


# TR сервис

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ООО «ТроСервис Таймыр»

  
С.Г. Дьяков

« 31 » \_\_\_\_\_ 2022 г.  


**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ (МАОУ) «ШШ 23»

  
Н.В. Горваяка

« 31 » \_\_\_\_\_ 2022 г.  


## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях

на 2022-2023 гг.

г. Норильск – 2022г.



№ рецептура	Продукты питания, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг/сутки)						Минеральные вещества (мг/сутки)						
							C	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	A	D	Кальций Ca	Фосфор P	Магний Mg	Железо Fe	Калий K	Натрий Na	Селен Se	Фтор F
<b>1 неделя</b>																			
	<b>Завтрак младших классов</b>																		
15/2015	Сыр	1/20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,14	0,01	0,06	52,00	1,27	176,00	100,00	7,00	0,20	17,60	0,00	0,00	0,11
18/2015	Каша молочная манная с маслом	1/210	6,11	10,72	32,38	251,00	1,17	0,08	0,17	58,00	1,30	133,77	118,19	20,30	0,47	187,69	0,01	0,00	0,09
30/2015	Каша с молоком	1/200	4,08	3,54	12,59	98,65	1,59	0,06	0,19	24,40	0,08	152,22	124,56	21,34	0,48	216,34	0,01	0,00	0,04
33/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,00	0,02
ПОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	26,10	9,90	0,60	39,90	0,00	0,00	0,00
ПОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>19,53</b>	<b>21,01</b>	<b>75,99</b>	<b>578,05</b>	<b>62,90</b>	<b>0,27</b>	<b>0,48</b>	<b>134,90</b>	<b>2,67</b>	<b>512,29</b>	<b>423,25</b>	<b>81,34</b>	<b>2,83</b>	<b>705,53</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
5/2015	Салат из овощей с огурцами соевыми	1/60	0,85	3,62	3,77	51,00	3,57	0,02	0,02			18,43	23,70	11,17	0,64	130,02	0,00	0,00	0,04
8/2015	Борщ со свежей капустой	1/250	1,80	4,92	10,93	103,75	10,68	0,05	0,05	0,05	0,05	49,73	54,60	26,13	1,23	385,30	0,00	0,00	0,22
φ	Сметана в первом блюде	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01
36/2015	Блюшки особые с маслом	1/95	15,11	19,64	11,88	287,70	0,23	0,16	0,14	23,60	0,54	29,70	170,37	30,82	2,36	193,32	0,01	0,00	0,11
30/2015	Каша рисовая рассыпчатая	1/150	3,58	4,77	39,30	214,50		0,03	0,02		0,07	11,11	85,87	2,93	0,61	52,46	0,00	0,00	0,20
34/2015	Компот из яблок свежемороженой с вил. °С	1/200	0,00	0,00	14,97	56,05	0,00	0,02	0,02	80,00		0,40	23,00	0,00	0,06	208,85	0,00	0,00	0,01
ПОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ПОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>26,58</b>	<b>34,72</b>	<b>111,46</b>	<b>873,55</b>	<b>14,53</b>	<b>0,39</b>	<b>0,30</b>	<b>110,25</b>	<b>0,78</b>	<b>138,12</b>	<b>434,09</b>	<b>96,70</b>	<b>6,59</b>	<b>1089,20</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,60</b>
<b>Полдник младших классов</b>																			
13/13/4/2015	Блюшки фаршированные творогом	1/100	10,07	1,03	25,54	149,37	3,47	0,03	0,14	13,33	0,60	66,06	99,60	17,53	1,44	212,67	0,01	0,00	0,12
38/2015	Сок фруктовый	1/200	0,00	0,00	22,40	90,00	8,00	0,02	0,04		0,04	40,00	36,00	20,00	0,40	500,00	0,00	0,00	0,03
	<b>Итого:</b>		<b>10,07</b>	<b>1,03</b>	<b>47,94</b>	<b>230,37</b>	<b>11,47</b>	<b>0,05</b>	<b>0,18</b>	<b>13,33</b>	<b>0,64</b>	<b>106,06</b>	<b>135,60</b>	<b>37,53</b>	<b>1,84</b>	<b>712,67</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,15</b>
