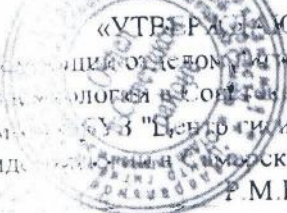


Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области»)
Орган инспекции

проезд Георгия Митирева, 1, г. Самара, 443079, тел./факс. (846) 260-37-97, 260-37-99
E-mail: fguzsamo@samtel.ru ОГРН 1056316020155 ИНН 6316098875

Аттестат аккредитации
органа инспекции
RA.RU.710072
от 16.07.15


«УТВЕРЖАЮ»
Заведующий отделом гигиены и
эпидемиологии в городском районе города
Самары ФБУЗ "Центр гигиены и
эпидемиологии в Самарской области"
Р.М.Калимуллина
«30» августа 2017 г.

Экспертное заключение

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы, обследования, испытания,
токсикологических, гигиенических и иных видов оценок

от 30.08.2017 г. № 22293

1. Наименование продукции, производства, заявленных видов деятельности, услуг, технической, проектной, иной документации:

Примерное десятидневное циклическое меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся в общеобразовательных школах (Самара, 2017 г.), утвержденное генеральным директором ООО «Кировский комбинат школьного питания» Р.А. Дриженковым (сезон осенне-зимний)

2. Заказчик: ООО «Кировский комбинат школьного питания»

- | | |
|--------------------------------|---|
| 2.1. Юридический адрес: | 443091, г. Самара, пр. Карла Маркса, д. 412 |
| 2.2 Фактический адрес: | 443091, г. Самара, пр. Карла Маркса, д. 412 |
| 3. Изготовитель (разработчик): | ООО «Кировский комбинат школьного питания» |
| 3.1 Юридический адрес: | 443091, г. Самара, пр. Карла Маркса, д. 412 |
| 3.2 Фактический адрес: | 443091, г. Самара, пр. Карла Маркса, д. 412 |

3. Представленные на экспертизу и рассмотренные материалы:

Примерное десятидневное циклическое меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся в общеобразовательных школах (Самара, 2017 г.), утвержденное генеральным директором ООО «Кировский комбинат школьного питания» Р.А. Дриженковым (сезон осенне-зимний)

4. Заявление (поручение) на экспертизу зарегистрировано в ФБУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области" № 12566 от 18.08.2017 г.

5. В ходе санитарно-эпидемиологической экспертизы установлено:

Ф-1.2.8/3

Заказчик: ООО «Кировский комбинат школьного питания»

Юридический адрес: 443091, г. Самара, пр. Карла Маркса, д. 412

Фактический адрес: 443091, г. Самара, пр. Карла Маркса, д. 412

Соответствует государственным санитарным нормам и правилам:

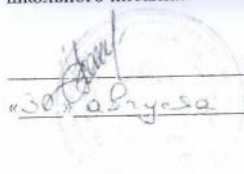
СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования"

Врач по общей гигиене



Клименко С.Е.

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»



Р.А.Дрыженков

«30 августа» 2017 г.

Согласовано с:
Отделом гигиены и эпидемиологии в
Советском районе города Самара
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в
Самарской области»
Экспертное заключение от
«30» августа 2017г. №22293

Примерное десятидневное цикличное меню завтраков, обедов, полдников

для обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

Примерное циклическое меню

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецепта	Примерный наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
209	Завтрак					63	0,03	0	100	0	22	76,8	4,8	1		
	Яйцо вареное	С 7-11 лет	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03	0	100	0	22	76,8	4,8		
		С 12-18 лет	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03	0	100	0	22	76,8	4,8		
14	Масло сливочное	С 7-11 лет	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	45	0	2,4	3	0,05		
		С 12-18 лет	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	45	0	2,4	3	0,05		
173	Каша молочная «Геркулесовая»	С 7-11 лет	150/10	6,23	9,84	28,22	227,25	0,14	0,72	41,1	0	112,2	176,23	53,11		
		С 12-18 лет	200/10	8,31	13,12	37,63	303	0,18	0,96	54,8	0	149,62	234,98	70,82		
379	Кофейный напиток с молоком	С 7-11 лет	200	3,17	2,68	15,9	101	0,04	1,3	20	0	125,8	90	14		
		С 12-18 лет	200	3,17	2,68	15,9	101	0,04	1,3	20	0	125,8	90	14		
тп.	Батон	С 7-11 лет	50	7,95	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0,006	0	11,4	39	7,8		
		С 12-18 лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0,006	0	11,4	39	7,8		
	Итого:	С 7-11 лет	460	21,61	25,47	103,33	732,75	0,265	2,02	206,11	0	271,9	378,53	78,46		
	Итого:	С 12-18 лет	520	25,1	28,97	124,5	863,6	0,316	2,26	219,81	0	311,22	443,78	97,47		
	Обед					51,18	0,054	1,14	0	0	24,84	38	26,58	0,6		
63	Салат из моркови с курагой	С 7-11 лет	60	1,62	0,84	9,9	85,3	0,009	1,9	0	0	21,4	63,4	44,3		
		С 12-18 лет	100	1,7	1,38	16,5	126,25	0,016	3,12	0	0	29,21	75,6	24,82		
108	Б. вареная с овощами	С 7-11 лет	15,250	5,31	4,31	13,65	142,66	0,172	0,884	8,25	0	34,66	54,92	30,87		
		С 12-18 лет	15,250	5,53	4,88	17,40	142,66	0,172	0,884	8,25	0	34,66	54,92	30,87		
263	Пюре картофельное	С 7-11 лет	60	11,03	10,69	0,86	220,36	0,043	3,41	62,38	0	41,6	61,37	3,92		
		С 12-18 лет	100	18,37	17,85	1,43	367,26	0,072	5,68	103,96	0	69,33	102,28	6,57		
143	Рагу из овощей	С 7-11 лет	155	2,61	16,22	12,69	219,6	0,068	18,46	67,9	0	54,85	66,4	24		
		С 12-18 лет	180	3,03	18,83	14,73	296,8	0,1	21,43	78,85	0	63,7	77,14	27,87		
349	Компот из смеси сухофруктов	С 7-11 лет	200	0,66	0,59	32	132,8	0,016	0,73	0	0	32,48	23,44	17,46		
		С 12-18 лет	200	0,66	0,59	32	132,8	0,016	0,73	0	0	32,48	23,44	17,46		
тп.	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	103,5	0,055	0	0	0	14	45,5	9,8		
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	19,8	63,7	13,4		
тп.	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,18	65,4	0,08	0	0,0006	0	19,8	116,4	34,2		
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2		
	Итого:	С 7-11 лет	775	27,06	35,15	106,52	865,73	0,3704	22,751	120,10	0	193,38	376,2	125,36		
	Итого:	С 12-18 лет	955	36,59	45,09	135,37	1165,71	0,485	27,554	149,28	0	228,33	506,17	167,82		
	Полдник					357	0,06	0	0	0	26	84	30	1,4		
тп.	Печенье песочное	С 7-11 лет	100	4,5	18	44,1	357	0,06	0	0	0	26	84	30		
		С 12-18 лет	100	4,5	18	44,1	357	0,06	0	0	0	26	84	30		
377	Чай с сахаром	С 7-11 лет	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4		
		С 12-18 лет	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4		
	Итого:	С 7-11 лет	300	4,57	18,02	59,1	417	0,06	0,03	0	0	37,1	86,8	31,4		
	Итого:	С 12-18 лет	300	4,57	18,02	59,1	417	0,06	0,03	0	0	37,1	86,8	31,4		
	Итого за день:	С 7-11 лет	1535	53,24	78,64	268,95	2015,48	0,6954	24,801	326,21	0	502,38	841,53	235,22		
	Итого за день:	С 12-18 лет	1775	66,26	92,08	318,97	2446,31	0,861	29,844	369,09	0	576,65	1036,75	296,69		

