

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	З	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	14	15	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Омлет с колбасой или сосисками	165	14,89	25,77	2,99	303,00	0,65	0,07	0,02	0,73	116,90	249,30	22,60	2,59	60				
Какао с молоком	200	2,68	2,76	15,74	98,00	0,97	0,03	0,02	0,01	93,43	83,22	20,70	0,61	11				
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		21,91	34,98	41,07	566,33	1,62	0,21	0,07	1,37	228,25	393,92	74,30	5,37					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП				
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54					
Обед																		
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	100	2,01	8,13	6,06	106,00	6,30	0,07	0,04	3,81	22,30	52,78	26,24	0,61	91				
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/15	5,77	7,44	7,95	126,00	17,66	0,06	0,04	0,27	52,91	134,44	25,71	0,93	55				
Поджарка из рыбы	150	17,80	6,33	6,09	153,00	1,72	0,03	0,01	3,28	39,60	219,25	50,09	0,99	54				
Пюре картофельное	210	4,31	10,17	25,31	223,65	25,13	0,20	0,05	0,27	59,08	128,24	44,64	1,49	10				
Компот из сухофруктов	200	0,88	0,00	32,81	140,00	0,80	0,01	0,01	0,16	89,25	30,80	12,00	2,44	23				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		40,80	33,93	146,69	1054,92	51,61	0,67	0,15	9,55	311,94	768,61	236,58	12,38					
Полдник																		
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Сушки, булочки, баранки	50	5,35	0,60	35,60	169,50	0,00	0,09	0,00	0,80	12,00	45,50	9,00	0,80	ГП				
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП				
Итого		6,87	1,30	68,66	306,18	17,12	0,15	0,00	1,12	50,00	76,00	30,63	4,70					

														Ужин	
Итого за день (приходящие дети)	Б	Ж	У	Энц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Дюшес натуральные соевые консервированные или томидоры (отрубы) свежие	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,00	0,10	23,00	24,00	14,00	0,60	90,32,34	
Котлеты, биточки, шницели куриные	120	11,25	9,31	8,71	163,59	0,19	0,08	0,10	0,75	47,56	116,97	22,03	1,61	37	
Соус сметанный натуральный	25	0,72	7,99	2,34	82,50	0,10	0,01	0,03	0,15	20,90	15,39	1,89	0,08	97	
Макаронные изделия отварные	180	6,19	7,93	37,89	241,20	0,00	0,06	0,04	0,71	7,76	43,03	9,26	0,91	24	
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16	
Кисломолочный продукт (НД ПАУЖИИ)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41	
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	TTI	
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	TTI	
Итого	7 гр.	31,40	31,02	116,10	856,06	6,52	0,43	0,22	2,89	342,85	499,76	127,75	7,56		
Норма соли на весь день		Б	Ж	У	Энц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Итого за день (приходящие дети)		69,58	70,21	256,42	1927,43	70,35	1,03	0,22	12,04	590,19	1238,53	341,51	22,45		
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05		
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		118,94	117,41	103,00	109,30	154,62	112,97	37,00	1543,59	75,67	105,86	175,13	203,13		
Итого за день (интернированные дети)		101,23	101,40	378,52	2812,28	83,00	1,48	0,44	15,07	944,24	1745,99	475,62	31,55		
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00		
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		112,48	110,22	98,83	103,66	118,57	105,57	49,11	125,58	78,69	97,00	158,54	185,56		

Дети с 11-18 лет

День 2

Прим пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/л (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Залесанка из творога с молоком сгущенным	235/35	42,77	30,40	51,17	674,00	0,75	0,12	0,19	0,85	442,78	554,99	59,02	1,32	71				
Чай с молоком	200	2,80	3,20	16,68	106,00	1,30	0,04	0,03	0,00	120,43	90,12	14,07	0,11	45				
Сыр (порциями)	30	6,97	8,86	0,00	109,20	0,23	0,01	0,07	0,14	264,00	150,00	10,50	0,30	88				
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		56,88	48,91	90,19	1054,53	2,28	0,28	0,32	1,62	845,13	856,51	114,59	3,90					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП				
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54					
Обед																		
Винегрет овощной	100	1,24	10,14	9,47	126,00	9,36	0,04	0,01	4,53	23,64	40,53	18,44	0,79	74				
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом говядины	232/15	6,32	6,92	8,58	132,00	8,77	0,07	0,03	0,27	50,14	136,20	28,40	1,24	28				
Плов с мясом	200	12,80	13,01	32,57	300,80	2,52	0,05	0,00	2,10	6,60	135,58	34,32	1,40	84				
Компот из сухофруктов с яблоками	200	0,70	0,04	29,33	125,00	1,60	0,01	0,01	0,14	68,65	24,20	9,90	2,06	25				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		31,09	31,97	148,42	990,07	22,25	0,47	0,05	8,80	197,83	539,61	168,96	11,41					
Полдник																		
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41				
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП				
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП				
Итого		7,85	7,83	42,18	279,53	14,35	0,11	0,05	0,69	242,70	209,75	44,13	4,10					

