

Организация: МКОУ Андреевская СОШ

Название меню: Горячее питание 5-11 класс

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: ОВЗ

Срок действия меню: 01.09.2023 - 25.05.2024

Обед																				
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурц	60	0,6	5,1	1,8	37,5	0,03	0,03	64,38	0	11,46	80,68	131,8	16,8	10,С4	18,39	0,46	9,31	0,21	14,37
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со см	250	5,9	7,1	12,7	138	0,04	0,05	168,33	0	8,46	133,78	310,78	42,1	24,С3	53,29	1,09	21,5	0,49	28,28
54-11г	Картофельные пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	0,16	0,14	31,73	0,12	13,61	215,71	333,1	52,65	37,64	112,63	1,38	38	1,04	57,05
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	9,7	5,2	4,4	103,1	0,06	0,07	221,25	0,12	1,91	81,11	238,62	36,85	39,22	146,32	0,74	101	8,62	442,04
54-22Гн	Какао с молоком густенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4	0,02	0,12	10,79	0	0,15	37,96	135,29	161,27	26,С3	95,2	0,84	2,66	1	23,1
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	С,7	20	102,5	0,11	0,05	0	0	0	366	147	21	28,2	94,8	2,34	0	18,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	С,2	14,8	70,3	0,03	0,01	0	0	0	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0,96	1,8	4,35
Пром.	Апельсин	150	1,4	С,3	12,2	56,7	0,06	0,05	12	0	90	19,5	195,5	51	19,5	34,5	0,45	3	0,75	25,5
	Итого за Обед	1020	31,5	27,1	115	827,3	0,51	0,52	508,48	0,24	125,6	1084,44	2219,99	387,67	188,86	574,63	7,63	1,76	32,5	594,69
	Итого за День	1590	46,2	42,4	202	1372	0,75	0,8	586,83	0,44	127,5	2130,6	2618,85	674,04	263,57	881,31	11,82	1,41	61,9	651,81
Среда, 1 неделя																				
Завтрак																				
54-19к	Суп молочный с макаронными изд.	250	6,9	5,7	22,3	167,8	0,08	0,22	29,85	0,03	0,91	140,81	213,17	212,62	24,15	152,98	0,45	25,1	3,1	39,67
изделиями																				
54-23Гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	0,03	0,13	13,29	0	0,52	38,55	133,98	148,32	30,67	106,79	1,06	9	1,76	20
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	С,7	20	102,5	0,11	0,05	0	0	0	366	147	21	28,2	94,8	2,34	0	18,5	0
Пром.	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2	0	0,01	7,5	0	0,15	0,6	45,6	3,6	2,7	5,4	0,12	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	С,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
	Итого за Завтрак	590	18,7	9,7	97,3	550,7	0,28	0,43	50,64	0,03	1,58	795,46	616,25	395,54	92,72	392,47	4,52	35,7	26,4	66,92
Обед																				
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	0,03	0,03	732,9	0	3,63	89,79	113,26	13,5	15,57	22,38	0,66	10,2	0,09	21,57
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	7,6	17,4	181,1	0,11	0,11	128,04	0,04	9,32	198,76	306,9	22,59	32,15	115,1	1,74	32,3	0,86	61,18
Итого за Обед																				
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	0,21	0,12	19,19	0,09	0	149,45	219,36	46,62	120,16	180,99	4,05	22,3	3,52	16,06
П/Ф	Котлеты Домашние	85	11	8,7	6,6	148,7	0,08	0,09	11,54	0	3,47	310,89	209,41	19,54	17,56	119,15	1,45	31	2,13	0
54-3соус	Соус красный основной	40	1,3	1	3,6	28,2	0,01	0,01	51,26	0,02	1,07	4,94	56,78	3,69	4,9	9,54	0,2	0,72	0,18	3,61
54-12Гн	Чай с лимоном и медом	200	0,3	С,1	7,6	32	0	0,01	0,38	0	1,16	1,97	33,04	66,57	4,82	10,08	0,82	0,21	0,02	10,7
Пром.	Йогурт 3.2%	100	5	5,2	3,5	62,8	0,04	0,2	22	0	0,6	52	147	122	15	96	0,1	9	2	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	С,5	29,5	140,6	0,07	0,02	0	0	0	299,4	55,8	12	8,4	39	0,66	1,92	3,6	8,7
	Итого за Обед	945	41,7	35,5	108	901,4	0,55	0,59	965,31	0,15	19,25	1107,2	1411,55	306,51	218,56	592,24	9,68	1,08	12,4	141,82
	Итого за День	1535	60,4	43,2	206	1452	0,83	1,02	1015,95	0,16	20,83	1902,66	2107,8	702,05	311,28	984,71	14,2	1,44	38,8	208,74