Примерное циклическое меню

день: вторник
 Подопыт: первая
 класс: основное меню
 Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецептуры	Примечание, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				б	ж	у		в	с	а	е	ca	p	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
15	Сыр порционно	С 7-11 лет	20	4,64	5,9	0	72	0	0,14	52	0	176	100	7	0,2
		С 12-18 лет	30	6,96	8,85	0	108	0,01	0,21	78	0	264	150	10,5	0,3
223	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	С 7-11 лет	150/30	20,2	14,52	28,16	323,51	0,075	0,7	83,47	0	185,71	250,65	35,48	1,15
		С 12-18 лет	150/30	20,2	14,52	28,16	323,51	0,075	0,7	83,47	0	185,71	250,65	35,48	1,15
378	Чай с молоком	С 7-11 лет	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
		С 12-18 лет	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
тк	Батон	С 7-11 лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6
		С 12-18 лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0,006	0	11,4	39	7,8	0,72
	Итого :	С 7-11 лет	430	33,41	22,87	102,86	752,01	0,17	2,17	145,475	0	497,81	475,95	64,38	2,36
	Итого :	С 12-18 лет	470	37,14	26,04	114,62	843,11	0,191	2,24	171,476	0	587,71	532,45	69,18	2,58
Обед															
45	Салат из белокочанной капусты	С 7-11 лет	60	0,78	1,95	3,88	36,24	0,013	10,25	0	0	14,98	16,98	9,05	0,28
		С 12-18 лет	100	1,31	3,25	6,46	60,4	0,02	17,09	0	0	24,97	28,3	15,09	0,46
96	Распашенки Ленинградский с мясом и сметаной	С 7-11 лет	100	1,74	4,82	9,76	93,9	0,07	6,7	0	0	23,32	45,38	19,34	0,74
		С 12-18 лет	160	2,78	7,71	15,62	150,25	0,112	10,72	0	0	37,31	72,61	30,94	1,18
223	Макаронный салат	С 7-11 лет	160	17,93	1,78	55,5	311	0,74	0,35	36	0	27,5	185,7	41,3	2,2
		С 12-18 лет	180	17,93	1,78	55,5	311	0,74	0,35	36	0	27,5	185,7	41,3	2,2
345	Компот из кураги	С 7-11 лет	200	0,78	0,046	27,63	114,8	0,016	0,6	0	0	32,32	21,9	17,56	0,48
		С 12-18 лет	200	0,78	0,046	27,63	114,8	0,016	0,6	0	0	32,32	21,9	17,56	0,48
тк	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77
тк	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7
	Итого :	С 7-11 лет	715	27,66	19,606	112,3	744,84	0,374	17,94	38,0006	0	121,32	380,06	117,05	6,05
	Итого :	С 12-18 лет	850	31,61	23,156	134,06	882,15	0,463	26,45	38,0018	0	147,74	454,53	142,12	7,54
Полдник															
478	Булочка Осенняя	С 7-11 лет	100	6,71	9,96	48,83	311,6	0,12	0,1	3,3	0	19,1	65,3	26,5	0,36
		С 12-18 лет	100	6,71	9,96	48,83	311,6	0,12	0,1	3,3	0	19,1	65,3	26,5	0,36
386	Напиток кисломолочный	С 7-11 лет	200	5,8	5	8	100	0,08	1,4	40	0	240	180	28	0,2
		С 12-18 лет	200	5,8	5	8	100	0,08	1,4	40	0	240	180	28	0,2
	Итого :	С 7-11 лет	300	12,51	14,96	56,83	411,6	0,2	1,5	43,3	0	259,1	245,3	54,5	0,56
	Итого :	С 12-18 лет	300	12,51	14,96	56,83	411,6	0,2	1,5	43,3	0	259,1	245,3	54,5	0,56
	Итого за день :	С 7-11 лет	1445	73,58	57,436	271,99	1908,45	0,744	21,61	226,78	0	878,23	1101,31	235,93	8,97
	Итого за день :	С 12-18 лет	1620	81,26	64,156	305,51	2136,86	0,854	30,19	252,78	0	994,55	1232,28	265,8	10,68

