СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ «СОШ№3»
_____ С.В.Дектерева
«___»_____2021 г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МУП «Комбинат питания»
_____ В.Ю.Лыкова
«01» 09 2021 г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4 ,5-11 КЛАССОВ
С ЗАБОЛЕВАНИЕМ «Сахарный диабет»
МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА Мегион
(НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

День: 1 понедельник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория сахарный диабет

для ооучающихся 1-4 классов(возраст /-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8 Скурих.	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	1,30	0,06	0,56	8,00	15,10	10,10	19,90	0,31	0,02	1,50	7,20	0,00	0,00	0,01
тк424	Макаронные изделия отварные с сыром	150	11,50	15,24	35,96	283,84	147,80	32,20	155,70	0,80	0,07	0,01	0,01	1,56	0,00	0,80
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк37	Какао с витаминами без сахара	200	3,77	2,50	6,12	74,64	221,00	14,00	3,20	0	1,00	0,30	0,37	15,00	130,00	2,50
	Итого:	***375***	***18,22***	***18,10***	***51,44***	***410,98***	***383,94***	***56,30***	***178,80***	***1,46***	***8,34***	***6,81***	***7,63***	***17,6***	***130,01***	***3,86***
	Обед															
ттк 174	Салат из свеклы с яблоками	60	0,80	3,10	7,50	61,00	21,00	12,00	22,00	1,10	0,01	0,00	5,00	0,00	0,00	1,60
ттк1	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,00	4,10	8,00	73,00	48,50	49,60	57,65	1,13	0,07	0,01	22,00	0,21	0,01	0,28
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	10,80	11,10	8,00	176,00	140,00	22,00	340,00	2,00	0,12	0,01	4,00	0,02	0,01	0,60
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,60	5,45	29,86	184,12	13,20	180,30	420,00	4,03	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01	0,53
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Чай без сахара	200	0,20	0,05	0,05	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(мандарины)	200	1,60	0,40	15,00	76,00	70,00	22,00	34,00	0,20	0,12	0,06	76,00	0,00	0,00	0,40
	Итого:	**960**	**24,45**	**24,70**	**87,16**	**669,84**	**306,20**	**351,90**	**890,90**	**9,54**	**0,66**	**0,11**	**107,00**	**20,23**	**0,06**	**4,21**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***42,67***	***42,80***	***138,60***	***1080,82***	***690,14***	***408,20***	***1069,7***	***11,00***	***9,00***	***6,92***	***114,63***	***37,8***	***130,1***	***8,1***

для обучающихся 5-11 классоввозраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8 Скурих.	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	2,06	0,10	1,00	12,00	21,90	10,50	21,00	0,54	0,03	0,01	10,00	0,00	0,00	0,14
тк424	Макаронные изделия отварные с сыром	200	13,30	17,30	47,91	328,00	197,00	42,90	207,00	1,06	0,09	0,01	0,01	2,08	0,00	1,06
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк37	Какао с витаминами без сахара	200	3,77	2,50	6,12	74,64	221,00	14,00	3,20	0	1,00	0,30	0,37	15,00	130,00	2,50
	Итого:	***425***	***20,78***	***20,20***	***63,83***	***459,14***	***439,94***	***67,40***	***231,20***	***1,95***	***8,37***	***5,32***	***10,43***	***18,1***	***130,0***	***4,25***
	Обед															
ттк	Салат из свеклы с яблоками	100	1,30	5,16	12,50	101,70	35,00	20,00	36,70	1,80	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00	2,70
ттк1	Щи из свежей капусты с карт. и сметаной	250/10	2,00	4,10	12,00	73,00	48,50	49,60	57,65	1,13	0,07	0,01	22,00	0,21	0,01	0,28
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по хлыновски	100	11,25	12,00	9,50	195,00	170,50	27,50	425,00	2,50	0,15	0,01	5,00	0,03	0,01	0,75
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,60	5,45	29,86	184,12	13,20	180,30	420,00	4,03	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01	0,53
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Чай без сахара	200	0,20	0,05	0,05	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	200	1,60	0,40	15,00	76,00	70,00	22,00	34,00	0,20	0,12	0,06	76,00	0,00	0,00	0,40
	Итого:		25,40	27,66	97,66	729,54	350,70	365,40	990,60	10,74	0,70	0,12	111,30	20,24	0,06	5,46
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***46,18***	***47,86***	***161,49***	***1188,68***	***790,64***	***432,80***	***1221,8***	***12,69***	***9,07***	***5,44***	***121,73***	***38,32***	***130,07***	***9,7***

День: 2 вторник Льготная категория сахарный диабет