		Ужин													
		100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64
Икра кабачковая		100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64
Запеканка картофельная с мясом или печенью		200	14,64	6,15	20,36	195,00	5,32	0,27	7,00	0,66	24,88	276,86	39,97	5,05	29
Сок		200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)		140	4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,03	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Хлеб пшеничный		60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной		40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого			28,40	16,84	101,32	647,02	19,76	0,56	7,03	3,96	273,48	582,26	136,57	10,73	
Норма соли на весь день	7 гр.														
Итого за день (приходящие дети)			95,82	88,71	280,79	2324,13	38,88	0,86	0,42	11,11	1285,66	1605,87	327,68	19,41	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			163,79	148,34	112,79	131,79	85,45	94,51	70,33	1424,36	164,83	137,25	168,04	175,62	
Итого за день(интернированные дети)			124,47	105,72	388,11	2999,94	64,77	1,44	7,45	15,21	1570,34	2195,83	470,61	31,68	
Суточная потребность (интернированные дети)			90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)			138,30	114,91	101,33	110,58	92,53	102,86	828,00	126,75	130,86	121,99	156,87	186,33	

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энд (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Mg	Fe	11	12	13	14	
Завтрак																		
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59					
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4					
Какао с молоком	200	5,62	6,12	20,68	159,00	2,34	0,07	0,01	219,43	177,72	35,40	0,68	11					
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	1,92	2,4	0	0,016	65					
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП					
Итого		21,55	25,94	77,05	629,33	4,32	0,28	1,04	444,83	498,28	107,26	4,26						
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП					
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54						
Обед																		
Икра морковная	100	2,06	6,84	9,39	113,75	8,88	0,06	3,60	29,18	61,29	36,69	1,05	42					
Солянка домашняя со сметаной	258	5,92	11,88	11,15	166,00	5,40	0,05	0,34	32,96	97,24	24,42	1,26	57					
Птица запеченная	75	18,00	13,73	0,08	195,63	0,00	0,83	2,21	27,06	81,44	15,51	1,28	87					
Капуста тушеная	230	4,58	4,70	17,34	144,00	37,02	0,06	1,92	121,88	94,10	49,04	1,87	15					
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП					
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП					
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП					
Итого		41,59	39,21	126,63	1000,65	55,30	1,32	9,85	273,88	551,17	211,56	11,98						
Полдник																		
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	4,00	0,01	0,01	6,85	4,40	3,60	0,92	12					
Крепдель сахарный	70	5,43	7,50	29,40	193,50	0,18	0,09	0,71	25,74	51,18	7,32	0,48	13					
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП					
Итого		6,11	8,16	61,15	334,18	17,30	0,14	1,02	56,59	72,08	24,55	4,70						

Ужин

		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	100	5,05	0,20	8,30	55,00	10,00	0,11	0,08	0,20	20,00	62,00	21,00	0,70
Жаркое по-домашнему	200	10,00	12,57	18,53	238,00	11,08	0,12	0,00	2,14	61,81	142,09	37,01	2,00
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИН)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого		27,49	18,46	92,29	648,77	22,31	0,49	0,13	3,52	325,44	504,46	138,58	7,06
Норма соли на весь день	7 гр.												
Итого за день (приходящие дети)		69,25	73,31	264,83	1964,16	76,92	1,74	0,33	11,91	775,30	1121,53	343,37	20,94
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		118,38	122,59	106,38	111,38	169,05	191,21	55,33	1526,92	99,40	95,86	176,09	189,47
Итого за день(интернированные дети)		96,99	91,94	363,12	2641,72	105,36	2,25	0,46	15,57	1111,94	1633,69	488,31	29,54
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		107,77	99,93	94,81	97,37	150,51	160,71	51,33	129,75	92,66	90,76	162,77	173,74