Примерное циклическое меню

день: среда
неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецептурной карты	Пример пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
				б	ж	у	7		в	с	а	е	ка	р	mg	fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Завтрак																
338	Фрукт	С 7-11 лет	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4		
		С 12-18 лет	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4		
229	Рыба тушеная в томате с овощами	С 7-11 лет	50/50	9,75	4,95	3,8	105	0,05	3,73	5,82	0	39,07	162,19	48,53	0,82		
		С 12-18 лет	75/50	12,18	6,18	4,75	131,25	0,062	4,66	7,27	0	48,83	202,7	60,66	1,03		
125	Картофель отварной	С 7-11 лет	150	2,98	5,84	20,65	155	0,16	20,6	29,52	0	20,16	82,35	30	1,21		
		С 12-18 лет	180	3,55	6,97	24,64	185	0,19	24,72	35,23	0	24,06	98,28	35,8	1,44		
348	Компот из изюма	С 7-11 лет	200	0,35	0,076	29,85	122,2	0,022	0,46	0	0	20,32	19,36	8,12	0,45		
		С 12-18 лет	200	0,35	0,076	29,85	122,2	0,022	0,46	0	0	20,32	19,36	8,12	0,45		
ттк	Батон	С 7-11 лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6		
		С 12-18 лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0,006	0	11,4	39	7,8	0,72		
	Итого :	С 7-11 лет	700	20,93	12,766	132,7	751,7	0,347	44,79	35,345	0	121,05	318,4	111,15	7,48		
	Итого :	С 12-18 лет	765	25,34	15,346	149,4	863,05	0,4	49,84	42,506	0	136,61	381,34	130,38	8,04		
	Обед																
471	Свекла отварная	С 7-11 лет	50	0,85	0,1	5	22	0,014	1,8	1	0	8	19	12,5	0,4		
		С 12-18 лет	60	1,02	0,12	6	26,4	0,016	2,16	1,2	0	9,6	22,8	13,8	0,48		
138	Суп картофельный с зеленым горошком с фрикадельками	С 7-11 лет	20/200	8,19	6,23	13,39	210,8	0,19	0,2	3,6	0	37,26	106,96	34,04	1,92		
121		С 12-18 лет	20/250	9,29	7,28	16,7	240,45	0,37	0,2	3,6	0	45,8	124,58	41,16	2,33		
255	Печень пы-строгановски	С 7-11 лет	50/50	13,26	11,23	3,52	185	0,2	8,45	578,2	0	33,24	239,32	17,47	5		
		С 12-18 лет	75/50	16,57	14,03	4,4	231,25	0,25	10,56	722,7	0	41,55	299,12	21,84	6,25		
303	Каша пшеничная вязкая	С 7-11 лет	150	4	4,24	24,55	152,4	0,08	0	0	0	15,64	100,95	21,6	1,7		
		С 12-18 лет	180	4,72	5,08	29,46	182,8	0,14	0	0	0	18,8	120,62	26,04	2,04		
368	Напиток из плодов шиповника	С 7-11 лет	200	0,67	0,27	20,76	88,2	0,012	100	0	0	21,34	3,44	3,44	0,63		
		С 12-18 лет	200	0,67	0,27	20,76	88,2	0,012	100	0	0	21,34	3,44	3,44	0,63		
ттк	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55		
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77		
ттк	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,66	0,56	15,58	80,4	0,08	0	0,0018	0	13,2	77,6	22,8	1,8		
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7		
	Итого :	С 7-11 лет	810	33,4	23,13	104,95	847,3	0,631	110,45	582,8006	0	138,68	579,77	118,85	12		
	Итого :	С 12-18 лет	965	41,58	28,32	131,65	1041,6	0,983	112,92	727,5018	0	180,89	802,46	165,28	16,38		
	Полдник																
ттк	Корж песочный	С 7-11 лет	75	4,87	4,95	47,4	254,1	0,13	0	0	0	38,65	155,27	21,73	0,91		
		С 12-18 лет	75	4,87	4,95	47,4	254,1	0,13	0	0	0	38,65	155,27	21,73	0,91		
ттк	Напиток лимонный	С 7-11 лет	200	0,16	0,001	22	83,4	0,04	5,1	0,9	0	0,7	5,5	0,6	0,7		
		С 12-18 лет	200	0,16	0,001	22	83,4	0,04	5,1	0,9	0	0,7	5,5	0,6	0,7		
	Итого :	С 7-11 лет	275	5,03	4,951	69,4	337,5	0,17	5,1	0,9	0	39,35	160,77	22,33	1,61		
	Итого :	С 12-18 лет	275	5,03	4,951	69,4	337,5	0,17	5,1	0,9	0	39,35	160,77	22,33	1,61		
	Итого за день :	С 7-11 лет	1785	59,36	40,847	307,05	1936,5	1,148	160,34	619,05	0	299,08	1058,94	252,33	21,09		
	Итого за день :	С 12-18 лет	2005	71,95	48,617	350,45	2242,15	1,553	167,86	770,91	0	356,85	1344,57	317,99	26,03		