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с зеленью	60/2	0,55	0,20	0,20	14,40	8,40	12,00	15,00	0,60	0,00	0,00	15,10	0,20	0,00	0,20
ттк151	Рагу из говядины	225	18,24	19,68	20,39	416,88	30,09	58,00	298,00	0,01	4,30	0,20	0,01	22,00	0,01	3,78
ттк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.) без сахара	200	0,40	0,10	2,51	12,25	10,00	6,00	9,00	0,00	1,10	0,01	0,00	70,00	0,00	0,30
	Хлеб северный с ламинариями	30	1,40	0,28	13,80	81,90	7,25	37,50	11,75	0,03	0,95	0,04	0,02	0,00	0,03	0,35
	Фрукты свежие(слива)	105	0,70	0,10	6,40	32,30	30,00	11,00	17,0	0,10	0,04	35,00	0,00	0,20	0,00	0,20
	Обед															
ттк185	Салат "Нежность"	60	2,28	4,86	4,50	70,80	19,20	19,80	33,60	0,60	0,03	0,01	3,00	0,91	0,00	2,34
ттк256	Уха деликатесная с горбушей	250/30	7,34	2,72	18,00	159,70	226,98	177,19	241,72	1,37	0,24	0,00	22,29	26,20	0,01	0,97
ттк132	Зразы рубленные из говядины	90	11,81	15,60	19,50	265,00	28,00	24,00	273,00	2,00	0,08	0,01	6,00	0,08	0,00	1,80
ттк15	Капуста тушенная	150	1,80	2,30	9,80	109,00	90,00	29,00	59,00	1,20	0,04	0,01	27,00	0,11	0,01	0,30
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
тк14	Компот из яблок без сахара	200	0,16	0,16	4,24	19,04	6,40	4,00	4,00	1,00	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00	0,10
	Итого:		**26,84**	**26,14**	**74,79**	**721,79**	**384,08**	**319,99**	**628,57**	**7,25**	**0,48**	**0,04**	**60,29**	**27,30**	**0,05**	**6,31**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***27,54***	***26,24***	***81,19***	***754,09***	***414,08***	***330,99***	***645,57***	***7,35***	***0,52***	***35,04***	***60,29***	***27,50***	***0,05***	***6,5***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с зеленью	100/2	1,26	0,20	4,68	58,34	18,90	21,70	27,90	0,90	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00	0,74
ттк151	Рагу из говядины	255	22,34	21,50	21,47	481,67	45,00	62,00	299,00	4,30	0,20	0,01	26,00	0,00	0,01	4,30
ттк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.) без сахара	200	0,40	0,10	2,51	12,25	10,00	6,00	9,00	0,00	1,10	0,01	0,00	70,00	0,00	0,30
	Хлеб северный с ламинариями	30	1,40	0,28	13,80	81,90	7,25	37,50	11,75	0,03	0,95	0,04	0,02	0,00	0,03	0,35
	Фрукты свежие(слива)	105	0,70	0,10	6,40	32,30	30,00	11,00	17,0	0,10	0,04	35,00	0,00	0,20	0,00	0,20
	Итого:		***25,40***	***22,08***	***42,46***	***634,16***	***81,15***	***127,20***	***347,65***	***5,23***	***2,31***	***0,09***	***54,02***	***70,00***	***0,04***	***5,69***
	Обед															
ттк185	Салат "Нежность"	100	3,80	8,10	7,50	118,00	19,20	19,80	33,60	0,60	0,03	0,01	3,00	0,91	0,00	2,34
ттк256	Уха деликатесная с горбушей	250/30	7,34	2,72	18,00	159,70	226,98	177,19	241,72	1,37	0,24	0,00	22,29	26,20	0,01	0,97
ттк132	Зразы рубленные из говядины	100	17,20	21,43	12,01	309,00	28,00	24,00	273,00	2,00	0,08	0,01	6,00	0,08	0,00	1,80
ттк15	Капуста тушенная	180	2,56	3,16	11,76	130,80	108,00	34,80	70,80	1,44	0,05	0,01	32,40	0,13	0,01	0,36
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
тк14	Компот из яблок без сахара	200	0,16	0,16	4,24	19,04	6,40	4,00	4,00	1,00	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00	0,10
	Итого:		***34,51***	***36,07***	***72,26***	***834,79***	***402,08***	***325,79***	***640,37***	***7,49***	***0,49***	***0,04***	***65,69***	***27,32***	***0,05***	***6,37***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***59,91***	***58,15***	***114,72***	***1468,95***	***483,23***	***452,99***	***988,0***	***12,72***	***2,80***	***0,13***	***119,71***	***97,32***	***0,09***	***12,1***

День: 3 среда Льготная категория сахарный диабет
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
		гр/мл	Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
	Овощи консервированные (огурец) порционно	100	0,00	0,00	3,60	16,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,03
ттк205	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	13,20	13,70	11,58	225,00	177,20	34,00	266,00	0,02	0,65	0,18	0,01	0,83	72,00	2,29
	Свекла тушеная со сметаной	150	2,60	4,30	14,60	107,00	52,70	31,50	61,50	2,10	0,20	0,01	13,50	3,20	0,01	1,40
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,20	2,00	8,00	5,00	10,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:		***17,71***	***18,36***	***38,78***	***394,50***	***244,84***	***77,70***	***341,70***	***2,65***	***9,11***	***5,20***	***15,06***	***8,03***	***72,02***	***4,27***
	Обед															