Дети с 11-18 лет

День 4

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/г (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С		В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
Суп молочный с крупой	200	5,50	6,63	18,13	154,00	1,10	0,07	0,05	0,06	188,97	162,91	26,82	0,21	30		
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16		
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13	98		
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП		
Итого		9,80	7,32	58,87	339,53	1,15	0,18	0,05	0,61	206,80	222,93	58,59	2,54			
2 завтрак																
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП		
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54			
Обед																
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	100	2,11	8,13	7,36	111,00	9,40	0,06	0,00	0,06	27,30	48,78	20,24	1,01	95		
Суп крестьянский с крупой с мясом	235/15	6,10	5,62	13,58	131,00	19,20	0,06	0,01	0,19	22,95	129,79	20,34	0,65	76		
Котлеты или биточки рыбные	130	18,72	3,09	67,89	147,33	0,29	0,13	0,04	0,59	68,92	277,49	60,33	1,25	33		
Пюре картофельное	210	4,31	10,17	25,31	223,65	25,13	0,20	0,05	0,27	59,08	128,24	44,64	1,49	10		
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП		
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП		
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП		
Итого		23,55	25,98	134,92	846,92	57,73	0,64	0,06	2,30	172,13	523,91	171,12	9,67			
Полдник																
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41		
Бутерброд с молоком сгущенным	30/20	3,72	1,94	25,86	136,00	0,20	0,04	0,01	0,37	67,40	63,30	11,00	0,37	99		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП		
Итого		9,32	6,82	45,72	290,43	14,55	0,13	0,06	0,67	301,40	246,05	49,13	3,84			

Дети с 11-18 лет

День 5

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/л (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Запеканка из творога с молоком ступенным	235/35	42,77	30,40	51,17	674,00	0,75	0,12	0,19	0,85	442,78	554,99	59,02	1,32	71				
Чай с молоком	200	2,80	3,20	16,68	106,00	1,30	0,04	0,03	0,00	120,43	90,12	14,07	0,11	45				
Сыр (порциями)	30	6,97	8,86	0,00	109,20	0,23	0,01	0,07	0,14	264,00	150,00	10,50	0,30	88				
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		56,88	48,91	90,19	1054,53	2,28	0,28	0,32	1,62	845,13	856,51	114,59	3,90					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП				
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54					
Обед																		
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	100	2,01	8,13	6,06	106,00	6,30	0,07	0,04	3,81	22,30	52,78	26,24	0,61	91				
Суп картофельный с крупой с мясом птицы	235/15	5,47	5,14	24,14	155,00	7,85	0,10	0,01	0,20	19,29	81,20	26,51	1,10	46				
Рыба, запеченная под молочным соусом	130	13,46	10,86	55,00	170,30	0,73	0,10	0,03	0,35	97,28	239,63	48,29	0,66	53				
Картофель отварной	180	3,46	7,98	24,18	182,36	14,40	0,17	0,03	0,25	22,80	96,36	38,28	1,41	18				
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		35,43	34,17	198,05	994,93	33,28	0,76	0,11	6,39	224,47	687,07	225,22	10,30					
Полдник																		
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41				
Булочка дорожная	60	4,45	7,05	29,82	213,00	4,89	0,08	0,04	0,66	28,17	46,56	7,24	0,37	8				
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП				
Итого		10,05	11,93	49,68	367,43	19,24	0,17	0,09	0,96	262,17	229,31	45,37	3,84					

Ужи

	100	6,17	12,78	5,92	164,00	3,06	0,04	0,00	3,78	43,16	100,23	11,79	1,08	81
Кукуруза с яйцом и луком	100	6,17	12,78	5,92	164,00	3,06	0,04	0,00	3,78	43,16	100,23	11,79	1,08	81
Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	13,71	11,31	12,81	207,20	0,24	0,07	0,01	2,79	30,30	131,56	23,52	1,16	39
Макаронные изделия отварные	180	6,19	7,93	37,89	241,20	0,00	0,06	0,04	0,71	7,76	43,03	9,26	0,91	24
Какао с молоком	200	2,68	2,76	15,74	98,00	0,97	0,03	0,02	0,01	93,43	83,22	20,70	0,61	11
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	140	4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,03	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	111
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	111
Итого		40,31	40,57	125,42	1009,42	5,11	0,44	0,10	8,47	377,25	619,44	140,87	8,04	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день (приходящие дети)		102,36	95,01	337,92	2416,89	54,80	1,21	0,52	8,97	1331,77	1772,89	385,18	18,04	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		174,97	158,88	135,74	137,05	120,44	132,97	87,00	1150,00	170,74	151,53	197,53	163,22	
Итого за день(интернированные дети)		142,92	135,75	469,34	3455,10	66,04	1,67	0,62	17,58	1720,22	2400,03	532,41	27,62	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		158,80	147,55	122,54	127,35	94,34	119,29	69,11	146,50	143,35	133,34	177,47	162,45	