<b>Итого за день (включая завтрак)</b>																			
	<b>Завтрак старших классов</b>		<b>56,18</b>	<b>56,76</b>	<b>235,38</b>	<b>1690,97</b>	<b>80,89</b>	<b>0,71</b>	<b>0,96</b>	<b>258,48</b>	<b>4,09</b>	<b>756,47</b>	<b>992,94</b>	<b>215,57</b>	<b>11,23</b>	<b>2507,40</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	<b>1,03</b>
15/2015	Сыр	1/30	6,96	8,85	0,00	108,00	0,21	0,01	0,09	78,00	1,40	264,00	150,00	10,50	0,30	26,40	0,01	0,00	0,12
2/6/2015	Тунис	1/150	21,83	22,19	4,34	304,50	1,38	0,05	0,15			32,72	231,23	33,05	4,59	467,25	0,01	0,00	0,08
30/2/2015	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	10,32	7,31	46,37	292,50		0,25	0,14	27,18	0,08	17,78	244,71	162,99	5,47	311,54	0,00	0,01	0,16
38/2/2015	Каша с молоком	1/200	4,08	3,54	12,59	98,65	1,59	0,06	0,19	24,40	0,08	152,22	124,56	21,34	0,48	216,34	0,01	0,00	0,04
33/2/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02	
ПОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,30	0,80	53,20	0,00	0,00	0,01
ПОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>49,12</b>	<b>42,81</b>	<b>99,14</b>	<b>983,55</b>	<b>63,18</b>	<b>0,51</b>	<b>0,63</b>	<b>130,18</b>	<b>1,58</b>	<b>519,32</b>	<b>839,70</b>	<b>263,88</b>	<b>12,72</b>	<b>1318,73</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
5/2015	Салат из овощей с огурцами соевыми	1/100	1,42	6,03	6,28	85,00	5,95	0,03	0,03			30,72	39,50	18,62	1,07	216,70	0,01	0,00	0,06
8/2015	Борщ со свежей капустой	1/250	1,80	4,92	10,93	103,75	10,68	0,05	0,05	0,05	0,05	49,73	54,60	26,13	1,23	385,30	0,00	0,00	0,22
φ	Сметана в первом блюде	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01
36/2015	Блюшки особые с маслом	1/110	16,82	25,10	13,36	349,50	0,26	0,18	0,16	44,00	0,60	33,00	189,30	34,24	2,62	214,80	0,01	0,00	0,12
30/2/2015	Каша рисовая рассыпчатая	1/180	4,30	5,72	47,16	257,40		0,04	0,03		0,07	13,33	103,04	3,52	0,73	62,95	0,00	0,00	0,22
38/2015	Компот из яблок свежемороженой с вил. °С	1/200	0,00	0,00	14,97	56,05	0,00	0,02	0,02	80,00		0,40	23,00	0,00	0,06	208,85	0,00	0,00	0,01
ПОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ПОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>32,19</b>	<b>44,07</b>	<b>138,87</b>	<b>1090,40</b>	<b>16,94</b>	<b>0,49</b>	<b>0,36</b>	<b>131,00</b>	<b>0,84</b>	<b>168,78</b>	<b>530,44</b>	<b>122,91</b>	<b>8,48</b>	<b>1274,80</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,66</b>
<b>Полдник старших классов</b>																			
37/3/4/2015	Блюшки фаршированные творогом	1/150	15,10	1,54	38,31	224,05	5,20	0,05	0,21	20,00	0,90	99,10	149,40	26,30	2,17	319,00	0,01	0,00	0,18
38/2015	Сок фруктовый	1/200	0,00	0,00	22,40	90,00	8,00	0,02	0,04		0,04	40,00	36,00	20,00	0,40	500,00	0,00	0,00	0,03
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>90,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>40,00</b>	<b>36,00</b>	<b>20,00</b>	<b>0,40</b>	<b>500,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого за день (включая завтрак)</b>		<b>81,31</b>	<b>86,88</b>	<b>260,40</b>	<b>2163,95</b>	<b>88,11</b>	<b>1,02</b>	<b>1,03</b>	<b>261,18</b>	<b>2,46</b>	<b>728,10</b>	<b>1406,14</b>	<b>406,79</b>	<b>21,68</b>	<b>3093,50</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>1,11</b>