ттк153	Салат из морской капусты с овощами	60	1,00	6,12	1,08	64,72	33,00	90,00	38,50	8,20	0,02	0,01	5,16	0,00	0,02	2,60
ттк17	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/15/10	3,00	4,20	10,20	91,00	30,00	22,00	53,00	0,80	0,08	0,01	11,00	0,00	0,01	0,20
ттк121	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	14,00	15,00	431,00	5,00	0,19	0,02	13,00	5,58	0,00	3,20
тк5	Макаронные изделия отварные	150	4,50	4,80	31,90	191,00	11,00	7,00	36,00	0,01	0,80	0,06	0,02	0,00	0,03	0,80
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
	Итого:		**24,35**	**25,22**	**75,83**	**647,97**	**115,50**	**214,00**	**583,75**	**17,89**	**1,19**	**0,11**	**33,18**	**5,58**	**0,09**	**7,80**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***42,06***	***43,58***	***114,61***	***1042,47***	***360,34***	***291,70***	***925,5***	***20,54***	***10,30***	***5,31***	***48,24***	***13,61***	***72,11***	***12,1***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
		гр/мл	Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
	Овощи консервированные (огурец) порционно	100	0,00	0,00	3,60	16,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,03
ттк205	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	13,20	13,70	11,58	225,00	177,20	34,00	266,00	0,02	0,65	0,18	0,01	0,83	72,00	2,29
ттк70	Свекла тушеная со сметаной	180	3,20	5,20	17,50	129,00	61,70	37,00	72,50	2,40	0,30	0,01	15,80	0,42	3,90	1,60
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,20	2,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:	***605***	18,31	19,26	41,68	416,50	253,84	83,20	352,70	3,95	8,21	5,20	20,36	2,25	75,91	4,47
	Обед															
ттк153	Салат из морской капусты с овощами	100	1,50	9,20	1,62	96,90	49,50	135,00	57,70	12,30	0,03	0,02	7,50	0,00	0,03	3,90
ттк17	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/15/10	3,00	4,20	10,20	91,00	30,00	22,00	53,00	0,80	0,08	0,01	11,00	0,00	0,01	0,20
ттк121	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	14,00	15,00	431,00	5,00	0,19	0,02	13,00	5,58	0,00	3,20
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,07	0,10	0,00	0,04	0,10	0,96
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
	Итого:		**23,95**	**29,26**	**82,03**	**718,35**	**134,20**	**260,40**	**610,15**	**22,94**	**0,47**	**0,16**	**35,50**	**5,62**	**0,17**	**9,26**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***42,26***	***48,52***	***123,71***	***1134,85***	***388,04***	***343,60***	***962,9***	***26,89***	***8,68***	***5,36***	***55,86***	***7,87***	***76,08***	***13,7***

День: 4 четверг
Неделя: первая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	5,00	0,00	0,05	0,00	0,02
ттк435	Котлета рубленая из птицы(филе) с творогом	100	11,12	10,20	9,18	145,50	391,00	198,74	22,47	0,01	1,29	0,08	0,01	2,66	64,50	2,54
тк15	Рагу из овощей	150	4,50	6,70	12,00	121,00	37,00	25,0	92,0	1,1	0,59	0,01	9,00	0,86	0,40	0,70
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
ттк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	161,00	7,00	145,0	0,0	1,00	0,02	0,00	1,00	0,01	0,00
	Итого:		***19,87***	***22,00***	***42,72***	***415,20***	***600,54***	***251,74***	***266,47***	***1,76***	***10,15***	***10,11***	***9,06***	***5,57***	***64,92***	***3,81***
	Обед															
	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	1,50	3,10	3,10	46,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	4,20	0,00	0,00	0,05
ттк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	12,10	150,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,06	0,01	11,00	0,22	0,00	0,28
ттк 84	Горбуша(филе) запеченная с овощами	100	15,80	14,00	5,03	213,00	262,09	251,60	77,00	1,40	0,70	0,02	22,00	3,50	0,50	0,60
тк35	Пюре картофельное с морковью	150	3,10	4,90	24,20	154,00	30,40	36,00	85,00	1,10	0,14	0,01	5,00	0,04	0,00	0,20
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Кефир	200	2,50	3,50	4,60	88,00	235,00	30,00	196,0	0,0	0,00	0,05	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:		**33,42**	**33,82**	**67,78**	**749,25**	**607,69**	**421,65**	**475,85**	**5,26**	**0,99**	**0,10**	**42,20**	**5,76**	**0,53**	**1,93**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***53,29***	***55,82***	***110,50***	***1164,45***	***1208,23***	***673,39***	***742,3***	***7,02***	***11,14***	***10,21***	***51,26***	***11,3***	***65,5***	***5,7***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	100	0,55	0,10	1,90	12,00	5,50	10,50	3,50	0,00	0,15	0,01	0,00	2,50	0,00	0,02