Дети с 11-18 лет

День 6

Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С		В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
Суп молочный с макаронными изделиями	200	9,13	10,31	32,25	258,33	1,52	0,08	0,04	0,23	171,58	140,52	22,16	0,35	44		
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16		
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13	98		
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП		
Итого		13,43	11,00	72,99	443,86	1,57	0,19	0,04	0,78	189,41	200,54	53,93	2,68			
2 завтрак																
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	100	0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00	11,00	9,09	2,20	ГП		
Итого		0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00	11,00	9,09	2,20			
Обед																
Внегнет овощной	100	1,24	10,14	9,47	126,00	9,36	0,04	0,01	4,53	23,64	40,53	18,44	0,79	74		
Суп картофельный с бобовыми с мясом	235/15	7,55	4,24	20,67	147,00	5,73	0,22	0,01	0,27	42,00	167,23	40,53	2,20	40		
Колбасные изделия отварные	100	9,90	17,91	1,60	210,00	0,00	0,00	0,00	0,50	35,00	159,00	20,00	1,80	82		
Рагу овощное	200	3,32	5,79	22,03	156,00	10,91	0,12	0,03	0,39	30,09	94,73	42,61	1,38	51		
Компот из сухофруктов с яблоками	200	0,70	0,04	29,33	125,00	1,60	0,01	0,01	0,14	68,65	24,20	9,90	2,06	25		
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП		
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП		
Итого		32,74	39,98	151,57	1070,27	27,60	0,69	0,06	7,59	248,18	688,79	209,38	14,15			
Полдник																
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41		
Сушки, булочки, баранки	50	5,35	0,60	35,60	169,50	0,00	0,09	0,00	0,80	12,00	45,50	9,00	0,80	ГП		
Итого		10,43	4,98	42,60	262,25	1,23	0,14	0,05	0,80	222,00	211,75	33,50	0,97			

Дети с 11-18 лет

День 7

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17				
Какао с молоком	200	2,68	2,76	15,74	98,00	0,97	0,03	0,02	0,01	93,43	83,22	20,70	0,61	11				
Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,4	0,2	132	0	0	0,08	0,2	4,8	6	0	0,04	5				
Сыр (порциями)	37	8,60	10,93	0,00	134,68	0,28	0,01	0,09	0,17	325,60	185,00	12,95	0,37	63				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		32,86	51,66	42,75	767,98	2,25	0,27	0,21	1,66	605,03	647,42	96,45	6,63					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	100	0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00	11,00	9,09	2,20	ГП				
Итого		0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00	11,00	9,09	2,20					
Обед																		
Икра свекольная	100	2,50	7,88	12,93	138,00	16,76	0,06	0,03	3,98	36,55	55,64	29,38	1,69	27				
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	235/15	6,65	5,37	22,24	161,00	7,85	0,12	0,01	0,30	20,60	81,53	25,45	1,19	61				
Котлеты или биточки рыбные	130	18,72	3,09	67,89	147,33	0,29	0,13	0,04	0,59	68,92	277,49	60,33	1,25	33				
Картофельное пюре	210	4,31	10,17	25,31	223,65	25,13	0,20	0,05	0,27	59,08	128,24	44,64	1,49	10				
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		43,21	28,57	217,04	1051,25	54,03	0,83	0,13	6,92	247,95	760,00	245,70	12,14					
Полдник																		
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	4,00	0,01	0,00	0,01	6,85	4,40	3,60	0,92	12				
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	9,31	10,34	28,03	242,20	0,34	0,09	0,04	0,65	69,35	103,68	12,55	0,50	69				
Итого		9,47	10,50	46,92	321,20	4,34	0,10	0,04	0,66	76,20	108,08	16,15	1,42					

Ужин

	100	3,12	10,41	10,19	147,00	10,45	0,09	0,02	4,14	18,78	65,72	18,36	0,88	92
	290	12,13	12,96	17,61	249	37,02	0,08	0,00	2,11	136,96	202,60	60,55	3,57	47
	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16
	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		27,69	29,06	93,26	751,77	48,70	0,43	0,07	7,43	399,37	568,69	159,48	8,81	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день(интернированные дети)		113,59	120,03	408,54	2933,33	118,08	1,66	0,45	16,87	1344,55	2095,19	526,87	31,20	
Суточная потребность(интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		126,21	130,47	106,67	108,12	168,69	118,57	50,00	140,58	112,05	116,40	175,62	183,52	

Дети с 11-18 лет

День 8

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/п (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б		Ж		У		С		А		Е	Са		P		Fe	
		3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15			
1																		
Завтрак																		
Каша пшенная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	0,20	0,06	0,16	182,83	219,75	52,00	1,15	26				
Чай с молоком	200	2,80	3,20	16,68	106,00	1,30	0,04	0,03	0,00	120,43	90,12	14,07	0,11	45				
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		15,75	19,12	76,01	539,33	3,17	0,35	0,12	0,79	321,18	371,27	97,07	3,43					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП				
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54					
Обед																		
Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64				
Суп "Шахтерский" с мясом	235/15	5,84	4,58	18,35	18,00	7,77	0,13	0,01	0,19	22,84	125,23	32,77	1,11	7				
Курица в соусе с томатом	100	8,65	6,74	3,40	85,99	1,03	0,00	0,02	2,75	7,46	12,43	3,61	0,23	58				
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19				
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		31,13	25,74	151,16	809,26	26,10	0,51	0,07	7,13	129,24	465,54	164,11	9,54					
Полдник																		
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41				
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП				
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП				
Итого		7,85	7,83	42,18	279,53	14,35	0,11	0,05	0,69	242,70	209,75	44,13	4,10					