№ партии	Гидры пилон, наименование блока	Масса пилон, т	Биты т	Жиды т	Углерода т	Энерг. ценность, ккал	Витаминный состав (мг/кг)						Минеральный состав (мг/кг)										
							С	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	A	D	Кальций Са	Фосфор P	Магний Mg	Железо Fe	Калий К	Йод I	Селен Se	Фтор F				
<b>1 пилон</b>																							
	<b>Завтрак младших классов</b>																						
1/2015	Бульбобул с мясом	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00																	
22/2015	Запеканка из творога с мясом и сухими грибами	1/150	23,26	17,05	37,05	394,56	0,61	0,09	0,44	101,64	4,66	275,32	322,04	38,50	1,04	262,64	0,03	0,04	0,18				
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00		34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02				
372/2015	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00				
	<b>Итого:</b>		<b>26,45</b>	<b>24,76</b>	<b>75,24</b>	<b>635,56</b>	<b>63,44</b>	<b>0,16</b>	<b>0,49</b>	<b>141,64</b>	<b>6,16</b>	<b>329,92</b>	<b>371,94</b>	<b>58,10</b>	<b>2,05</b>	<b>511,84</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>0,20</b>				
<b>Обед младших классов</b>																							
59/2015	Салат из моркови с яблоками	1/60	0,64	0,10	5,11	23,94	2,63	0,03	0,05	430,44		14,40	26,72	18,23	0,64	130,14	0,00	0,00	0,00				
88/2015	Распашник "Ленинградский"	1/250	2,02	5,09	11,98	107,25	8,38	0,09	0,06			29,15	56,73	24,18	0,93	476,55	0,00	0,00	0,03				
φ	Сметана к горячим блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01				
268/2015	Шпинат с мясной с мясом	1/95	14,81	16,88	12,83	265,20	0,31	0,07	0,14	24,32	0,08	37,87	168,72	50,20	2,51	176,03	0,00	0,00	0,04				
317/2015	Рыбу на овощах	1/150	2,75	5,99	15,87	130,50	35,69	0,09	0,08	0,03	0,30	52,17	71,03	33,33	1,14	461,12	0,00	0,00	0,03				
φ	Компот из сухофруктов с янт. "С"	1/200	0,66	0,09	27,02	112,85	0,73	0,02	0,02			32,33	23,44	17,46	0,70	229,65	0,00	0,00	0,07				
349/2015	Чай с лимоном	1/45	3,36	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01				
FOCT 31805-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01				
	<b>Итого:</b>		<b>27,54</b>	<b>30,23</b>	<b>111,83</b>	<b>843,19</b>	<b>47,77</b>	<b>0,45</b>	<b>0,42</b>	<b>461,64</b>	<b>0,50</b>	<b>204,06</b>	<b>484,58</b>	<b>178,85</b>	<b>8,39</b>	<b>1639,73</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,19</b>				
<b>Полдник младших классов</b>																							
410/2015	Вареники с повидлом	1/100	4,33	2,36	45,86	222,03	0,11	0,11	0,05	24,00	1,00	117,60	57,07	23,20	1,44	117,60	0,02	0,00	0,04				
386/2015	Кефир	1/200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,08	0,34	40,00	0,70	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,00	0,30				
	<b>Итого:</b>		<b>10,13</b>	<b>8,76</b>	<b>53,86</b>	<b>340,03</b>	<b>1,51</b>	<b>0,19</b>	<b>0,39</b>	<b>64,00</b>	<b>1,70</b>	<b>357,60</b>	<b>247,07</b>	<b>51,20</b>	<b>1,64</b>	<b>409,60</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>0,34</b>				
<b>Итого в день (кitchen классы)</b>																							
	<b>Завтрак старших классов</b>		<b>64,32</b>	<b>63,75</b>	<b>240,93</b>	<b>1818,78</b>	<b>112,72</b>	<b>0,80</b>	<b>1,30</b>	<b>667,28</b>	<b>8,35</b>	<b>891,59</b>	<b>1073,59</b>	<b>288,15</b>	<b>12,08</b>	<b>2561,18</b>	<b>0,08</b>	<b>0,05</b>	<b>0,74</b>				
1/2015	Бульбобул с мясом	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00		0,03	0,02	40,00	1,50	8,40	22,50	4,20	0,35	30,90	0,00	0,00	0,01				
223/2015	Запеканка из творога с мясом и сухими грибами	1/200	32,05	23,09	45,55	517,96	0,74	0,12	0,57	138,74	5,32	348,83	428,85	50,29	1,45	326,45	0,04	0,05	0,19				
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00		34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02				
372/2015	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00				
FOCT 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/20	1,80	0,20	9,66	47,00		0,03	0,01	0,20	0,01	4,60	17,40	6,60	0,40	26,60	0,00	0,00	0,00				
	<b>Итого:</b>		<b>37,24</b>	<b>31,00</b>	<b>93,40</b>	<b>805,96</b>	<b>63,57</b>	<b>0,23</b>	<b>0,63</b>	<b>178,94</b>	<b>6,83</b>	<b>410,03</b>	<b>496,15</b>	<b>76,49</b>	<b>2,86</b>	<b>602,25</b>	<b>0,04</b>	<b>0,05</b>	<b>0,22</b>				
<b>Обед старших классов</b>																							
59/2015	Салат из моркови с яблоками	1/100	1,06	0,17	8,52	39,90	4,38	0,05	0,08	717,40		23,99	44,53	30,39	1,07	216,90	0,00	0,00	0,00				
88/2015	Распашник "Ленинградский"	1/250	2,02	5,09	11,98	107,25	8,38	0,09	0,06			29,15	56,73	24,18	0,93	476,55	0,00	0,00	0,03				
φ	Сметана к горячим блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01				
268/2015	Шпинат с мясной с мясом	1/110	16,50	22,20	14,32	326,00	0,34	0,08	0,16	44,80	0,14	43,14	188,80	55,78	2,80	186,92	0,00	0,00	0,04				
317/2015	Рыбу на овощах	1/180	3,29	7,18	19,04	156,60	42,82	0,11	0,09	0,04	0,35	62,60	85,23	40,00	1,37	553,34	0,00	0,00	0,03				
349/2015	Компот из сухофруктов с янт. "С"	1/200	0,66	0,09	27,02	112,85	0,73	0,02	0,02			32,33	23,44	17,46	0,70	229,65	0,00	0,00	0,07				
FOCT 31805-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01				
	<b>Итого:</b>		<b>4,30</b>	<b>0,95</b>	<b>25,25</b>	<b>128,70</b>		<b>0,11</b>	<b>0,05</b>	<b>0,60</b>	<b>0,01</b>	<b>28,20</b>	<b>94,20</b>	<b>29,40</b>	<b>2,34</b>	<b>141,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>				
<b>Полдник старших классов</b>																							
410/2015	Вареники с повидлом	2/75	6,49	3,54	68,79	333,04	0,16	0,16	0,08	36,00	1,50	176,40	85,60	34,80	2,16	176,40	0,03	0,00	0,06				
386/2015	Кефир	1/200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,08	0,34	40,00	0,70	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,00	0,30				
	<b>Итого:</b>		<b>12,29</b>	<b>9,94</b>	<b>76,79</b>	<b>451,04</b>	<b>1,56</b>	<b>0,24</b>	<b>0,42</b>	<b>76,00</b>	<b>2,20</b>	<b>416,40</b>	<b>275,60</b>	<b>62,80</b>	<b>2,36</b>	<b>468,40</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	<b>0,36</b>				
<b>Итого в день (старшие классы)</b>																							
			<b>82,35</b>	<b>78,29</b>	<b>385,75</b>	<b>2281,20</b>	<b>131,81</b>	<b>1,02</b>	<b>1,57</b>	<b>1024,28</b>	<b>9,64</b>	<b>1068,05</b>	<b>1372,08</b>	<b>357,29</b>	<b>15,44</b>	<b>2977,21</b>	<b>0,10</b>	<b>0,06</b>	<b>0,80</b>				