Примерное циклическое меню

день: четверг
неделя: первая
сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порц. з	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У	С		А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	Завтрак			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
338	Фрукт	С 7-11 лет	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4	
		С 12-18 лет	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4	
243	Колбасные изделия отварные	С 7-11 лет	50/5	5,55	15,55	0,25	164	0,09	0	20	0	18,50	81,00	10	0,9	
		С 12-18 лет	50/5	5,55	15,55	0,25	164	0,09	0	20	0	18,50	81,00	10	0,9	
303	Каша гречневая вязкая	С 7-11 лет	150	4,58	5,01	20,52	145,5	0,12	0	19,35	0	8,45	108,87	72,03	2,42	
		С 12-18 лет	200	6,03	6,27	27,02	188,4	0,14	0	25,8	0	11,87	143,2	94,84	3,2	
382	Какао с молоком	С 7-11 лет	200	4,08	3,54	17,57	118,6	0,06	1,58	24,4	0	152,2	124,6	21,34	0,47	
		С 12-18 лет	200	4,08	3,54	17,57	118,6	0,06	1,58	24,4	0	152,2	124,6	21,34	0,47	
ткк	Батон	С 7-11 лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,72	
		С 12-18 лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0,006	0	11,4	39	7,8	0,72	
	Итого:	С 7-11 лет	655	22,06	26	116,74	797,6	0,381	21,58	63,755	0	220,65	368,97	127,87	8,79	
	Итого:	С 12-18 лет	715	24,92	27,48	135	895,6	0,412	21,58	70,206	0	225,97	409,8	151,98	9,69	
	Обед															
75	Икра морковная	С 7-11 лет	60	1,2	0,06	12,33	54,72	0,02	2,53	0	0	27,91	36,55	19,34	0,6	
		С 12-18 лет	100	2,01	0,1	20,55	91,2	0,04	4,21	0	0	46,53	60,92	32,24	1	
98	Суп крестьянский с крупой, мясом, сметана	С 7-11 лет	10/200/5	1,32	4,68	5,05	69,1	0,035	7,92	0	0	33,1	26,86	11,34	0,47	
		С 12-18 лет	15/250/10	1,48	4,91	6,09	76,25	0,042	9,87	0	0	35,87	33,57	14,17	0,57	
284	Запеканка картофельная с мясом	С 7-11 лет	140/5	16,64	20,89	19,8	325	0,25	4,78	20	0	42,45	283,15	106,15	3,83	
		С 12-18 лет	243/5	29,28	36,72	34,8	571,2	0,44	8,4	35,16	0	74,64	497,8	186,6	6,72	
342	Компот из свежих плодов или ягод	С 7-11 лет	200	0,16	0,12	28,08	114,6	0,008	2,7	0	0	15,38	6,34	6,34	0,99	
		С 12-18 лет	200	0,16	0,12	28,08	114,6	0,008	2,7	0	0	15,38	6,34	6,34	0,99	
ткк	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55	
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77	
ткк	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8	
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7	
	Итого:	С 7-11 лет	700	25,75	26,81	102,99	752,32	0,448	17,93	20,0006	0	142,04	463	172,97	8,24	
	Итого:	С 12-18 лет	938	42,24	43,39	143,85	1125,75	0,727	25,18	35,1618	0	206,22	760,53	283,35	12,75	
	Полдник															
ткк	Кекс	С 7-11 лет	50	3,1	7,8	17,2	138,1	0,15	0,03	0	0	20,7	58,5	6	0,55	
		С 12-18 лет	50	3,1	7,8	17,2	138,1	0,15	0,03	0	0	20,7	58,5	6	0,55	
255	Молоко кипяченое	С 7-11 лет	200	6,1	5,44	10,1	113	0,08	2,73	42,66	0	252,8	189,6	29,46	0,21	
		С 12-18 лет	200	6,1	5,44	10,1	113	0,08	2,73	42,66	0	252,8	189,6	29,46	0,21	
	Итого:	С 7-11 лет	250	9,2	13,24	27,3	251,1	0,23	2,76	42,66	0	273,5	248,1	35,46	0,76	
	Итого:	С 12-18 лет	250	9,2	13,24	27,3	251,1	0,23	2,76	42,66	0	273,5	248,1	35,46	0,76	
	Итого за день:	С 7-11 лет	1605	57,01	66,05	247,03	1801,02	1,059	42,27	126,42	0	636,19	1080,07	336,3	17,79	
	Итого за день:	С 12-18 лет	1903	76,36	84,11	306,15	2272,45	1,369	49,52	148,03	0	705,69	1418,43	470,79	23,2	