Четверг, 1 неделя

Завтрак																				
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,01	0,09	78	0,29	0,21	243	26,4	10,5	150	0,3	0	4,35	0	
54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	6,7	7,2	31,6	217,8	0,07	0,18	34,37	0,08	0,69	272,47	196,05	21,18	128,98	0,43	41,9	2,39	32,93	
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	8,5	12,5	100,4	0,04	0,16	17,25	0	0,68	49,95	230,33	167,68	34,32	130,28	1,09	11,7	2,29	38,25
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	4,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	6,6	16,7	85,4	0,08	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
580	Итого за Завтрак	580	25,5	20,6	85,4	628,3	0,27	0,49	129,62	0,37	1,58	1119,92	611,78	637,33	96,5	520,76	4,32	55,2	27,5	78,43
Обед																				
54-8з	Салат из белокочанной капусты с лс морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	0,02	0,02	121,52	0	23,11	85,27	133,47	27,79	10,4	19,21	0,36	9,81	0,16	8,34
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	5,8	4,1	14,2	117	0,06	0,05	126,79	0,06	4,61	72,52	277,65	16,6	15,53	44,96	0,68	12,9	1,18	26,53
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	0,44	0,09	0,9	0	0	165,91	513,48	124,95	69,51	215	4,45	23,8	8,65	22,5
Т/Ф	Котлеты Курные	85	10,8	8,5	7,1	148,5	0,08	0,08	20,81	0	2,35	363,52	137,48	17,09	13,59	99,22	0,93	33,1	0,6	0
54-1соух	Соус сметанный	40	0,6	8,3	1,3	37,2	0,01	0,02	15,54	0,01	0,03	9,75	20,52	22,67	1,71	11,46	0,05	2,3	0,13	3,05
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный форми	30	0,5	2,8	19,3	103,7	0	0,01	0	0	0	21	34,5	3,9	11,7	12,6	0,78	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	4,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6	0,04	0,08	434	0	8	4	490	40	20	36	0,4	0	0	0
865	Итого за Обед	865	38	28,5	132	915,5	0,71	0,37	719,56	0,07	38,1	971,47	1733,6	263	150,24	470,95	8,2	83,5	13,7	67,67
1445	Итого за День	1445	63,5	47,1	217	1544	0,98	0,86	849,18	0,44	39,68	2091,39	2315,38	900,33	246,74	991,71	12,52	139	41,2	146,1

Пятница, 1 неделя

Завтрак																				
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0	0,01	45	0,13	0	1,5	3	2,4	0	3	0,02	0	0,1	0,28
54-1о	Омлет натуральный	220	18,6	28,4	4,8	330,7	0,09	0,59	268,09	3,2	0,44	366,12	234,12	160,6	24,57	297,24	3,06	61,1	38,2	91,85
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	1,1	7,5	31,7	0	0,01	0,66	0	0,52	3,05	18,45	63,15	4,77	8,33	0,96	0,24	0,03	0,96
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	4,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	1,8	23,4	119,6	0,13	0,06	0	0	0	427	171,5	24,5	32,9	110,6	2,73	0	21,6	0
550	Итого за Завтрак	550	27,3	35	60,4	665,3	0,28	0,69	313,75	3,33	0,96	1047,17	533,57	260,65	69,24	451,67	7,32	62,9	63	100,34
Обед																				
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	1,1	1,5	8,5	0,02	0,02	6	0	6	4,8	84,6	13,8	8,4	25,2	0,36	1,8	0,18	10,2
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	8,5	23,1	149,5	0,11	0,07	121,89	0	8,61	116,26	513,02	17,16	26,05	68,2	1,08	21	0,29	40,9