№ рецептура	Группы плесн., наименования биолог.	Масса плесени, %	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Энергет. ценность, ккал	Витаминный состав (мг/100г)						Минеральный состав (мг/100г)									
							C	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	A	D	Кальций Ca	Фосфор P	Магний Mg	Железо Fe	Калий K	Натрий Na	Селен Se	Фтор F			
<b>1 медведь</b>																						
	Завтрак младших классов																					
522/1996	Овоши консервированные	1/20	0,89	0,19	2,36	14,20	1,86	0,01	0,01	10,00		4,80	13,00	3,60	0,22	21,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
234/2015	Копченая рыба/пюре с маслом сливочным	1/100	11,71	11,64	14,40	210,00	0,59	0,07	0,14	48,46	1,63	67,09	169,91	37,35	1,33	278,54	0,00	0,00	0,00	0,51		
312/2015	Пюре картофельное	1/150	3,07	4,80	20,44	137,25	18,16	1,14	0,11		0,01	36,98	86,60	27,75	1,01	648,45	0,00	0,00	0,00	0,04		
431/2003	Чай с молоком	1/200	1,54	1,63	9,36	56,00	0,72	0,02	0,08	10,00	1,00	63,30	50,76	10,08	0,62	90,57	0,01	0,00	0,00	0,02		
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00		34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
FOCT 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	26,10	9,90	0,60	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00		
FOCT 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,00	0,01		
	<b>Итого:</b>		<b>21,91</b>	<b>19,11</b>	<b>77,56</b>	<b>573,85</b>	<b>81,33</b>	<b>1,37</b>	<b>0,40</b>			<b>222,47</b>	<b>400,77</b>	<b>111,48</b>	<b>4,86</b>	<b>1322,46</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,58</b>		
<b>Обед младших классов</b>																						
67/2015	Винегрет овощной	1/60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	0,03	0,03	718,38		18,74	25,96	11,72	0,50	169,80	0,00	0,00	0,00	0,01		
99/2015	Суп из овощей	1/250	1,59	4,99	9,15	95,25	10,38	0,07	0,05	122,15	0,02	34,85	49,28	20,75	0,78	384,10	0,00	0,00	0,00	0,12		
288/2017	Курочка отварная с маслом	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,00	0,01		
171/2017	Курочка отварная с маслом	1/100	21,30	23,47	0,43	298,18	2,14	0,04	0,14	89,27	0,08	50,90	151,80	18,43	1,72	160,18	0,01	0,00	0,00	0,12		
387/2003	Копчет на курицы свежемороженой	1/150	4,35	7,30	30,85	206,25	0,00	0,03	0,03	37,50	2,25	29,73	151,18	19,78	0,88	81,94						
FOCT 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/200	0,40	0,20	18,10	73,05	30,00	0,01	0,02	0,50	0,01	20,30	11,50	9,00	0,65	80,95	0,00	0,00	0,00	0,00		
FOCT 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,00	0,01		
	<b>Итого:</b>		<b>1,43</b>	<b>0,32</b>	<b>8,42</b>	<b>42,90</b>	<b>48,34</b>	<b>0,29</b>	<b>0,32</b>	<b>974,45</b>	<b>2,47</b>	<b>183,27</b>	<b>466,27</b>	<b>105,32</b>	<b>6,22</b>	<b>996,22</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>		
<b>Полдник младших классов</b>																						
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками	1/100	3,98	2,28	47,20	225,20	3,04	0,11	0,05	4,25	0,10	21,79	51,09	20,39	2,16	150,57	0,00	0,00	0,00	0,01		
386/2015	Кисломолочный продукт	1/200	8,20	3,00	11,80	114,00	1,20	0,06	0,30	20,00	0,50	248,00	190,00	30,00	0,30	304,00	0,02	0,00	0,00	0,31		
	<b>Итого:</b>		<b>12,18</b>	<b>5,28</b>	<b>59,00</b>	<b>339,20</b>	<b>4,24</b>	<b>0,17</b>	<b>0,35</b>	<b>24,25</b>	<b>0,60</b>	<b>269,79</b>	<b>241,09</b>	<b>50,39</b>	<b>2,36</b>	<b>454,57</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>		
<b>Итого в день (суммируя классы)</b>																						
	<b>Завтрак старшие классы</b>		<b>67,80</b>	<b>68,14</b>	<b>230,07</b>	<b>1821,29</b>	<b>133,92</b>	<b>1,83</b>	<b>1,07</b>	<b>1667,66</b>	<b>5,73</b>	<b>675,54</b>	<b>1108,13</b>	<b>267,19</b>	<b>13,44</b>	<b>2773,26</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>1,18</b>		
