор. рц. На прод.-мо для общ. Во всек образ.учреж.Днем 2017	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	2,16	0,33
Хлеб состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дети +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хлеб 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	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		520	15,64	15,89	66,28	426,51	0,19	3,17	42,94	1,00	161,66	265,51	63,38	2,68

	6 День																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
--	--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Итого за 6 дней 1 недели:													
2379													
Наименование блюд													
Выход,г													
Белки, г													
Жиры, г													
Углевод, кJ, г													
Калорийно, кJ, ккал													
Витамин В1, мг													
Витамин С, мг													
Витамин А, мг													
Витамин Е, мг													
Са, мг													
Р, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													
Fe, мг													
Na, мг													
K, мг													
Ca, мг													
Mg, мг													

															2 День													
															Шш из свежей капусты, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной													
№ 315 Сбор. рц. На прод.-мо для общ. Во всек образов.учреж.-Днем 2017															250/10/5	3,89	6,87	8,16	117,46	0,07	15,85	7,00	2,43	55,80	72,82	25,80	0,0	
															200	0,16	0,16	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,98	4,40	5,14	0,0	
№ 314 Сбор. рц. На прод.-мо для общ. Во всек образов.учреж.-Днем 2017															20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,0	
Умк. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6, стр. 144, 2012																												
Днем +															Хлеб ржаной	485	5,37	7,27	33,98	231,66	0,11	16,75	7,00	2,79	75,48	107,22	40,34	2,0
															Итого:													
															3 День	50/50	9,05	6,09	3,80	105,00	0,05	3,73	5,82	2,52	39,07	162,19	48,53	0,0
№ 279 Сбор. рц. На прод.-мо для общ. Во всек образов.учреж.-Днем 2017															Рыба: тушеная в томате с овощами	180	3,71	8,38	24,58	188,46	0,17	21,79	14,40	0,25	45,23	104,99	33,30	1
№ 313 Сбор. рц. На прод.-мо для общ. Во всек образов.учреж.-Днем 2017															Пюре картофельное	200	0,60	0,10	30,20	123,60	0,00	1,10			15,70	16,30	3,36	0
ТМ															Кисель													

Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 134, 2012 Дети +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6, стр. 134, 2012 Дети +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Дети +	Итого:	520	16,20	14,97	76,34	503,66	0,28	26,62	20,22	3,27	109,80	326,48	97,39	3,44

№ 143/241 Сбор реч. На продажу для общ., во всех объемах, кроме 2017	Овощи тушеные с мясом	50/150	12,48	15,68	19,34	271,50	0,12	18,77	39,00	4,67	59,15	148,63	39,69	2,23
№ 377 Сбор реч. На продажу для общ., во всех объемах, кроме 2017	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	2,16	0,33
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6, стр. 144, 2012	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:	Итого:	420	13,91	15,94	37,41	352,42	0,15	20,80	39,00	4,96	78,20	182,59	51,25	3,34
№ 377 Сбор реч. На продажу для общ., во всех объемах, кроме 2017	Суп картофельный на курином бульоне с мясом птицы	250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,06	0,84	15,88	1,61	32,53	62,65	17,65	0,60
№ 377 Сбор реч. На продажу для общ., во всех объемах, кроме 2017	Компот из свежих яблок (75С)	200	0,16	0,16	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,86	4,40	5,14	0,92
№ 377 Сбор реч. На продажу для общ., во всех объемах, кроме 2017	Хлеб ржаной	30	1,96	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	Итого:	490	6,82	5,20	46,68	274,20	0,12	1,74	15,88	2,11	55,11	112,05	36,89	2,69
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6, стр. 144, 2012	Итого за 6 дней 2 недели:	2945	71,43	70,45	320,91	2228,39	1,26	73,40	133,34	20,13	492,08	1137,50	366,43	19,63
	ВСЕГО за 12 дней:	6920	143,13	143,05	680,80	4553,37	2,32	103,55	272,02	37,64	1071,56	2362,84	793,24	44,63
	Итого:	493	11,93	11,92	56,73	379,45	0,19	8,63	22,67	3,14	89,30	196,90	66,10	3,71
	В среднем на 1 учащегося в день:													