ттк435	Котлета рубленая из птицы(филе) с творогом	100	11,12	10,20	9,18	145,50	391,00	198,74	22,47	0,01	1,29	0,08	0,01	2,66	64,50	2,54
тк15	Рагу из овощей	180	5,40	8,04	14,40	145,20	44,40	30,0	110,0	1,5	0,65	0,02	22,80	0,95	0,50	0,80
	Хлеб ржаной"Дарницкий"	50	3,30	0,60	17,60	89,00	14,50	75,00	23,50	1,95	0,09	0,01	0,00	0,00	0,01	0,70
ттк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	161,00	7,00	145,00	1,00	0,02	0,02	1,00	0,01	0,01	0,00
	Итого:		***22,25***	***20,92***	***51,20***	***449,10***	***616,40***	***321,24***	***304,47***	***4,46***	***2,20***	***0,14***	***23,81***	***6,1***	***65,0***	***4,06***
	Обед															
	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	100	1,50	3,10	3,10	46,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	4,20	0,00	0,00	0,05
ттк7	Борщ с капустой и картоф. с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	12,10	150,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,06	0,01	11,00	0,22	0,00	0,28
ттк 84	Горбуша(филе) запеченная с овощами	100	15,80	14,00	5,03	213,00	262,09	251,60	251,36	1,27	0,24	0,02	7,79	48,50	0,50	2,83
тк35	Пюре картофельное с морковью	180	3,50	5,60	27,50	175,00	34,80	41,60	88,00	1,60	0,80	0,01	26,40	3,50	0,00	0,60
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Кефир	200	2,50	3,50	4,60	88,00	235,00	30,00	196,0	0,0	0,00	0,05	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:		**33,82**	**34,52**	**71,08**	**770,25**	**612,09**	**427,25**	**653,21**	**5,62**	**1,20**	**0,10**	**49,39**	**54,22**	**0,53**	**4,56**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***56,07***	***55,44***	***122,28***	***1219,35***	***1228,49***	***748,49***	***957,68***	***10,08***	***3,39***	***0,24***	***73,20***	***60,34***	***65,55***	***8,62***

День: 5 пятница
Неделя: первая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
		гр/мл	Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
	Бутерброд (хлеб дарницкий) с колбасой молочной	30/20	4,90	7,40	7,4	116	0,04	0	0	0,4	8	46	7	0,7	0,00	0,43
тк37	Сырники без сахара со сметаной	150/20	24,45	22,40	9,3	337	0,5	235	0,6	195	320	29	1,7	0,1	14,70	0,15
	Чай без сахара	200	0,20	0,05	0,05	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:		**29,55**	**29,85**	**16,71**	**454,47**	**0,54**	**235,00**	**0,60**	**195,40**	**328,00**	**75,00**	**8,70**	**0,80**	**14,70**	**0,58**
	Обед															
ттк171	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	6,22	3,92	94,24	129,96	70,61	130,87	0,66	0,01	0,00	4,32	18,90	0,01	2,21
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/15/2	8,58	7,70	13,80	158,70	28,75	44,75	35,00	0,95	0,05	0,00	1,00	5,21	0,00	0,38
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	225	17,67	17,40	21,88	265,00	146,82	229,54	260,14	2,47	0,18	0,01	23,32	36,00	0,01	0,74
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Компот из кураги без сахара	200	1,04	0,00	11,30	49,36	20,00	16,00	23,00	0,70	0,02	0,34	0,00	1,00	0,10	0,50
таб.9 Скурих	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,60	0,60	10,75	70,50	27,00	20,00	23,00	0,01	0,50	0,05	10,00	150,00	0,00	0,30
	Итого:		***34,73***	***32,42***	***80,40***	***736,05***	***366,03***	***446,90***	***489,26***	***5,87***	***0,84***	***0,41***	***38,64***	***211,11***	***0,15***	***4,93***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***64,28***	***62,27***	***97,11***	***1190,52***	***366,57***	***681,90***	***489,86***	***201,27***	***328,84***	***75,41***	***47,34***	***211,91***	***14,85***	***5,51***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
		гр/мл	Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
	Бутерброд (хлеб дарницкий) с колбасой молочной	30/20	4,90	7,40	7,4	116	0,04	0	0	0,4	8	46	7	0,7	0,00	0,43
тк37	Сырники без сахара со сметаной	150/20	24,45	22,40	9,3	337	0,5	235	0,6	195	320	29	1,7	0,1	14,70	0,15
	Чай без сахара	200	0,20	0,05	0,05	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:		***29,55***	***29,85***	***16,71***	***454,47***	***0,54***	***235,00***	***0,60***	***195,40***	***328,00***	***75,00***	***8,70***	***0,80***	***14,70***	***0,58***
	Обед															
ттк171	Салат из свеклы с сыром	100	5,65	9,36	6,53	127,00	216,60	117,69	218,12	1,10	0,02	0,00	7,21	31,50	0,02	3,68