	<b>Обед старшие классы</b>		<b>1,34</b>	<b>0,29</b>	<b>3,54</b>	<b>21,30</b>	<b>2,79</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>15,00</b>		<b>7,20</b>	<b>19,50</b>	<b>5,40</b>	<b>0,33</b>	<b>31,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
522/1996	Овоши консервированные	1/30	1,34	0,29	3,54	21,30	2,79	0,02	0,01	15,00		7,20	19,50	5,40	0,33	31,50	0,00	0,00	0,00	0,00		
234/2015	Копченая рыба/пюре с маслом сливочным	1/110	13,00	12,46	15,98	229,00	0,66	0,08	0,15	49,40	1,79	74,28	188,46	41,50	1,48	309,16	0,00	0,00	0,00	0,56		
312/2015	Пюре картофельное	1/180	3,68	5,76	24,53	164,70	21,79	0,17	0,13		0,01	44,37	103,91	33,30	1,21	778,14	0,01	0,00	0,00	0,05		
431/2003	Чай с молоком	1/200	1,54	1,63	9,36	56,00	0,72	0,02	0,08	10,00	1,00	63,30	50,76	10,08	0,62	90,57	0,01	0,00	0,00	0,04		
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00		34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,00	0,02		
FOCT 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	0,00	0,01		
FOCT 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,00	0,01		
	<b>Итого:</b>		<b>25,48</b>	<b>21,05</b>	<b>89,24</b>	<b>650,90</b>	<b>85,96</b>	<b>0,43</b>	<b>0,45</b>	<b>75,00</b>	<b>2,82</b>	<b>241,75</b>	<b>451,83</b>	<b>126,28</b>	<b>5,52</b>	<b>1806,57</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,69</b>		
	<b>Обед старшие классы</b>		<b>1,40</b>	<b>10,04</b>	<b>7,29</b>	<b>125,10</b>	<b>9,63</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>1197,20</b>		<b>31,24</b>	<b>43,27</b>	<b>19,53</b>	<b>0,83</b>	<b>283,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>		
67/2015	Винегрет овощной	1/100	1,40	10,04	7,29	125,10	9,63	0,04	0,04	1197,20		31,24	43,27	19,53	0,83	283,00	0,00	0,00	0,00	0,02		
99/2015	Суп из овощей	1/250	1,59	4,99	9,15	95,25	10,38	0,07	0,05	122,15	0,02	34,85	49,28	20,75	0,78	384,10	0,00	0,00	0,00	0,12		
288/2017	Курочка отварная с маслом	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,00	0,01		
171/2017	Курочка отварная с маслом	1/110	23,48	25,82	0,48	328,00	2,36	0,04	0,16	98,20	0,10	56,00	167,00	20,28	1,90	176,20	0,01	0,00	0,00	0,16		
387/2003	Копчет на курицы свежемороженой	1/180	5,22	8,76	37,02	247,50	0,00	0,04	0,04	45,00	2,70	35,68	181,42	23,73	1,06	98,33						
FOCT 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/200	0,40	0,20	18,10	73,05	30,00	0,01	0,02	0,50	0,01	20,30	11,50	9,00	0,65	80,95	0,00	0,00	0,00	0,00		
FOCT 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,00	0,01		
	<b>Итого:</b>		<b>39,95</b>	<b>52,11</b>	<b>118,30</b>	<b>1107,60</b>	<b>52,42</b>	<b>0,38</b>	<b>0,39</b>	<b>1470,15</b>	<b>2,94</b>	<b>219,67</b>	<b>573,47</b>	<b>133,69</b>	<b>7,98</b>	<b>1208,78</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>0,34</b>		
<b>Полдник старшие классы</b>																						
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками	2/75	5,97	3,42	70,80	337,80	4,56	0,16	0,08	6,38	0,15	32,69	76,64	30,59	3,24	225,86	0,00	0,00	0,00	0,02		
386/2015	Кисломолочный продукт	1/200	8,20	3,00	11,80	114,00	1,20	0,06	0,30	20,00	0,50	248,00	190,00	30,00	0,30	304,00	0,02	0,00	0,00	0,31		
	<b>Итого:</b>		<b>14,17</b>	<b>6,42</b>	<b>82,60</b>	<b>451,80</b>	<b>5,76</b>	<b>0,22</b>	<b>0,38</b>	<b>26,38</b>	<b>0,65</b>	<b>280,69</b>	<b>266,64</b>	<b>60,59</b>	<b>3,44</b>	<b>529,86</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,33</b>		
	<b>Итого в день (суммируя классы)</b>		<b>79,60</b>	<b>79,58</b>	<b>290,14</b>	<b>2210,80</b>	<b>144,16</b>	<b>1,03</b>	<b>1,22</b>	<b>1571,53</b>	<b>5,42</b>	<b>742,11</b>	<b>1291,94</b>	<b>310,56</b>	<b>16,94</b>	<b>3245,21</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>1,38</b>		