Ужин

		4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИИ)	140	4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Рыба, тушеная в томате с овощами	110	11,84	2,97	2,15	83,42	2,05	0,07	0,31	36,31	196,24	47,73	0,81	56
Картофель тушеный	180	3,40	5,82	22,41	166,50	12,41	0,15	2,49	65,41	101,70	43,83	1,45	80
Компот из сухофруктов	200	0,88	0,00	32,81	140,00	0,80	0,01	0,16	89,25	30,80	12,00	2,44	23
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		15,84	11,61	108,28	605,52	14,05	0,40	3,83	357,26	393,90	131,43	8,17	
Норма соли на весь день	7 гр.												
Итого за день (приходящие дети)		54,73	52,69	269,35	1628,12	43,62	0,24	8,61	693,12	1046,56	305,31	17,07	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		93,56	88,11	108,19	92,33	95,87	40,33	1103,85	88,86	89,45	156,57	154,44	
Итого за день(интернированные дети)		70,82	64,47	383,63	2262,43	63,80	0,28	12,58	1061,58	1448,16	443,10	26,78	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		78,69	70,08	100,16	83,39	91,14	31,33	104,83	88,47	80,45	147,70	157,51	

Дети с 11-18 лет

День 9

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	7,91	10,20	29,47	243,00	1,96	0,17	0,07	0,48	195,65	230,19	57,96	1,14	1				
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,10	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4				
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Какао с молоком	200	2,68	2,76	15,74	98,00	0,97	0,03	0,02	0,01	93,43	83,22	20,70	0,61	11				
Итого		20,01	24,01	67,83	569,33	2,93	0,34	0,22	1,36	329,00	451,61	114,46	4,92					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП				
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54					
Обед																		
Маринад овощной	100	1,20	5,09	7,53	82,00	6,05	0,05	0,00	2,53	23,03	46,98	29,16	0,65	93				
Суп картофельный с бобовыми с мясом	235/15	7,55	4,24	20,67	147,00	5,73	0,22	0,01	0,27	42,00	167,23	40,53	2,20	40				
Гуляш	120	16,39	18,71	2,34	245,00	0,46	0,02	0,02	0,46	16,61	175,42	20,55	2,45	89				
Макаронные изделия отварные	180	6,19	7,93	37,89	241,20	0,00	0,06	0,04	0,71	7,76	43,03	9,26	0,91	24				
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		42,36	38,03	157,10	1096,47	16,24	0,67	0,07	5,75	152,20	649,76	185,40	12,73					
Полдник																		
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41				
Бутерброд с молоком стуженым	30/20	3,72	1,94	25,86	136,00	0,20	0,04	0,01	0,37	67,40	63,30	11,00	0,37	99				
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП				
Итого		9,32	6,82	45,72	290,43	14,55	0,13	0,06	0,67	301,40	246,05	49,13	3,84					

Ужин

Сельдь с луком	90	12,90	11,38	0,90	159,00	1,10	0,01	0,00	3,04	63,41	208,88	31,54	0,91	86
Картофель отварной	180	3,46	7,98	24,18	182,36	14,40	0,17	0,03	0,25	22,80	96,36	38,28	1,41	18
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16
Булочка домашняя	100	8,05	14,25	61,20	406,80	0,35	0,15	0,01	2,90	42,69	75,99	12,21	0,69	50
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИИ)	140	4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,03	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		35,97	39,40	151,32	1095,18	16,69	0,57	0,07	7,37	331,93	642,75	157,70	7,34	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день (приходящие дети)		71,69	68,86	270,65	1956,23	33,72	1,14	0,35	7,78	782,60	1347,42	348,99	21,49	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		122,55	115,15	108,72	110,93	74,11	125,27	58,67	996,79	100,33	115,16	178,97	194,44	
Итого за день(интернированные дети)		107,91	108,43	427,97	3080,20	56,54	1,73	0,42	15,29	1125,73	1997,87	513,05	30,37	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		119,90	117,86	111,74	113,53	80,77	123,57	46,89	127,38	93,81	110,99	171,02	178,62	