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/21/2	8,58	7,70	13,80	158,70	28,75	44,75	35,00	0,95	0,05	0,01	1,00	5,21	0,00	0,38
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	255	20,67	20,40	24,79	365,79	146,82	229,54	260,14	2,47	0,18	0,01	23,32	36,00	0,01	0,74
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Компот из кураги без сахара	200	1,04	0,00	11,30	49,36	20,00	16,00	23,00	0,70	0,02	0,34	0,00	1,00	0,10	0,50
таб.9 Скурих	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,60	0,60	10,75	70,50	27,00	20,00	23,00	0,01	0,50	0,05	10,00	150,00	0,00	0,30
	Итого:		**39,99**	**38,56**	**85,92**	**869,60**	**452,67**	**493,98**	**576,51**	**6,31**	**0,85**	**0,42**	**41,53**	**223,71**	**0,16**	**6,40**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***69,54***	***68,41***	***102,63***	***1324,07***	***453,21***	***728,98***	***577,11***	***201,71***	***328,85***	***75,42***	***50,23***	***224,51***	***14,86***	***6,98***

День: 6 суббота
Неделя: первая
Сезон: весенний
для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
		гр/мл	Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
	Сыр твердых сортов (порционно)	20	4,60	5,90	0,00	72,60	176,00	9,00	130,00	0,20	0,01	0,00	0,08	0,10	0,01	6,20
тк92	Запеканка картофельная с субпродуктами и сметаной	200/20	15,60	17,20	30,80	312,00	36,00	70,00	262,00	4,00	0,28	0,01	24,00	0,04	0,01	6,20
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
ттк104	Чай с молоком без сахара	200	1,60	1,30	2,47	31,15	60,00	45,00	7,00	0,05	0,02	0,00	0,65	0,01	0,00	0,00
	Итого:		***23,45***	***24,70***	***42,07***	***460,25***	***272,04***	***124,00***	***399,00***	***4,60***	***7,56***	***5,01***	***24,78***	***1,15***	***0,03***	***13,0***
	Обед															
таб.8 Скурих	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	2,06	0,10	1,00	12,00	21,90	10,50	21,00	0,54	0,03	0,01	10,00	0,00	0,00	0,14
Сб.200	Рассольник домашний со сметаной	250/10	5,87	8,32	17,20	171,20	38,50	31,65	106,60	1,23	0,10	0,01	8,00	0,21	0,01	0,28
ттк369	Котлеты особые	100	13,00	14,80	11,80	286,00	12,00	24,00	254,00	2,00	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	3,60
ттк442	Каша гречневая с овощами	180	7,12	8,60	27,70	284,00	37,00	36,00	595,00	1,60	0,07	0,01	2,00	0,63	0,00	6,90
	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	120	0,96	0,24	9,00	42,00	42,00	20,40	13,20	0,12	0,07	0,00	45,60	0,00	0,00	0,24
	Итого:		***35,135***	***32,61***	***98,175***	***950,55***	**136,90**	**182,15**	**1001,85**	**9,25**	**0,48**	**0,04**	**24,00**	**0,84**	**0,04**	**11,92**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***58,59***	***57,31***	***140,25***	***1410,80***	***408,94***	***306,15***	***1400,9***	***13,85***	***8,04***	***5,05***	***48,78***	***1,99***	***0,07***	***24,9***

День: 1 понедельник
Неделя: вторая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
ттк6	Омлет натуральный	150	13,90	14,30	5,00	259,00	114,00	19,7	258,0	2,90	0,10	0,01	0,36	294,00	0,10	3,70
	Сыр Российский порционно	20	4,60	5,90	0,00	72,60	176,00	9,00	130,0	0,20	0,01	0,00	0,08	0,10	0,00	0,10
ттк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	161,00	7,00	145,00	1,00	0,02	0,02	1,00	0,01	0,01	0,00
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
	Йогурт фруктовый(живые культуры)	120	2,90	3,50	4,60	88,00	235,00	30,00	196,0	0,0	0,00	0,05	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:		***24,93***	***25,98***	***26,52***	***521,50***	***686,04***	***65,70***	***729,00***	***4,45***	***7,38***	***5,08***	***1,49***	***297,11***	***0,12***	***4,35***
	Обед															
скурихин таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	60	0,00	0,00	3,60	16,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,03
ттк72/1	Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	3,07	6,79	14,53	131,52	80,50	38,65	94,60	1,63	0,07	0,01	27,00	0,27	0,01	0,58
тк45	Плов по-узбекски из говядины	225	18,23	21,29	38,15	441,12	33,81	233,83	255,81	1,85	0,09	0,01	1,50	0,00	0,01	3,97
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
	Итого:		***26,75***	***28,58***	***83,03***	***726,89***	***148,71***	***359,68***	***379,86***	***7,54***	***0,27***	***0,04***	***34,00***	***0,27***	***0,05***	***5,58***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***51,68***	***54,56***	***109,55***	***1248,39***	***834,75***	***425,38***	***1108,86***	***11,99***	***7,65***	***5,12***	***35,49***	***297,38***	***0,17***	***9,93***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