№ рецептура	Группы птиц, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Витамины (мг/сутки)						Минеральные вещества (мг/сутки)									
							С	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	А	Д	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Калий К	Натр Na	Селен Se	Фтор F			
<b>Источники</b>																						
17/2003	Обед младших классов	1/60	0,96	5,09	4,73	68,00	6,24	0,02	0,02	8,00	0,00	15,77	24,03	10,56	0,73	127,94	0,00	0,00	0,00			
17/2003	Салат "Бурчат"	1/250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05			49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	0,00			
88/2015	Шу со свежей капустой	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,00			
88/2015	Сметана к первым блюдам	1/220	22,96	17,38	28,31	373,50	24,08	5,96	2,13	914,20	2,10	63,66	539,91	100,10	9,53	2024,25	0,01	0,07	0,41			
342/2015	Закусочная картофельная с печенюхой с маслом	1/200	0,16	0,16	22,89	94,65	0,90	0,01	0,01			14,40	4,40	5,14	0,94	112,29	0,00	0,00	0,00			
342/2015	Конфит из свежих помидор с вилг "С"	1/45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	30,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01			
ТОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,00			
ТОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный		31,08	29,35	94,44	786,45	47,05	6,16	2,26	928,85	2,22	171,43	693,89	163,58	13,72	2767,06	0,02	0,07	0,47			
<b>Итого:</b>																						
	Подливки младших классов																					
406/461/2015	Пирожки печеные с капустой	1/100	5,00	3,60	27,70	163,22	0,90	0,10	0,05	4,25	0,60	33,18	67,70	24,74	1,18	121,48	0,00	0,00	0,00			
385/2015	Молоко кипяченое	1/200	5,80	5,00	9,60	107,00	2,60	0,08	0,30	40,00	2,00	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,34			
	Итого:		10,80	8,60	37,30	276,22	3,50	0,18	0,35	44,25	2,60	273,18	247,70	52,74	1,38	413,48	0,02	0,01	0,40			
<b>ИТОГО в день (каждый класс)</b>																						
	Завтрак старших классов		64,61	55,10	221,16	1629,37	115,64	6,59	2,81	1007,81	4,89	542,22	1229,37	299,13	18,93	3760,06	0,05	0,09	1,04			
522/1996	Омлет консервированный	1/30	1,34	0,29	3,54	21,30	2,79	0,02	0,01	15,00	0,06	7,20	19,50	5,40	0,33	31,50	0,00	0,00	0,00			
291/2007	Плов из говядины	1/275	26,88	19,07	54,74	500,88	4,96	0,16	0,20	40,00	0,06	44,82	285,83	63,64	2,47	401,82	0,01	0,01	0,19			
376/2015	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02			
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00	0,01	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02			
ТОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	0,01			
ТОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01			
	Итого:		34,21	20,29	109,13	762,08	67,78	0,32	0,28	55,60	0,08	115,72	397,33	106,44	4,95	739,12	0,01	0,02	0,24			
<b>Итого:</b>																						
	Обед старших классов																					
1 г/а	Салат "Бурчат"	1/100	1,60	8,48	7,88	113,33	10,40	0,03	0,03	14,00	0,00	26,28	40,65	17,60	1,22	213,23	0,00	0,00	0,00			
88/2015	Шу со свежей капустой	1/250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05			49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	0,03			
88/2015	Сметана к первым блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01			
284/2015	Закусочная картофельная с печенюхой с маслом	1/290	30,58	21,76	37,70	485,00	32,10	7,94	2,84	1217,60	2,70	84,08	718,88	133,46	12,70	2698,00	0,02	0,09	0,54			
342/2015	Конфит из свежих помидор с вилг "С"	1/200	0,16	0,16	22,89	94,65	0,90	0,01	0,01			14,40	4,40	5,14	0,94	112,29	0,00	0,00	0,01			
ТОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01			
ТОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01			
	Итого:		41,96	37,65	122,64	1021,43	59,23	8,22	3,01	1236,60	2,82	215,21	933,33	218,73	18,45	3593,05	0,03	0,09	0,60			
<b>Итого:</b>																						
	Полдник старших классов																					
406/461/2015	Пирожки печеные с капустой	2/75	7,50	5,40	41,55	244,83	1,35	0,15	0,08	6,37	0,90	49,77	101,55	37,11	1,77	182,22	0,00	0,00	0,34			
385/2015	Молоко кипяченое	1/200	5,80	5,00	9,60	107,00	2,60	0,08	0,30	40,00	2,00	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,43			
	Итого:		13,30	10,40	51,15	351,83	3,95	0,23	0,38	46,37	2,90	289,77	281,55	65,11	1,97	474,22	0,02	0,01	0,77			
<b>ИТОГО в день (старшие классы)</b>																						
			89,47	68,34	282,91	2136,34	136,96	8,76	3,66	1340,57	8,80	620,73	1612,21	390,28	28,38	4866,39	0,06	0,11	1,27			