Дети с 11-18 лет

День 10

Прем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)						Энд (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б		Ж		У			С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
		3	4	4	5	5	6										7	8	
Завтрак																			
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	0,09	0,07	0,47	186,66	161,27	26,27	0,41	35					
Сыр (порциями)	30	6,97	8,86	0,00	109,20	0,23	0,01	0,07	0,14	264,00	150,00	10,50	0,30	88					
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,23	1,66	0,91	0,09	31					
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65					
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП					
Итого		18,80	24,02	67,19	565,53	4,99	0,21	0,17	1,25	471,81	374,33	68,68	2,97						
2 завтрак																			
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП					
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54						
Обед																			
Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	80	4,04	0,16	6,64	44,00	8,00	0,09	0,06	0,16	16,00	49,60	16,80	0,56	21					
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом говядины	232/15	6,32	6,92	8,58	132,00	8,77	0,07	0,03	0,27	50,14	136,20	28,40	1,24	28					
Полжарка из рыбы	150	1,50	17,80	6,33	6,09	153,00	1,72	0,03	0,01	3,28	39,60	219,25	50,09	0,99					
Рагу овощное	200	3,32	5,79	22,03	156,00	10,91	0,12	0,03	0,39	30,09	94,73	42,61	1,38	51					
Компот из сухофруктов с яблоками	200	0,70	0,04	29,33	125,00	1,60	0,01	0,01	0,14	68,65	24,20	9,90	2,06	25					
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП					
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП					
Итого		24,41	32,57	141,38	769,36	182,28	2,31	0,16	2,73	216,96	547,43	394,86	61,25						
Полдник																			
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41					
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП					
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП					
Итого		7,85	7,83	42,18	279,53	14,35	0,11	0,05	0,69	242,70	209,75	44,13	4,10						

Дети с 11-18 лет

День 11

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59	
Какао с молоком	200	2,68	2,76	15,74	98,00	0,97	0,03	0,02	0,01	93,43	83,22	20,70	0,61	11	
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65	
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП	
Итого		13,53	17,98	71,83	505,33	2,95	0,21	0,12	0,80	296,83	326,98	87,76	3,19		
2 завтрак															
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП	
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54		
Обед															
Салат из отварной моркови	100	1,20	3,10	6,27	59,00	3,72	0,05	0,00	1,71	26,16	49,98	33,32	0,59	94	
Суп с крупой и рыбными консервами	250	6,70	5,79	24,21	152,00	8,25	0,09	0,01	0,16	18,32	120,40	30,15	1,04	75	
Капуста тушеная с птицей	350	33,38	26,66	17,46	457,00	37,00	1,38	0,02	5,45	165,18	224,40	73,86	3,92	15	
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП	
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП	
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП	
Итого		52,31	37,61	136,61	1049,27	52,97	1,84	0,03	9,10	272,46	611,88	223,23	12,07		
Полдник															
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41	
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП	
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП	
Итого		7,85	7,83	42,18	279,53	14,35	0,11	0,05	0,69	242,70	209,75	44,13	4,10		

Ужин

		100	6,17	12,78	5,92	164,00	3,06	0,04	0,00	3,78	43,16	100,23	11,79	1,08	81
Кукуруза с яйцом и луком		200	15,42	15,86	17,54	274,82	11,92	0,13	0,01	3,05	28,13	158,45	41,57	2,27	20
Чай с сахаром		200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИН)	140	4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,03	0,00	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	111
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	111
Итого		33,15	34,43	88,50	785,84	15,82	0,41	0,04	8,01	8,01	274,32	520,20	129,03	7,68	
Норма соли на весь день	7 гр.														
Итого за день (приходящие дети)		73,69	63,42	250,62	1834,13	70,27	2,16	0,20	10,59	10,59	811,99	1148,61	355,12	19,36	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		125,97	106,05	100,67	104,01	154,44	237,36	33,67	1357,69	1357,69	104,10	98,17	182,11	175,17	
Итого за день(интернированные дети)		107,09	98,02	345,12	2648,76	92,22	2,59	0,24	18,74	18,74	1097,51	1676,51	490,51	28,58	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		118,99	106,54	90,11	97,63	131,74	185,00	26,89	156,17	156,17	91,46	93,14	163,50	168,09	