Примерное циклическое меню

День: пятница
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В8	С9	А10	Е11	Са12	Р13	Мг14	Fe15	
1	Завтрак	С 7-11 лет	20	4,64	5,9	0	72	0	0,14	52	0	176	100	7	0,2	
15	Сыр порционно	С 12-18 лет	30	6,96	8,85	0	108	0,01	0,21	78	0	264	150	10,5	0,3	
304	Рис отварной	С 7-11 лет	70/30	8,75	7,56	6,6	129,45	0,067	0,71	16,6	0	17,01	101,94	20,2	1,17	
		С 12-18 лет	70/30	8,75	7,56	6,6	129,45	0,067	0,71	16,6	0	17,01	101,94	20,2	1,17	
348	Компот из черносслива	С 7-11 лет	200	0,35	0,1	23,6	98,4	0,004	0,45	0	0	20,32	12,5	17,12	0,45	
		С 12-18 лет	200	0,35	0,1	23,6	98,4	0,004	0,45	0	0	20,32	12,5	17,12	0,45	
ттк	Батон	С 7-11 лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6	
		С 12-18 лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0,006	0	11,4	39	7,8	0,72	
ттк	Итого:	С 7-11 лет	520	24,44	20,03	125,68	569,4	0,146	1,3	68,605	0	224,19	307,88	67,15	2,95	
		С 12-18 лет	570	28,9	24,28	144,78	735,94	0,177	1,37	94,606	0	314,37	376,57	75,22	3,27	
67	Винегрет овощной	С 7-11 лет	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0,026	75,06	0	0	18,74	25,96	11,71	0,49	
		С 12-18 лет	100	1,4	10,04	7,28	125,1	0,044	9,62	0	0	31,22	43,26	19,52	0,82	
88	Щи из свежей капусты с картофелем сметана	С 7-11 лет	200/75	1,54	4,71	6,5	79,9	0,048	12,64	0	0	43,8	39,2	17,7	0,67	
		С 12-18 лет	250/10	2,02	6,45	8,26	105,95	0,061	15,81	0	0	58,05	49	22,12	0,85	
260	Гуляш	С 7-11 лет	75/50	14,55	16,79	2,89	221	0,03	0,92	0	0	21,81	154,15	22,03	3,06	
		С 12-18 лет	100/50	14,55	16,79	2,89	221	0,03	0,92	0	0	21,81	154,15	22,03	3,06	
171	Каша перловая рассыпчатая	С 7-11 лет	150	4,6	8,8	36,7	244	0,08	0	0,03	0	31,1	208,5	25,96	1,2	
		С 12-18 лет	180	5,52	10,56	44,04	292,8	0,096	0	0,036	0	37,32	250,2	31,15	1,44	
647	Напиток клюквенный	С 7-11 лет	200	0,1	0,04	21,2	80,6	0,004	1,4	4	0	3,4	2,2	1,6	0,18	
		С 12-18 лет	200	0,1	0,04	21,2	80,6	0,004	1,4	4	0	3,4	2,2	1,6	0,18	
ттк	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77	
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	19,8	116,4	34,2	2,7	
ттк	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8	
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7	
ттк	Итого:	С 7-11 лет	805	28,06	37,42	109,39	889,46	0,323	90,02	4,0306	0	142,05	540,11	108,8	7,95	
		С 12-18 лет	970	32,9	45,42	138	1097,95	0,432	27,75	4,0378	0	185,6	660,71	140,42	9,82	
395	Полдник	Вареники с творогом	С 7-11 лет	150	17,6	7,9	36,7	289,5	0,04	0	0	0	6,8	36,5	16	1,98
			С 12-18 лет	150	17,6	7,9	36,7	289,5	0,04	0	0	0	6,8	36,5	16	1,98
377	Чай с лимоном	С 7-11 лет	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	0	14,2	4,4	2,4	0,36	
		С 12-18 лет	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	0	14,2	4,4	2,4	0,36	
ттк	Итого:	С 7-11 лет	357	17,73	7,92	51,9	351,5	0,04	2,83	0	0	21	40,9	18,4	2,34	
		С 12-18 лет	357	17,73	7,92	51,9	351,5	0,04	2,83	0	0	21	40,9	18,4	2,34	
ттк	Итого за день:	С 7-11 лет	1682	70,23	65,37	286,97	1810,36	0,509	94,15	72,64	0	387,24	888,89	194,35	13,24	
		С 12-18 лет	1897	79,53	77,62	334,68	2185,39	0,649	31,95	98,64	0	520,97	1078,18	234,04	15,43	

Примерное диетическое меню

Дата: 01.01.2018
 Вид: завтрак
 Категория: завтрак
 Возрастная категория: c7-11лет, c12-18