№ рецептуры	Процесс выпечки, наименование смеси	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витаминный (мг/100г)						Микроэлементы (мг/100г)					
							C	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	A	D	Ca	Фосфор, P	Магний, Mg	Железо, Fe	Калий, K	Натрий, Na	Селен, Se
<b>2 рецепта</b>																		
	<b>Запеканка мясных классов</b>																	
522/09/6	Омлет консервированный	1/20	0,89	0,19	2,36	14,20	1,86	0,01	0,01	10,00	4,80	13,00	3,60	0,22	21,00	0,00	0,00	
261/30/2015	Печенье тушени в соусе	1/150	18,99	10,14	5,72	211,50	43,29	0,29	2,10	831,10	2,02	38,43	334,94	22,20	7,08	300,45	0,01	0,07
312/2015	Пюре картофельное	1/150	3,07	4,80	20,44	137,25	18,16	1,14	0,11	10,00	0,01	36,98	88,60	27,75	1,01	648,45	0,01	0,00
412/2003	Чай с молоком	1/200	1,54	1,63	9,36	56,00	0,72	0,02	0,08	10,00	1,00	63,30	50,76	10,08	0,62	90,57	0,01	0,00
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	26,10	9,90	39,90	0,00	0,00	
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	47,00	0,00	0,00	
	<b>Нитро:</b>		29,19	17,61	68,88	573,35	124,03	1,58	2,36	851,60	3,05	193,81	566,80	96,33	10,61	1344,37	0,03	0,07
	<b>Обед мясных классов</b>																	
62/2015	Салат из моркови с сахаром	1/60	0,74	0,06	6,89	40,02	2,02	0,03	0,04	0,04	15,46	31,66	21,63	0,40	113,94	0,00	0,00	
88/2015	Щи со свежей капустой	1/250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	6,00	49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	
φ	Сметана к первым блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	
297/2015	Фрикадельки из бройлеров-циплят с маслом	1/95	12,32	15,50	7,24	218,40	0,92	0,04	0,10	55,82	42,62	95,19	12,98	1,01	100,21	0,00	0,00	
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	8,60	6,09	38,64	243,75		0,21	0,11	22,65	14,82	203,68	135,83	4,56	259,62	0,00	0,00	
355/2015	Кисель из кураги с вит. "С"	1/200	0,89	0,06	27,76	134,65	0,49	0,02	0,04	0,07	31,09	25,30	18,38	0,54	290,05	0,00	0,00	
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	
	<b>Нитро:</b>		29,55	28,43	119,04	896,12	19,26	0,47	0,39	85,12	0,19	181,99	481,38	236,59	9,03	1266,40	0,02	0,01
	<b>Подливки мясных классов</b>																	
479/2003	Булочка "Абрикосовка"	1/100	8,42	12,50	62,76	394,00	0,76	0,12	0,14	20,00	58,44	112,36	29,58	1,58	385,38	0,02	0,01	
386/2015	Кисломолочный продукт	1/200	8,20	3,00	11,80	114,00	1,20	0,06	0,30	20,00	248,00	190,00	30,00	0,20	304,00	0,02	0,00	
	<b>Нитро:</b>		16,62	15,50	74,56	508,00	1,96	0,18	0,44	40,00	306,44	302,36	59,58	1,78	689,38	0,04	0,02	
	<b>Нитро в виде (запеченные классы)</b>		75,36	61,54	262,48	1979,47	148,35	2,23	3,20	976,72	3,80	682,24	1340,54	392,59	21,41	3300,15	0,09	0,09
	<b>Запеканки мясных классов</b>																	
522/1996	Омлет консервированный	1/30	1,34	0,29	3,54	21,30	2,19	0,02	0,01	15,00	7,20	19,50	5,40	0,33	31,50	0,00	0,00	
261/30/2015	Печенье тушени в соусе	1/200	25,32	14,52	7,62	291,00	57,72	0,38	2,80	1108,13	51,24	446,58	29,60	9,44	400,60	0,02	0,09	
312/2015	Пюре картофельное	1/180	3,68	5,76	24,53	164,70	21,79	0,17	0,13	10,00	44,37	103,91	33,30	1,21	778,14	0,01	0,00	
431/2003	Чай с молоком	1/200	1,54	1,63	9,36	56,00	0,72	0,02	0,08	10,00	63,30	50,76	10,08	0,62	90,57	0,01	0,00	
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,00	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	
	<b>Нитро:</b>		37,80	23,11	80,88	712,90	143,02	0,73	3,10	1133,73	3,73	218,71	709,95	114,38	1598,01	0,04	0,09	
	<b>Обед старших классов</b>																	
62/2015	Салат из моркови с сахаром	1/100	1,23	0,09	11,48	81,70	3,36	0,06	0,07	0,07	25,76	52,77	36,05	0,66	189,90	0,00	0,00	
88/2015	Щи со свежей капустой	1/250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	6,00	49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	
φ	Сметана к первым блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	
297/2015	Фрикадельки из бройлеров-циплят с маслом	1/110	13,72	20,44	8,10	272,00	1,02	0,04	0,12	79,80	48,42	107,10	14,42	1,14	114,34	0,01	0,00	
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	10,32	7,31	46,37	292,50		0,25	0,14	27,18	17,78	244,71	162,99	5,47	311,54	0,00	0,01	
355/2015	Кисель из кураги с вит. "С"	1/200	0,89	0,06	27,76	134,65	0,49	0,02	0,04	0,60	31,09	25,30	18,38	0,54	290,05	0,00	0,00	
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,40	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	
	<b>Нитро:</b>		35,78	35,15	147,88	1109,30	20,70	0,60	0,49	113,98	0,20	213,90	599,88	294,37	1475,36	0,02	0,01	
	<b>Подливки старших классов</b>																	
479/2003	Булочка "Абрикосовка"	1/150	12,63	18,75	94,14	591,00	1,14	0,18	0,21	30,00	87,66	168,54	44,37	2,37	578,07	0,04	0,02	
386/2015	Кисломолочный продукт	1/200	8,20	3,00	11,80	114,00	1,20	0,06	0,30	20,00	248,00	190,00	30,00	0,20	304,00	0,02	0,00	
	<b>Нитро:</b>		20,83	21,75	105,94	705,00	2,34	0,24	0,51	50,00	335,66	358,54	74,37	2,57	882,07	0,05	0,02	
	<b>Нитро в виде (старшие классы)</b>		94,41	80,01	334,70	2527,30	166,06	1,57	4,10	1297,71	4,53	768,27	1608,37	483,12	3955,44	0,11	0,13	