54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7	40,7	249,5	0,06	0,04	27	0,13	0	153,3	97,61	75,28	23,27	190,09	1,07	20	22,2	0,28
54-2м	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	232,1	0,05	0,12	25,46	0,07	1,41	120,97	32,44	55,74	23,26	166,62	2,46	17,1	0,32	62,72
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	1,1	8,4	35,5	0,01	0,01	3,06	0	24	7,35	37,32	61,37	8,09	8,61	0,36	0,3	0,29	5,1
Пром.	Мандарин	100	0,8	1,2	7,5	35	0,06	0,03	10	0	38	12	155	35	11	17	0,1	0,3	0,1	150,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	1,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
	Итого за Обед	960	34,8	27,8	110	827,3	0,37	0,31	193,41	0,2	78,02	664,18	1306,49	268,35	107,07	508,22	5,98	62	26,4	276,75
	Итого за день	1510	62,1	62,8	170	1493	0,65	1	507,16	3,53	78,98	1711,35	1810,06	529	176,51	959,89	13,3	125	89,3	377,09

Суббота, 1 неделя

Завтрак																				
54-6т	Сырники	200	39,3	11,5	32,8	391,5	0,09	0,41	57,52	0,18	0,37	183,61	211,78	274,9	41,47	380,92	1,09	34,3	50,1	68,14
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0,07	6,9	0	0,3	19,68	31,35	103,48	9,52	46,33	0,78	4,5	0,88	10
Пром.	молоко ступенное с сахаром	40	2,9	1,4	22,2	130,9	0,02	0,15	18,8	0	0,4	52	146	122,8	13,6	87,6	0,08	2,8	1,2	14
Пром.	Груша	150	0,6	1,5	15,5	68,3	0,03	0,05	3	0	7,5	21	32,5	28,5	18	24	3,45	1,5	0,15	15
	Итого за Завтрак	590	44,4	16,5	79,1	641,6	0,15	0,68	86,22	0,18	8,57	276,29	671,63	529,68	82,59	558,85	5,4	43,1	52,3	107,14

Обед

54-3з	Помидор в нарезке	60	0,7	1,1	2,3	12,8	0,04	0,02	79,8	0	15	1,8	174	8,4	12	15,6	0,54	1,2	0,24	12
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	250	7,4	1,4	15,7	168,3	0,08	0,05	193,37	0,88	6,57	245,14	454,38	77,38	28,59	115,8	0,97	35,3	0,89	171,7
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	1,3	19,8	139,4	0,12	0,11	23,8	0,09	10,2	161,78	624,83	39,49	28,23	84,47	1,03	28,5	0,78	42,79
54-3м	Голубцы ленивые	85	7,2	1,5	5,5	109,1	0,03	0,06	7,8	0,03	9,38	97,69	230,58	35,14	16,13	78,32	1,15	14,4	0,74	30,3
54-2соус	Соус белый основной	40	1,1	1,5	1,7	25	0	0	5,79	0,03	0,27	3,96	9,13	3,28	0,51	3,79	0,12	0,56	0,14	2,31
54-3гн	Чай с лимонком и сахаром	200	0,2	1,1	6,6	27,9	0	0,01	0,38	0	1,16	1,26	30,23	67	4,16	8,52	0,77	0,01	0,02	0,7
Пром.	Зефир	50	0,4	1,1	39,9	161,7	0	0,01	0	0	0	138,5	23	12,5	3	6	0,7	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	1,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	1,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
	Итого за Обед	935	27,2	13	133	846,8	0,42	0,32	310,94	1,03	42,58	1204,63	1715,15	270,69	123,52	424	7,78	81,5	21,3	267,05
	Итого за день	1525	71,6	39,5	212	1488	0,57	1	397,16	1,21	51,15	1480,92	2336,78	800,37	206,51	962,85	13,18	125	73,6	374,19