ттк6	Омлет натуральный	200	18,53	19,07	6,67	310,00	152,00	26,3	344,0	3,87	0,13	0,01	0,48	392,00	0,10	4,23
	Сыр Российский порционно	20	4,60	5,90	0,00	72,60	176,00	9,00	130,0	0,20	0,01	0,00	0,08	0,10	0,00	0,10
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
ттк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	161,00	7,00	145,00	1,00	0,02	0,02	1,00	0,01	0,01	0,00
	Йогурт фруктовый(живые культуры)	120	2,90	3,50	4,60	88,00	32,00	22,00	18,00	4,40	0,06	0,00	20,00	0,00	0,00	0,40
	Итого:		***29,56***	***30,75***	***28,19***	***572,50***	***521,04***	***64,27***	***637,00***	***9,82***	***7,47***	***5,03***	***21,61***	***393,11***	***0,12***	***5,28***
	Обед															
скурихин таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	100	0,40	0,05	1,15	6,65	11,50	12,00	7,00	0,30	0,01	0,01	2,50	0,00	0,00	0,05
ттк72/	Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	3,07	6,79	14,53	131,52	80,50	38,65	94,60	1,63	0,07	0,01	27,00	0,27	0,00	0,58
тк45	Плов по-узбекски из говядины	255	24,23	21,29	45,00	485,00	33,81	233,83	255,81	1,85	0,09	0,01	1,50	0,00	0,01	3,97
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
	Итого:		***33,15***	***28,63***	***87,43***	***761,42***	***153,31***	***364,48***	***382,66***	***7,66***	***0,27***	***0,04***	***35,00***	***0,27***	***0,04***	***5,60***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***62,71***	***59,38***	***115,62***	***1333,92***	***674,35***	***428,75***	***1019,66***	***17,48***	***7,74***	***5,07***	***56,61***	***393,38***	***0,16***	***10,88***

День: 2 вторник
Неделя: вторая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
			Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
скур.т	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	0,55	0,10	1,90	12,00	5,50	10,50	3,50	0,00	0,15	0,01	0,00	2,50	0,00	0,02
ттк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	15,90	3,10	235,00	14,00	20,00	150,0	0,0	2,00	0,04	0,01	1,00	0,01	2,20
тк5	Макаронные изделия отварные	150	4,50	4,80	31,90	191,00	11,00	7,00	36,00	0,00	0,80	0,06	0,01	0,00	0,03	0,80
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,20	2,00	8,00	5,00	10,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	***527***	***22,5***	***21,2***	***45,9***	***484,5***	***38,5***	***42,5***	***199,5***	***0,4***	***11,2***	***5,1***	***0,1***	***7,5***	***0,1***	***3,6***
	Обед															
ттк 53	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,76	3,06	4,14	48,00	31,20	9,00	16,20	0,39	0,02	0,01	23,40	0,02	0,01	1,44
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной	250/15/10	6,87	7,02	20,40	132,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,04	0,01	8,00	0,21	0,01	0,2
ттк 489	Котлета по-волжски	90	11,20	9,75	1,25	281,00	177,20	266,15	234,35	0,65	0,18	0,01	0,93	72,00	0,01	1,41
ттк	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	9,40	21,86	184,93	39,83	93,13	31,76	1,21	0,16	0,01	25,45	54,00	0	0,28
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
ттк21	Напиток апельсиновый без сахара	200	0,18	0,00	1,88	8,60	6,80	4,60	2,60	0,06	0,01	0,00	5,00	0,00	0	0,1
таб.9	Фрукты свежие(груша)	200	0,96	0,24	9,00	42,00	42,00	20,40	13,20	0,12	0,07	0,00	45,60	0,00	0,00	0,24
	Итого:		***26,62***	***29,97***	***77,28***	***794,78***	***344,53***	***486,28***	***394,36***	***4,50***	***0,56***	***0,05***	***108,38***	***126,23***	***0,06***	***4,47***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***49,08***	***51,13***	***123,18***	***1279,28***	***383,07***	***528,78***	***593,9***	***4,85***	***11,76***	***5,16***	***108,45***	***133,73***	***0,11***	***8,0***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
			Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	2,06	0,10	1,00	12,00	21,90	10,50	21,00	0,54	0,03	0,01	10,00	0,00	0,00	0,14
ттк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	15,90	3,10	235,00	14,00	20,00	150,0	0,0	2,00	0,04	0,01	1,00	0,01	2,20
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,07	0,10	0,00	0,04	0,10	0,96
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,20	2,00	8,00	5,00	10,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	***527***	***23,1***	***22,1***	***50,7***	***522,7***	***57,1***	***43,9***	***224,2***	***1,9***	***10,4***	***5,2***	***10,1***	***5,0***	***0,1***	***3,9***