№ рецептуры	Продукт марки, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав (мг/100г)						Минеральный состав (мг/100г)									
							C	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	A	D	Кальций Ca	Фосфор P	Магний Mg	Железо Fe	Калий K	Натрий Na	Селен Se	Фтор F			
<b>2 меню</b>																						
	<b>Завтрак младших классов</b>																					
522/1996	Омлет консервированные	1/20	0,89	0,19	2,36	14,20	1,86	0,01	0,01	10,00		4,80	13,00	3,60	0,22	21,00	0,00	0,00	0,00			
173/003	Котлеты Судаческие	1/90	30,92	20,60	25,00	318,46	2,16	0,16	3,32	0,08		33,69	176,37	28,23	1,86	271,62	0,00	0,01	0,12			
309/2015	Макaronные изделия отварные	1/150	5,51	4,51	26,44	168,45	0,00	0,97	0,03			4,86	37,17	21,12	2,10	30,34	0,00	0,04	0,01			
377/2015	Чай с лимоном	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00			
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	15,20	62,00	2,83	0,04	0,03	0,00		34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02			
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	26,10	9,90	0,60	39,90	0,00	0,00	0,00			
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01			
	<b>Итого:</b>		<b>42,15</b>	<b>26,17</b>	<b>100,01</b>	<b>719,51</b>	<b>66,85</b>	<b>1,27</b>	<b>3,42</b>	<b>10,48</b>	<b>0,02</b>	<b>107,65</b>	<b>311,44</b>	<b>88,05</b>	<b>6,21</b>	<b>628,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,16</b>			
<b>Обед младших классов</b>																						
67/2015	Винегрет овощной	1/60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	0,03	0,03	718,38		18,74	25,96	11,72	0,50	169,80	0,00	0,00	0,01			
88/2015	Рисовый суп "Ленинградский"	1/250	2,02	5,09	11,98	107,25	8,38	0,09	0,06			29,15	56,73	24,18	0,93	476,55	0,00	0,00	0,01			
265/2007	Сметана к первым блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00		9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01			
342/2015	Плов из говядины	1/200	18,73	18,14	39,98	398,00	0,45	5,96	2,13	914,20	2,10	12,50	539,91	36,00	1,30	2024,25	0,01	0,07	0,41			
ГОСТ 31805-2018	Компот из свежих плодов с ват. "С"	1/200	1,00	0,00	31,76	170,00	8,30	0,07	0,01			17,88	4,40	11,50	1,66	112,39	0,00	0,00	0,01			
ГОСТ 31807-2018	Хлеб пшеничный	1/45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01			
	<b>Итого:</b>	<b>1/20</b>	<b>1,43</b>	<b>0,32</b>	<b>8,42</b>	<b>42,90</b>		<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>0,20</b>	<b>0,01</b>	<b>9,40</b>	<b>31,40</b>	<b>9,80</b>	<b>0,78</b>	<b>47,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>			
<b>Итого:</b>																						
	<b>Завтрак младших классов</b>																					
406/401/2015	Половки печенье с капустой	1/100	5,00	3,60	27,70	163,22	0,90	0,10	0,05	4,25	0,60	33,18	67,70	24,74	1,18	121,48	0,00	0,00	0,00			
388/2015	Молоко кипяченое	1/200	5,80	5,00	9,60	106,98	2,60	0,08	0,30	40,00	2,00	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,34			
	<b>Итого:</b>		<b>10,80</b>	<b>8,60</b>	<b>37,30</b>	<b>270,20</b>	<b>3,50</b>	<b>0,18</b>	<b>0,35</b>	<b>44,25</b>	<b>2,60</b>	<b>273,18</b>	<b>247,70</b>	<b>52,74</b>	<b>1,38</b>	<b>413,48</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,40</b>			
<b>Итого в день (младшие классы)</b>																						
	<b>Завтрак старших классов</b>																					
522/1996	Омлет консервированные	1/30	1,34	0,29	3,54	21,30	2,79	0,02	0,01	15,00		7,20	19,50	5,40	0,33	31,50	0,00	0,00	0,00			
173/003	Котлеты Судаческие	1/100	34,77	22,89	27,78	353,70	2,40	0,18	3,69	0,09	0,00	37,21	195,97	31,37	2,06	301,80	0,00	0,01	0,13			
309/2015	Макaronные изделия отварные	1/180	6,61	5,41	31,73	202,14	0,00	1,16	0,03			5,83	44,60	25,34	2,52	36,41	0,00	0,05	0,01			
377/2015	Чай с лимоном	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00			
338/2015	Фрукты свежие	1/100	0,90	0,20	15,20	62,00	2,83	0,04	0,03	0,00		34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02			
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	1/40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	0,01			
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржаной-пшеничный	1/20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01			
	<b>Итого:</b>		<b>48,78</b>	<b>29,52</b>	<b>114,08</b>	<b>819,04</b>	<b>68,02</b>	<b>1,50</b>	<b>3,80</b>	<b>15,69</b>	<b>0,02</b>	<b>117,04</b>	<b>353,67</b>	<b>100,51</b>	<b>7,15</b>	<b>688,21</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>	<b>0,18</b>			
<b>Обед старших классов</b>																						
67/2015	Винегрет овощной	1/100	1,40	10,04	7,29	125,10	9,63	0,04	0,04	1197,30		31,24	43,27	19,53	0,83	283,00	0,00	0,00	0,02			
88/2015	Рисовый суп "Ленинградский"	1/250	2,02	5,09	11,98	107,25	8,38	0,09	0,06			29,15	56,73	24,18	0,93	476,55	0,00	0,00	0,01			
265/2007	Сметана к первым блюдам	1/10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00		9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01			
342/2015	Плов из говядины	1/275	27,48	26,76	53,16	536,37	0,68	7,94	2,84	1217,60	2,70	18,19	718,88	50,50	1,88	2698,00	0,02	0,09	0,54			
ГОСТ 31805-2018	Компот из свежих плодов с ват. "С"	1/200	1,00	0,00	31,76	170,00	8,30	0,01	0,01			17,88	4,40	11,50	1,66	112,29	0,00	0,00	0,01			
ГОСТ 31807-2018	Хлеб пшеничный	2/20	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01			
	<b>Итого:</b>		<b>2,86</b>	<b>0,63</b>	<b>16,83</b>	<b>85,80</b>		<b>0,07</b>	<b>0,03</b>	<b>0,40</b>	<b>0,01</b>	<b>18,80</b>	<b>62,80</b>	<b>19,60</b>	<b>1,56</b>	<b>94,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>			
<b>Итого:</b>																						
	<b>Подливки старших классов</b>																					
406/461/2015	Пирожки печенье с капустой	2/75	7,50	5,40	41,55	244,83	1,35	0,15	0,08	6,37	0,90	49,77	101,55	37,11	1,77	182,22	0,00	0,00	0,00			
388/2015	Молоко кипяченое	1/200	5,80	5,00	9,60	106,98	2,60	0,08	0,30	40,00	2,00	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,34			
	<b>Итого:</b>		<b>13,30</b>	<b>10,40</b>	<b>51,15</b>	<b>351,81</b>	<b>3,95</b>	<b>0,23</b>	<b>0,38</b>	<b>46,37</b>	<b>2,90</b>	<b>289,77</b>	<b>281,55</b>	<b>65,11</b>	<b>1,97</b>	<b>474,22</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,43</b>			
<b>Итого в день (старшие классы)</b>																						
			<b>101,84</b>	<b>84,11</b>	<b>315,68</b>	<b>2488,27</b>	<b>99,01</b>	<b>9,99</b>	<b>7,21</b>	<b>2483,96</b>	<b>5,74</b>	<b>944,87</b>	<b>1579,50</b>	<b>311,73</b>	<b>17,19</b>	<b>4918,47</b>	<b>0,05</b>	<b>0,16</b>	<b>1,21</b>			