Понедельник, 2 неделя

Завтрак																				
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,2	11,6	48,3	337,8	0,17	0,22	51,24	0,16	0,69	427,62	233,18	189,46	49	257,9	2,73	61,9	41,3	26,85
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	1,2	15,1	65,4	0,01	0,05	98,04	0	80	1,73	8,47	81,52	2,56	2,96	0,54	0	0	0
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	1,4	10	51,2	0,05	0,02	0	0	0	183	73,5	10,5	14,1	47,4	1,17	0	9,27	0
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	0	0	0	0	0,1	0,2	25,8	2,8	1,4	1,8	0,26	0	0	0

Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	С,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
	Итого за Завтрак	550	16,7	12,6	111	623,9	0,29	0,31	149,28	0,16	80,79	862,05	437,45	294,28	74,46	342,56	5,25	53,5	53,6	34,1
	Обед																			
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	€,1	6,2	85,8	0,03	0,04	122,25	0	34,78	88,69	247,73	40,39	15,18	30,31	0,55	10,7	0,26	12,66
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перло зая)	250	6,4	7,2	13,5	144,5	0,05	0,05	129,11	0	8,03	120,71	250,24	34,58	13,29	65,54	0,69	19,1	3,55	20,85
54-1г	Макаронны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	0,06	0,02	18,36	С,09	0	149,04	53,8	105,83	7,19	40,7	0,73	20,8	0,06	11,92
7/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	8	€,5	4,7	109,1	0,05	0,06	10,12	0	1,5	233,47	131,16	10,56	12,26	83,08	0,9	23,7	1,3	0
54-3соук	Соус красный основной	30	1	С,7	2,7	21,2	0,01	0	38,45	С,01	0,81	3,7	42,58	2,77	3,67	7,16	0,15	3,54	0,13	2,71
54-16кн	Компот из облепихи с медом	200	0,3	1	8,3	43,1	0,01	0,01	30	0	16	1,37	35,03	67,63	5,48	3,13	0,31	3,42	0,17	12,38
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	С,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
Пром.	Банан	150	2,3	С,8	31,5	141,8	0,06	0,08	30	0	15	46,5	522	12	63	42	0,9	3,08	1,5	3,3
	Итого за Обед	955	28,1	27,8	116	827,7	0,36	0,3	378,29	0,1	76,12	948,48	1405,04	291,26	143,57	350,92	6,18	75,3	22,4	63,82
	Итого за День:	1505	44,8	40,4	227	1452	0,65	0,61	527,57	0,26	156,9	1810,53	1842,49	585,54	223,03	693,48	11,43	139	76	97,92

Вторник, 2 не дела

Завтрак

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0	0,01	45	С,13	0	1,5	3	2,4	0	3	0,02	0	0,1	0,28
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8,9	7,2	33,4	234,2	0,18	0,22	29,91	С,07	0,62	415,03	296,66	164,89	97,51	219,23	2,92	52,4	4,54	35,07
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	0,03	0,13	13,29	0	0,52	38,55	183,98	148,32	30,67	106,79	1,06	9	1,76	20
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	С,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	С,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
	Итого за Завтрак	560	20	18,4	86	588,9	0,36	0,42	88,2	0,2	1,14	1009,58	652,64	343,11	153,68	440,52	6,5	73	24,9	62,6