№	Продукты, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
15	Сыр порционный	c7-11лет	20	5	5,2	0	68	0,008	0,14	39	0	176	100	27	6	
		c12 и старше	30	7,5	7,8	0	102	0,012	0,21	58,5	0	264	150	40,5	9	
тк	Омлет с натуральным	c7-11лет	150/5	9,29	16,55	1,76	193	0,06	0,1	216,37	0	68,72	150,51	10,75	2,37	
		c12 и старше	150/5	9,29	16,55	1,76	193	0,06	0,1	216,37	0	68,72	150,51	10,75	2,37	
379	Кофейный напиток с молоком	c7-11лет	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,044	1,3	20	0	125,78	90	14	0,13	
		c12 и старше	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,044	1,3	20	0	125,78	90	14	0,13	
тк	Батон	c7-11лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0,05	0	9,5	32,5	6,5	0,6	
		c12 и старше	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0,066	0	11,4	39	7,8	0,72	
318	Фрукт	c7-11лет	200	0,8	0,8	19,5	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4	
		c12 и старше	200	0,8	0,8	19,5	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4	
	Итого	c7-11лет	605	25,3	26,32	96	731,1	0,227	21,54	275,42	0	412	395,01	76,25	13,5	
	Итого	c12 и старше	625	29,21	29,14	107,76	820,2	0,242	21,61	294,876	0	501,9	451,51	91,05	16,62	
	Обед															
25	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	c7-11лет	60	1,64	4,23	5,73	67,62	0,054	5,02	11,88	0	11,73	39,14	14,48	0,54	
		c12 и старше	100	2,73	7,07	9,55	112,7	0,091	8,37	19,8	0	19,55	65,23	24,13	0,9	
82	Борщ с капустой и картофелем, сметана	c7-11лет	200/5	1,57	4,68	8,93	91,1	0,041	0,044	8,56	0	44,18	43,68	20,9	0,99	
		c12 и старше	250/10	2,063	6,42	11,29	119,95	0,053	0,053	10,72	0	58,53	54,6	26,13	1,25	
274	Зразы рубленые из говядины	c7-11лет	70/5	9,14	10,99	10,49	176,77	0,044	1,3	24,93	0	32,1	87	16,8	6,62	
		c12 и старше	70/5	9,14	10,09	10,49	176,77	0,044	1,3	24,93	0	32,1	87	16,8	6,62	
202	Макароны отварные с маслом	c7-11лет	150/5	5,65	5,99	31,52	202,56	0,06	0	29,57	0	12,57	38,89	8,43	0,84	
		c12 и старше	180/5	6,73	7,13	37,56	241,4	0,071	0	35,24	0	15	46,3	10	1	
349	Кюшкет из смеси сухофруктов	c7-11лет	200	0,66	0,09	32	132,8	0,016	0,73	0	0	32,48	23,44	17,46	0,7	
		c12 и старше	200	0,66	0,09	32	132,8	0,016	0,73	0	0	32,48	23,44	17,46	0,7	
тк	Хлеб пшеничный	c7-11лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55	
		c12 и старше	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77	
тк	Хлеб ржано-пшеничный	c7-11лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0	0	13,2	71,2	22	1,8	
		c12 и старше	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0	0	19,8	106,8	33	2,7	
	Итого	c7-11лет	785	23,42	21,46	117,47	768,65	0,309	7,05	66,38	0	112,08	292,17	86,17	11,05	
	Итого	c12 и старше	950	30,633	32,34	155,22	1056,12	0,472	10,453	90,69	0	191,46	428,87	137,32	13,94	
	Полдник															
тк	Печенье творожное	c7-11лет	100	3,6	12,8	29,5	256,5	0,08	0,4	300	0	81,7	144,8	40,6	0,9	
		c12 и старше	100	3,6	12,8	29,5	256,5	0,08	0,4	300	0	81,7	144,8	40,6	0,9	
591	Кисель	c7-11лет	200	0,22	0,011	35,26	141	0,001	0,144	0	0,9	12,05	10,77	2,87	0,67	
		c12 и старше	200	0,22	0,011	35,26	141	0,001	0,144	0	0,9	12,05	10,77	2,87	0,67	
	Итого	c7-11лет	300	3,82	12,811	64,76	397,5	0,081	0,544	300	0,9	93,75	155,57	43,47	1,57	
	Итого	c12 и старше	300	3,82	12,811	64,76	397,5	0,081	0,544	300	0,9	93,75	155,57	43,47	1,57	
	Итого за день	c7-11лет	1690	52,54	60,591	278,23	1897,25	0,617	29,134	641,8	0,9	617,83	842,75	205,89	26,12	
	Итого за день	c12 и старше	1875	63,663	74,291	327,74	2273,82	0,795	32,607	685,566	0,9	787,11	1035,95	271,84	32,13	

Примерное диетическое меню

день: среда
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецептурной карты	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6		8	9	10	11	12	13	14		
	Завтрак														
ттк	Биточки школьные	С 7-11 лет	70	5,6	12,6	6,51	161,7	0,1	0,15	32,5	0	12,3	83,6	12,5	1,3
		С 12-18 лет	70	5,6	12,6	6,51	161,7	0,1	0,15	32,5	0	12,3	83,6	12,5	1,3
321	Капуста тушеная	С 7-11 лет	150	3,1	5,6	14,14	112,65	0,04	25,74	0	0	83,17	60,21	30,97	1,21
		С 12-18 лет	180	4,45	6,72	16,96	135,18	0,048	30,89	0	0	99,81	72,25	37,17	1,45
348	Компот из кураги	С 7-11 лет	200	0,78	0,05	27,63	114,8	0,02	0,6	0	0	32,31	21,9	17,56	0,48
		С 12-18 лет	200	0,78	0,05	27,63	114,8	0,02	0,6	0	0	32,31	21,9	17,56	0,48
ттк	Батон	С 7-11 лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0	0	9,5	32,6	6,5	0,6
		С 12-18 лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0	0	11,4	39,2	7,8	0,72
338	Фрукт	С 7-11 лет	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4
		С 12-18 лет	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	0	32	22	18	4,4
	Итого :	С 7-11 лет	670	17,33	20,15	126,68	758,65	0,275	46,49	32,5	0	169,28	220,31	85,53	7,99
	Итого :	С 12-18 лет	710	20,09	21,49	141,26	836,28	0,294	51,64	32,5	0	187,82	238,95	93,03	8,35
	Обед														
21	Салат из соевых огурцов с луком	С 7-11 лет	60	0,5	3,02	1,55	29,55	0,09	2,46	0	0	14,24	13,93	7,99	0,36
		С 12-18 лет	100	0,85	5,05	2,58	59,1	0,15	4,11	0	0	23,74	23,22	13,32	0,6
101	Суп картофельный с перловой крупой, с сельдатеми	С 7-11 лет	15/200	5,16	4,27	13,6	114,25	0,088	6,6	0	0	26,57	91,33	24,2	1,08
288	Хлебцы рыбные	С 12-18 лет	15/250	5,67	4,83	17	134,9	0,109	8,25	0	0	31,75	108,8	29,5	1,28
238	Хлебцы рыбные	С 7-11 лет	80/5	8,71	6,24	4,71	110	0,038	1,47	38,2	0	35	105,5	17,4	0,5
		С 12-18 лет	160/5	11,4	8,16	6,17	144	0,05	1,93	49,95	0	45,76	138	23,1	0,64
199	Пюре гороховое с маслом	С 7-11 лет	155	13,41	6,74	34,46	250,95	0,48	0	29,52	0	111,8	251,62	72,85	5,54
		С 12-18 лет	185	16,09	8,09	41,35	301,14	0,58	0	35,42	0	133,4	304,44	94,44	6,63
388	Напиток из плодов шиповника	С 7-11 лет	200	0,67	0,27	20,76	88,2	0,012	100	0	0	21,34	3,44	3,44	0,63
		С 12-18 лет	200	0,67	0,27	20,76	88,2	0,01	100	0	0	10	32,5	7	0,55
ПР	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,04	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,06	0	0	0	13,2	71,2	22	1,8
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,09	0	0	0	19,8	106,8	33	2,7
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,15	0	0	0	213,55	527,59	142,74	9,54
	Итого :	С 7-11 лет	785	34,78	21,6	112,81	781,85	0,838	110,53	67,72	0	268,19	677,38	185,01	12,16
	Итого :	С 12-18 лет	965	43,99	27,94	142,19	999,84	1,109	114,29	85,37	0				
	Полдник														
ттк	Булочка из дрожжевого теста	С 7-11 лет	75	6,6	12	51,9	327	0,1	0	0,018	0	1,35	59,55	12	1
		С 12-18 лет	75	6,6	12	51,9	327	0,1	0	0,018	0	1,35	59,55	12	1
342	Напиток из свежих плодов	С 7-11 лет	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0	14,18	4,4	5,14	0,95
		С 12-18 лет	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	Итого :	С 7-11 лет	275	6,76	12,16	79,78	441,6	0,112	0,9	0,018	0	15,53	63,95	17,14	1,95
	Итого :	С 12-18 лет	275	6,76	12,16	79,78	441,6	0,112	0,9	0,018	0	15,53	63,95	17,14	1,95
	Итого за день :	С 7-11 лет	1730	58,87	53,91	319,27	1982,1	1,225	157,92	100,238	0	398,36	811,85	245,41	19,48
	Итого за день :	С 12-18 лет	1950	70,84	61,59	363,23	2277,72	1,515	166,83	117,888	0	471,54	980,28	295,18	22,46