Дети с 11-18 лет

День 12

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/п (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17				
Чай с молоком	200	2,80	3,20	16,68	106,00	1,30	0,04	0,03	0,00	120,43	90,12	14,07	0,11	45				
Масло сливочное (порциями)	8	0,08	5,76	0,08	52,8	0	0	0,032	0,08	1,92	2,4	0	0,016	65				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		24,18	26,77	43,49	509,30	2,30	0,27	0,05	1,28	301,63	463,32	76,87	5,72					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	70	0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54	ГП				
Итого		0,25	0,17	6,00	28,79	6,13	0,02	0,00	0,14	11,20	7,70	6,36	1,54					
Обед																		
Салат картофельный с соевыми огурцами и зеленым горошком	100	1,80	6,20	8,90	99,00	10,10	0,00	0,00	2,80	16,00	46,00	18,00	0,70	96				
Суп из овощей со сметаной, с мясом	235/15	4,59	6,40	11,31	122,00	8,20	0,10	0,05	0,27	42,78	136,95	26,49	0,95	66				
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	17,14	14,14	16,01	259,00	0,30	0,09	0,01	3,49	37,87	164,45	29,40	1,45	85				
Соус сметанный	20	0,29	3,20	0,95	33,75	0,04	0,00	0,04	0,06	8,36	6,15	0,75	0,03	9				
Макаронные изделия отварные	180	6,19	7,93	37,89	241,20	0,00	0,06	0,04	0,71	7,76	43,03	9,26	0,91	24				
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		41,04	39,93	163,73	1136,22	22,64	0,57	0,14	9,11	175,57	613,68	169,80	10,56					
Полдник																		
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41				
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	9,31	10,34	28,03	242,20	0,34	0,09	0,04	0,65	69,35	103,68	12,55	0,50	69				
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	150	0,52	0,50	12,86	61,68	13,12	0,04	0,00	0,30	24,00	16,50	13,63	3,30	ГП				
Итого		14,91	15,22	47,89	396,63	14,69	0,18	0,09	0,95	303,35	286,43	50,68	3,97					

Дети с 11-18 лет

День 13

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/д (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Mg	Fe	12	13	14	15	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11								
Завтрак																		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	9,13	10,31	32,25	258,33	1,52	0,08	0,04	0,23	171,5 ^б	140,52	22,16	0,35			44		
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,23	1,66	0,91	0,09			31		
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13			98		
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00 ^б	59,00	31,00	2,15			ГП		
Итого		13,49	11,01	73,20	445,86	4,37	0,19	0,04	0,79	192,2 ^б	202,08	54,77	2,72					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	100	0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00 ^б	11,00	9,09	2,20			ГП		
Итого		0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00 ^б	11,00	9,09	2,20					
Обед																		
Сельдь с луком	90	12,90	11,38	0,90	159,00	1,10	0,01	0,00	3,04	63,41	208,88	31,54	0,91			86		
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной, с мясом	235/15	5,76	7,24	8,28	131,00	6,76	0,11	0,04	0,32	57,78	178,39	37,03	1,73			79		
Рагу овощное с мясом	200	12,82	13,45	16,04	296,00	8,91	0,11	0,00	3,02	34,14	164,03	45,67	1,75			48		
Компот из сухофруктов с яблоками	200	0,70	0,04	29,33	125,00	1,60	0,01	0,01	0,14	68,65	24,20	9,90	2,06			25		
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80			ГП		
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12			ГП		
Итого		42,21	33,97	123,02	1017,27	18,37	0,54	0,05	8,28	272,7 ^б	778,60	202,04	12,37					
Полдник																		
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60			ГП		
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	205/25	37,41	23,82	54,98	608,00	0,61	0,11	0,05	0,85	364,9 ^б	473,38	50,71	1,34			36		
Итого		38,41	24,02	75,18	683,00	4,61	0,13	0,05	0,87	378,9 ^б	487,38	58,71	1,94					

Ужин

Икра морковная	100	2,06	6,84	9,39	113,75	8,88	0,06	0,00	3,60	29,18	61,29	36,69	1,05	42
Котлеты или биточки рыбные	130	18,72	3,09	67,89	147,33	0,29	0,13	0,04	0,59	68,92	277,49	60,33	1,25	33
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Какао с молоком	200	2,68	2,76	15,74	98,00	0,97	0,03	0,02	0,01	93,43	83,22	20,70	0,61	11
Кисломолочный продукт (НА ПАУЖИП)	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		40,31	26,04	179,54	912,85	15,07	0,51	0,15	5,69	438,87	803,03	227,05	8,10	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день (приходящие дети)		55,70	44,98	196,22	1463,13	22,74	0,73	0,09	9,07	464,99	980,68	256,81	15,09	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		95,21	75,22	78,82	82,97	49,98	80,22	15,00	1162,82	59,61	83,82	131,70	136,56	
Итого за день (интернированные дети)		134,78	95,28	459,51	3100,11	51,18	1,40	0,29	15,83	1298,81	2282,09	551,66	27,33	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		149,76	103,57	119,98	114,27	73,11	100,00	32,22	131,92	108,23	126,78	183,89	160,76	