Обед

54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0,7	5,4	4	67,1	0,02	0,02	72,89	0	2,26	200,99	127,85	12,1	9,66	21,4	0,41	7,86	0,13	11,85
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4	0,06	0,05	74,77	0	7,29	132,85	424,98	84,2	25,07	59,14	1,26	21,9	0,54	30,95
54-26и	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	29	33,1	510,8	0,25	0,32	45,26	С,27	16,5	466,48	1366,09	39,37	70,36	349,53	5,17	71,4	2,78	153,18
54-2хн	Компот из кураги	200	1	С,1	15,6	66,9	0,01	0,03	69,96	0	0,32	2,64	285,2	90,5	13,27	25,4	0,58	0	0	0
Пром.	Йогурт 3.2%	100	5	5,2	3,5	62,8	0,04	0,2	22	0	0,6	52	147	122	15	96	0,1	9	2	20
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	С,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	С,2	9,8	46,9	0,02	0,01	0	0	0	99,8	18,6	4	2,8	13	0,22	0,64	1,2	2,9
	Итого за Обед	930	43,1	43,8	96,1	950,3	0,49	0,67	284,88	С,27	26,97	1259,76	2492,22	369,67	165,66	643,47	9,69	111	22,1	218,88
	Итого за День:	1490	63,1	62,2	182	1539	0,85	1,09	373,08	С,47	28,11	2269,34	3144,86	712,78	321,34	1083,99	16,19	184	47	281,48

Тром.	150	1,1	С,2	19,8	84,8	0,06	0,03	12	0	60	15	268,5	27	16,5	19,5	0,45	0	0
Тром.	50	3,8	С,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3
Итого за Обед	1020	35,9	25,2	124	904,3	0,54	1,86	4967,98	0,11	101,4	1473,74	1210,56	333,44	123,28	558,05	11,67	117	62,4
Итого за день.	1580	65,5	53,9	197	1536	0,85	2,48	5308,98	2,25	183,6	2831,3	1711,31	850,1	239,6	1089,13	18,25	163	118

Питница, 2 недели																			
Завтрак																			
34-3к	250	9,2	1,1	58	367,3	0,11	0,21	102,94	С,15	0,81	402	399,85	184,68	43,31	176,57	2,09	58,3	12,4	24,14
34-6гн	200	0,3	С,1	7,2	30,9	0	0,01	1,52	0	9,64	3,59	55,62	65,26	7,06	10,62	0,87	3,12	0,12	2,04
Тром.	50	3,8	С,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Тром.	50	3,3	С,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
Тром.	20	0,1	0	13	52,3	0	0	0	0	0,1	0,2	25,8	2,8	1,4	1,8	0,26	0	0	0
Итого за Завтрак	570	16,7	12,1	120	653,1	0,26	0,28	104,46	С,15	10,55	960,29	650,27	280,24	82,27	300,49	5,72	50,1	30,9	33,43

Обед																			
34-8з	60	1	С,1	5,8	81,5	0,02	0,02	121,52	0	23,11	85,27	163,47	27,79	10,4	19,21	0,36	9,81	0,16	8,34
34-12с	250	9,9	С,4	15,5	144,6	0,08	0,1	218,25	С,41	7,3	328,1	471,46	145,36	43,35	136,3	1,12	39,7	15	210,91
34-22м	200	21	7	17,5	217,3	0,14	0,11	259,68	0	11,25	281,38	738,57	32,19	93,35	192,51	2,13	43	17	156,36
Тром.	80	6,1	С,6	39,4	187,5	0,09	0,02	0	0	0	399,2	74,4	16	11,2	52	0,88	2,56	4,8	11,6
Тром.	50	3,3	С,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
Тром.	200	1	С,2	20,2	86,6	0,02	0,02	0	0	4	12	240	14	8	14	2,8	0	0	0
Тром.	100	0,8	С,4	8,1	39,2	0,02	0,04	15	0	180	5	300	40	25	34	0,8	2	0,2	14
Итого за Обед	940	43,1	15,7	123	842,1	0,46	0,35	614,45	С,41	225,7	1415,95	2110,4	292,84	214,8	527,02	10,04	97	52,6	401,21
Итого за день.	1510	59,8	31,8	243	1495	0,72	0,63	718,91	С,15	236,2	2376,24	2760,67	573,08	297,07	827,51	15,76	157	83,6	434,64