Примерное циклическое меню

День: четверг
неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18

№ рецептуры	Применение пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б		Ж		У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
				4	5	5	6	6	8									
1	Завтрак	С 7-11 лет	20	5	5,2	0	68	0,008	0,14	39	0	176	100	27	6			
15	Сыр порционно	С 12-18 лет	30	7,5	7,8	0	102	0,012	0,21	58,5	0	264	150	40,5	9			
14	Масло сливочное	С 7-11 лет	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	2,4	3	0	0,02			
		С 12-18 лет	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	2,4	3	0	0,02			
тпк	Пудинг из творога запеченный с соусом молочным (326)	С 7-11 лет	150/30	20,44	15,58	33,68	357,57	0,117	0,39	83,8	0	192,95	224,08	29,82	1,44			
		С 12-18 лет	150/30	20,44	15,58	33,68	357,57	0,117	0,39	83,8	0	192,95	224,08	29,82	1,44			
382	Какао с молоком	С 7-11 лет	200	4,08	3,54	17,57	118,6	0,056	1,58	24,4	0	152,2	124,6	21,34	0,47			
		С 12-18 лет	200	4,08	3,54	17,57	118,6	0,056	1,58	24,4	0	152,2	124,6	21,34	0,47			
тпк	Батон	С 7-11 лет	50	7,05	1,32	70,56	330,6	0,066	2,11	187,2	0	533,05	484,28	84,66	8,53			
		С 12-18 лет	60	8,46	32,67	110,18	885,67	0,236	2,18	206,7	0	622,95	540,88	99,46	11,65			
	Итого:	С 7-11 лет	440	36,65	35,49	121,94	974,77	0,251	2,18	206,7	0	622,95	540,88	99,46	11,65			
	Итого:	С 12-18 лет	460	40,56	35,49	121,94	974,77	0,251	2,18	206,7	0	622,95	540,88	99,46	11,65			
	Обед	С 7-11 лет	60	1,1	3,62	12,64	80,4	0,023	3,31	0	0	3,11	35,5	18,5	1			
51	Салат из свеклы с изюмом	С 12-18 лет	100	1,86	6,04	18	134	0,04	5,52	0	0	5,18	59,3	30,8	1,66			
108	Суп картофельный с клецками	С 7-11 лет	107/200	4,75	4,68	15,1	161,5	0,091	4,7	18,64	0	28,28	76,02	23,07	1,08			
121	Фрикадельки	С 12-18 лет	20/250	7,35	6,61	18,95	236,45	0,114	5,95	24,65	0	36,52	108,7	30,93	1,45			
284	Оладьи из пшена в молоке с соусом томатным	С 7-11 лет	60/60	7,15	7,74	13,61	152,42	0,11	6,58	2,88	0	20,24	152,4	17,25	2,59			
348	Картофель отварной	С 12-18 лет	60/60	7,15	7,74	13,61	152,42	0,11	6,58	2,88	0	20,24	152,4	17,25	2,59			
304	Компот из чернослива	С 7-11 лет	155	2,98	5,84	20,65	155	0,19	26	35,23	0	20,32	12,5	17,12	0,45			
		С 12-18 лет	185	3,55	6,97	24,64	185	0,004	0,45	0	0	20,32	12,5	17,12	0,45			
348	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,09	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77			
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,09	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77			
тпк	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,15	0	0	0	13,2	71,2	22	1,8			
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,518	36,84	51,04	0	115,31	462,47	134,94	8,68			
тпк	Итого:	С 7-11 лет	835	22,66	29	153,13	1078,77	0,668	44,5	62,76	0	140,06	583,48	174,7	11,06			
	Итого:	С 12-18 лет	1005	29,57	29	153,13	1078,77	0,668	44,5	62,76	0	140,06	583,48	174,7	11,06			
тпк	Подник Кекс	С 7-11 лет	70	2,87	3,92	46,48	233,8	0,11	0,63	15,4	0	32,2	101,5	7	0,88			
		С 12-18 лет	70	2,87	3,92	46,48	233,8	0,11	0,63	15,4	0	32,2	101,5	7	0,88			
385	Молоко кипяченое	С 7-11 лет	200	6,1	5,44	10,1	113	0,08	2,73	42,66	0	252,8	189,6	29,46	0,21			
		С 12-18 лет	200	6,1	5,44	10,1	113	0,08	2,73	42,66	0	252,8	189,6	29,46	0,21			
	Итого:	С 7-11 лет	270	8,97	9,36	56,58	346,8	0,19	3,36	58,06	0	285	291,1	36,46	1,09			
	Итого:	С 12-18 лет	270	8,97	9,36	56,58	346,8	0,19	3,36	58,06	0	285	291,1	36,46	1,09			
	Итого за день:	С 7-11 лет	1545	68,28	65,07	290,09	2069,09	0,944	42,31	296,3	0	933,36	1237,85	256,06	18,3			
	Итого за день:	С 12-18 лет	1735	79,1	73,85	331,65	2400,34	1,109	50,04	327,52	0	1048,01	1415,46	310,62	23,8			