	Обед															
ттк 53	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,60	5,10	16,90	116,00	52,00	15,00	27,00	0,67	0,03	0,01	39,00	0,04	0,01	2,4
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и	250/15/10	6,87	7,02	20,40	132,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,04	0,01	8,00	0,21	0,01	0,2
ттк 489	Котлета по-волжски	100	21,97	11,75	0,45	195,43	177,20	266,15	234,35	0,65	0,18	0,01	0,93	72,00	0,01	1,41
ттк	Картофель запеченый по-деревенски	180	3,84	11,30	26,23	221,19	47,80	111,76	38,11	1,45	0,19	30,54	65,00	0,33	0	0,3
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
ттк21	Напиток апельсиновый без сахара	200	0,18	0,00	1,88	8,60	6,80	4,60	2,60	0,06	0,01	0,00	5,00	0,00	0	0,1
таб.9	Фрукты свежие(груша)	120	0,96	0,24	9,00	42,00	42,00	20,40	13,20	0,12	0,07	0,00	45,60	0,00	0,00	0,24
	Итого:		***38,865***	***35,9055***	***93,61***	***813,47***	***373,3***	***510,91***	***411,51***	***5,023***	***0,607***	***30,58***	***163,53***	***72,58***	***0,06***	***5,45***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***61,935***	***58,0255***	***144,27***	***1336,17***	***430,44***	***554,81***	***635,71***	***6,873***	***10,96***	***35,73***	***173,59***	***77,62***	***0,18***	***9,3***

День: 3 среда
Неделя: вторая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
ттк 66	Вареники ленивые с маслом сливочным без сахара	200/10	29,92	22,91	32,03	454,02	265,00	369,0	37,00	0,98	0,07	0,03	0,78	148,00	0,02	0,48
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк37	Какао с витаминами без сахара	200	3,77	2,50	6,12	74,64	221,00	14,00	3,20	0	1,00	0,30	0,37	15,00	130,00	2,50
таб.9 Скурих.	Фрукты свежие(слива)	160	0,40	0,20	25,00	38,00	85,00	32,50	57,50	0,00	0,50	0,05	0,00	150,00	0,00	0,30
	Итого:		***35,34***	***25,71***	***46,95***	***573,16***	***486,04***	***383,00***	***40,20***	***1,33***	***8,32***	***5,33***	***1,20***	***164,00***	***130,03***	***3,53***
	Обед															
ттк149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	7,10	7,10	3,78	99,00	26,00	13,00	79,00	0,50	0,02	0,01	2,00	0,01	0,02	0,05
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	45,32	118,02	36,31	2,14	0,10	0,01	17,32	30,00	0,00	0,36
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	225	16,90	19,12	21,84	399,00	24,36	229,00	348,46	3,39	0,20	0,00	26,28	0,00	0,00	2,24
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
	Итого:		**32,14**	**32,11**	**72,47**	**767,80**	**123,18**	**440,02**	**489,02**	**9,91**	**0,42**	**0,03**	**49,60**	**30,01**	**0,05**	**3,65**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***67,48***	***57,82***	***119,42***	***1340,96***	***609,22***	***823,02***	***529,22***	***11,24***	***8,74***	***5,36***	***50,80***	***194,01***	***130,08***	***7,18***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
ттк 66	Вареники ленивые с маслом сливочным без сахара	200/10	29,92	22,91	32,03	454,02	265,00	369,0	37,00	0,98	0,07	0,03	0,78	148,00	0,02	0,48
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк37	Какао с витаминами без сахара	200	3,77	2,50	6,12	74,64	221,00	14,00	3,20	0	1,00	0,30	0,37	15,00	130,00	2,50
таб.9 Скурих.	Фрукты свежие(слива)	160	0,40	0,20	25,00	38,00	85,00	32,50	57,50	0,00	0,50	0,05	0,00	150,00	0,00	0,30
	Итого:		***35,34***	***25,71***	***46,95***	***573,16***	***486,04***	***383,00***	***40,20***	***1,33***	***8,32***	***5,33***	***1,20***	***164,00***	***130,03***	***3,53***
	Обед															
ттк149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	100	7,10	7,10	3,78	99,00	26,00	13,00	79,00	0,50	0,02	0,01	2,00	0,01	0,03	0,05
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	45,32	118,02	36,31	2,14	0,10	0,01	17,32	30,00	0,00	0,36
ттк97	Жаркое по-домашнему	255	18,77	21,70	24,12	452,20	24,36	229,00	348,46	3,39	0,20	0,01	26,28	0,00	0,00	2,24
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
	Итого:		***34,01***	***34,69***	***74,75***	***821***	**123,18**	**440,02**	**489,02**	**9,91**	**0,42**	**0,04**	**49,60**	**30,01**	**0,06**	**3,65**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***69,35***	***60,4***	***121,7***	***1394,16***	***609,22***	***823,02***	***529,22***	***11,24***	***8,74***	***5,37***	***50,80***	***194,01***	***130,09***	***7,18***

День4 четверг
Неделя: вторая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с зеленью	60/2	0,55	0,10	1,90	12,00	5,50	10,50	3,50	0,00	0,15	0,01	0,00	2,50	0,00	0,02