Суббота, 2 недели																			
Завтрак																			
33-19з	10	0,1	С,3	0,1	66,1	0	0,01	45	С,13	0	1,5	3	2,4	0	3	0,02	0	0,1	0,28
34-9к	250	10,7	С,4	42,9	341	0,26	0,22	50,25	С,16	0,65	433,32	342,56	197,05	73,54	291,72	2,29	34,1	18,2	77,85
34-23гн	200	3,9	С,2	11,2	86	0,03	0,13	13,29	0	0,52	38,55	183,98	148,32	30,67	106,79	1,06	9	1,76	20
Тром.	50	3,3	С,6	16,7	85,4	0,09	0,04	0	0	0	305	122,5	17,5	23,5	79	1,95	0	15,5	0
Тром.	50	3,8	С,4	24,6	117,2	0,06	0,02	0	0	0	249,5	46,5	10	7	32,5	0,55	1,6	3	7,25
Итого за Завтрак	560	21,8	25,3	95,5	695,7	0,44	0,42	108,54	С,29	1,17	1027,87	698,54	375,27	133,71	513,01	5,87	74,7	38,5	105,38
Обед																			
34-11з	60	0,5	С,1	4,3	74,3	0,03	0,03	732,9	0	3,63	89,79	123,26	13,5	15,57	22,38	0,66	10,2	0,09	21,57

54-17с	54-11г	54-27м	54-21гн	Тром.	Тром.	Тром.	Итого за Обед	Итого за Дент.
250	200	100	200	50	100	60	1020	1580
1,8	4,1	8,4	4,7	3,8	4,5	4	31,8	53,6
4,6	7,1	4,1	3,5	0,4	2	0,7	28,5	53,8
10,1	26,4	5,2	12,5	24,6	6,5	20	110	205
89	185,8	91,5	100,4	117,2	62	102,5	822,7	1518
0,06	0,16	0,04	0,04	0,06	0,03	0,11	0,53	0,97
0,04	0,14	0,05	0,16	0,02	0,15	0,05	0,64	1,06
123,51	31,73	24,75	17,25	0	10	0	940,14	1048,68
0,12	0,12	0,17	0,68	0	0,6	0	44,03	45,2
8,5	13,61	17,01	0,68	0	0	0	44,03	45,2
136,62	215,71	140,86	49,95	249,5	50	366	1298,43	2326,3
322,84	833,1	319,31	220,33	46,5	152	147	2164,54	2862,88
78,24	52,65	43,86	167,68	10	124	21	510,93	886,2
13,76	37,64	37,03	31,32	7	15	38,2	193,52	333,23
44,83	112,63	73,97	130,28	32,5	95	94,8	606,39	1119,4
0,68	1,38	0,93	1,09	0,55	0,1	2,34	7,73	13,6
18,9	38	20,7	11,7	1,6	9	0	110	185
0,31	1,04	6,32	2,29	3	2	0	33,6	72,1
25,6	57,05	50,26	38,25	7,25	0	18,5	219,98	325,36

Масса	Белки	Жиры	Углев	Энерге	В1	В2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Se	F	
г	г	г	г	ккал	мг	мг	мкг рет.э	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мкг	мкг	
569,2	23,33	18,85	88,7	617,2	0,28	0,45	0	0,65	16,05	970,58	0	425,88	93,64	439,05	5,37	56,1	68,28	
950	35,97	27,41	117	859,2	0,49	0,55	0	0,57	68,7	1106,09	0	320,97	161,39	519,31	8,43	96,5	245,04	
1519	59,3	46,3	206	1477	0,8	1	0	1,2	84,8	2076,7	0	746,9	258	958,4	13,8	153	69,7	313,3

Средние показатели за Завтрак

Средние показатели за Обед

Средние показатели за период

Прошито,
пронумеровано и
скреплено печатью
_____ листов

Директор школы: *[Signature]*
МКОУ А.Н. Довыдович