Примерное циклическое меню

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: c7-11лет, c12-18 лет

№ рецептуры	Применение пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Завтрак														
15	Сыр порционнно	c7-11лет	20	5	5,2	0	68	0,008	0,14	39	0	176	100	27	
		c12 и старше	30	7,5	7,8	0	102	0,012	0,21	58,5	0	264	150	40,5	
243	Колбасные изделия отварные	c7-11лет	50	6,4	14,72	0,82	161,55	0,11	0	5,02	0	15,7	90,5	11,02	
		c12 и старше	50	6,4	14,72	0,82	161,55	0,11	0	5,02	0	15,7	90,5	11,02	
185	Каша вязкая молочная пшеничная	c7-11лет	210	4,48	8,24	24,7	191,9	0,044	0,96	54,8	0	95	117	27	
		c12 и старше	210	4,48	8,24	24,7	191,9	0,044	0,96	54,8	0	95	117	27	
		c7-11лет	260	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	
		c12 и старше	260	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	
тгк	Чай с молоком	c7-11лет	50	7,05	1,1	58,8	275,5	0,055	0	0	0	9,5	32,6	6,5	
		c12 и старше	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	
тгк	Батон	c7-11лет	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0	0	11,4	39,2	7,8	
		c12 и старше	60	8,46	1,32	70,56	330,6	0,066	0	0	0	11,4	39,2	7,8	
	Итого	c7-11лет	530	24,45	30,61	100,22	777,95	0,257	2,43	108,82	0	422,8	432,9	86,92	
	Итого	c12 и старше	550	28,36	33,43	111,98	867,05	0,272	2,5	128,32	0	512,7	489,5	101,72	
	Обед														
62	Салат из моркови с сахаром	c7-11лет	60	0,74	0,06	5,8	31,4	0,034	2,88	0	0	15,64	31,68	21,88	
		c12 и старше	100	1,24	0,094	11,48	81,7	0,058	3,36	0	0	25,76	52,7	36	
88	Щи из свежей капусты с картофелем, с говядиной, сметана	c7-11лет	10/200/5	4,35	5,09	6,55	94,74	0,058	12,69	0	0	45,09	62,12	20,44	
241		c12 и старше	15/250/10	6,23	7,02	8,34	128,2	0,081	15,89	0	0	59,98	83,38	26,23	
392	Пельмени с маслом	c7-11лет	150/5	15,8	9,3	27,03	255,7	0,13	0,29	31,5	0	18,3	96,1	27,9	
		c12 и старше	200/5	21,1	12,45	36,05	341	0,17	0,39	42	0	24,4	128,2	37,2	
647	Напиток хлопковый	c7-11лет	200	0,1	0,04	21,2	80,6	0,004	1,4	4	0	3,4	2,2	1,6	
		c12 и старше	200	0,1	0,04	21,2	80,6	0,004	1,4	4	0	3,4	2,2	1,6	
пр	Хлеб пшеничный	c7-11лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,04	0	0	0	14	45,5	9,8	
		c12 и старше	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,06	0	0	0	13,2	71,2	22	
пр	Хлеб ржаной	c7-11лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,09	0	0	0	19,8	106,8	33	
		c12 и старше	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,15	0	0	0	105,63	295,8	100,82	
	Итого	c7-11лет	720	27,32	15,55	98,31	651,34	0,356	17,26	35,5	0	147,34	418,78	143,83	
	Итого	c12 и старше	910	37,98	21,144	131,4	904	0,523	21,04	46	0	147,34	418,78	143,83	
	Полдник														
тгк	Лакомка с творогом	c7-11лет	50	3,92	7,96	22,48	175,7	0,04	0	5	0	32,5	56	8	
		c12 и старше	50	3,92	7,96	22,48	175,7	0,04	0	5	0	32,5	56	8	
389	Сок фруктовый	c7-11лет	200	1	0	20,2	84,8	0,022	4	0	0	14	14	8	
		c12 и старше	200	1	0	20,2	84,8	0,022	4	0	0	14	14	8	
		c7-11лет	250	4,92	7,96	42,68	260,5	0,062	4	5	0	46,5	70	16	
		c12 и старше	250	4,92	7,96	42,68	260,5	0,062	4	5	0	46,5	70	16	
	Итого	c7-11лет	1500	56,69	54,12	241,21	1689,79	0,675	23,69	149,32	0	574,93	798,7	203,74	
	Итого за день	c12 и старше	1710	71,26	62,534	286,06	2031,55	0,857	27,54	179,32	0	706,54	978,28	261,55	

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях-2011г, Делта принт-544с, руковод. М.П. Могильный, В.А. Тутельян
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях-2012, Делта принт-584с, руковод. М.П. Могильный, В.А. Тутельян
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания-1994г, КРФ по торговле-616с, руковод. Ф.Л. Марчук
С вытискиванием будет применяться и третьим старшим блоком ежедневно - согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 ответственный: мед. работник учреждения, с регистрацией в соответствующем журнале.