Дети с 11-18 лет

День 14

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/д (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ ТК
		Б	Ж	У	С	7		8	9	10	11	12	13	14	15			
I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
Залепанка морковная с творогом с молоком сгущенным	250/35	30,44	26,35	68,49	659,00	1,88	0,13	0,05	0,85	379,90	448,30	62,01	1,46	38				
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,07	0,05	16				
Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,4	0,2	132	0	0	0,08	0,2	4,8	6	0	0,04	5				
Сыр (порциями)	37	8,60	10,93	0,00	134,68	0,28	0,01	0,09	0,17	325,60	185,00	12,95	0,37	63				
Хлеб пшеничный	50	4,26	0,69	22,26	112,53	0,00	0,11	0,00	0,55	16,00	59,00	31,00	2,15	ГП				
Итого		43,50	52,37	102,93	1086,21	2,16	0,25	0,22	1,77	726,73	698,42	106,03	4,07					
2 завтрак																		
Яблоко (груша, банан, апельсин, мандарин)	100	0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00	11,00	9,09	2,20	ГП				
Итого		0,36	0,24	8,57	41,13	8,76	0,03	0,00	0,20	16,00	11,00	9,09	2,20					
Обед																		
Маринад овощной	100	1,20	5,09	7,53	82,00	6,05	0,05	0,00	2,53	23,03	46,98	29,16	0,65	93				
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	235/15	6,17	8,59	19,00	171,00	7,15	0,10	0,04	0,30	36,59	146,34	28,72	1,05	67				
Бигус с колбасными изделиями	290	12,13	12,96	17,61	249	37,02	0,08	0,00	2,11	136,96	202,60	60,55	3,57	47				
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП				
Хлеб пшеничный	65	5,55	0,90	28,95	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	ГП				
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП				
Итого		30,53	28,70	132,81	883,27	54,22	0,55	0,04	6,72	259,38	613,02	204,33	11,79					
Полдник																		
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41				
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье илн др.)	30	2,25	2,95	22,32	125,10	0,00	0,02	0,00	0,39	8,70	27,00	6,00	0,63	ГП				
Итого		7,33	7,33	29,32	217,85	1,23	0,07	0,05	0,39	218,70	193,25	30,50	0,80					

Ужин

Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	100	3,12	10,41	10,19	147,00	10,45	0,09	0,02	4,14	18,78	65,72	18,36	0,88	92
Курица в соусе с томатом	100	8,65	6,74	3,40	85,99	1,03	0,00	0,02	2,75	7,46	12,43	3,61	0,23	58
Каша гречневая рассыпчатая	155	8,87	8,03	43,55	285,02	0,00	0,10	0,03	0,50	15,82	210,98	140,09	4,71	52
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	4,00	0,01	0,00	0,01	6,85	4,40	3,60	0,92	12
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное (НА ПАУЖИИ)	140	4,20	4,48	6,58	84,00	0,84	0,03	0,03	0,00	169,40	127,40	19,60	0,14	101
Хлеб пшеничный	60	5,12	0,83	26,72	135,02	0,00	0,14	0,00	0,66	19,20	70,80	37,20	2,58	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		23,71	31,13	129,09	896,03	16,32	0,44	0,10	8,58	251,51	554,93	241,26	11,02	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эм/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день(интернированные дети)		105,43	119,77	402,72	3124,49	82,69	1,34	0,41	17,66	1472,32	2070,62	591,21	29,88	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		117,14	130,18	105,15	115,17	118,13	95,71	45,56	147,17	122,69	115,03	197,07	175,76	

Средние показатели пищевой и энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ

	Пищевые вещества (г)				Эн/д (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У	С		В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Итого за 12 дней (прихолящие дети)	812,85	794,63	3096,73	755,15	22161,80	15,32	3,32	108,04	9565,56	14639,25	4011,14	275,27		
Среднее значение (прихолящие дети)	67,74	66,22	258,06	62,93	1846,82	1,28	0,28	9,00	797,13	1219,94	334,26	22,94		
Суточная потребность (прихолящие дети)	58,50	59,80	248,95	45,50	1763,45	0,91	0,60	0,78	780,00	1170,00	195,00	11,05		
Процент удовлетворения суточной потребности (прихолящие дети)	115,79	110,73	103,66	138,31	104,73	140,27	46,06	1154,22	102,20	104,27	171,42	207,59		
Итого за 14 дней(интернированные дети)	1470,12	1392,79	5566,91	1204,55	39596,80	24,98	12,40	207,28	17088,42	26311,69	7191,19	459,52		
Среднее значение(интернированные дети)	105,01	99,49	397,64	86,04	2828,34	1,78	0,89	14,81	1220,60	1879,41	513,66	32,82		
Суточная потребность(интернированные дети)	90,00	92,00	383,00	70,00	2713,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00		
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)	116,68	108,14	103,82	122,91	104,25	127,43	98,38	123,38	101,72	104,41	171,22	193,08		