ттк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	16,54	193,00	100,84	143,8	17,24	0,01	1,14	0,08	0,02	1,76	44,40	1,61
тк 72	Картофель отварной с зеленью	150/2	2,50	4,60	19,80	132,00	16,00	28,00	68,00	1,00	1,10	0,14	18,00	0,04	0,04	0,20
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк10	Чай без сахара	200	0,20	0,05	0,05	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихи	Фрукты свежие(мандарины)	110	0,40	0,20	25,00	38,00	85,00	32,50	57,50	0,00	0,50	0,05	0,00	150,00	0,00	0,30
	Итого	552	***18,30***	***18,45***	***72,09***	***420,97***	***207,4***	***214,8***	***146,2***	***1,36***	***10,14***	***5,28***	***18,07***	***155,30***	***44,45***	***2,68***
	Обед															
тк11	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,80	22,80	11,40	21,60	0,60	0,01	0,00	9,00	0,15	0,00	2,76
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	34,00	20,00	68,00	0,90	0,06	0,01	10,00	0,18	0,01	2,40
ттк110	Биточки по-селянски	105	10,70	10,50	9,07	212,00	12,00	16,00	109,30	1,33	0,05	0,01	2,60	0,00	0,00	1,10
	Овощи отварные(капуста цветная)	150	2,60	5,61	8,30	221,79	62,00	251,00	51,36	1,27	0,24	0,02	7,79	48,00	0,01	2,83
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Кефир	200	2,50	3,50	4,60	88,00	235,00	30,00	196,0	0,0	0,00	0,05	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:		***22,69***	***31,47***	***58,98***	***809,84***	***379,30***	***394,40***	***463,51***	***5,18***	***0,44***	***0,10***	***29,39***	***50,33***	***0,05***	***9,9***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***40,99***	***49,92***	***131,07***	***1230,81***	***586,68***	***609,16***	***609,75***	***6,54***	***10,58***	***5,38***	***47,46***	***205,63***	***44,50***	***12,6***

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно с зеленью	100/2	1,26	0,20	4,68	58,34	18,90	21,70	27,90	0,90	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00	0,74
ттк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	16,54	193,00	100,84	143,8	17,24	0,01	1,14	0,08	0,02	1,76	44,40	1,61
тк 72	Картофель отварной с зеленью	180/2	3,00	5,52	23,70	157,00	19,20	33,60	81,00	1,20	0,01	0,00	21,60	0,05	0,00	0,24
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
тк10	Чай без сахара	200	0,20	0,05	0,05	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихи	Фрукты свежие(мандарины)	110	0,40	0,20	25,00	38,00	85,00	32,50	57,50	0,00	0,50	0,05	0,00	150,00	0,00	0,30
	Итого:		***19,51***	***19,47***	***78,77***	***492,31***	***223,98***	***231,56***	***183,64***	***2,46***	***8,96***	***5,16***	***49,67***	***152,81***	***44,41***	***3,14***
	Обед															
тк11	Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	123,00	38,00	19,00	36,00	1,00	0,02	0,01	15,00	0,25	0,00	4,60
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	34,00	20,00	68,00	0,90	0,06	0,01	10,00	0,18	0,01	2,40
ттк110	Биточки по-селянски	105	10,70	10,50	9,07	212,00	12,00	16,00	109,30	1,33	0,05	0,01	2,60	0,00	0,00	1,10
	Овощи отварные(капуста цветная)	150	2,60	5,61	8,30	221,79	62,00	251,00	51,36	1,27	0,24	0,02	7,79	48,00	0,01	2,83
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Кефир	200	2,50	3,50	4,60	88,00	235,00	30,00	196,0	0,0	0,00	0,05	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:		***23,25***	***35,51***	***61,62***	***859,04***	***394,50***	***402,00***	***477,91***	***5,58***	***0,45***	***0,11***	***35,39***	***50,43***	***0,05***	***11,7***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***42,76***	***54,98***	***140,39***	***1351,35***	***618,48***	***633,56***	***661,6***	***8,04***	***9,41***	***5,27***	***85,06***	***203,24***	***44,46***	***14,9***

День: 5 пятница
Неделя: вторая
Сезон: весенний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
ттк438	Салат "Школьный"	60	3,20	4,80	13,26	83,41	13,00	15,00	140,00	0,02	0,18	0,01	0,03	8,00	0,90	2,32
ттк258	Плов из птицы	220	10,66	10,00	46,90	363,00	244,00	46,70	26,00	0,01	2,70	0,12	0,01	14,70	0,30	6,00
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
	Молоко ультрапастеризов. разливное	200	5,49	4,77	9,00	101,00	252,00	29,00	189,0	2,0	0,08	0,02	3,00	0,02	0,01	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	155	0,80	0,80	25,00	94,00	85,00	32,50	57,50	0,01	0,50	0,05	0,00	150,00	0,00	0,30
	Итого	660	21,80	20,67	102,96	685,91	594,04	123,2	412,5	2,4	10,71	5,20	3,09	173,72	1,22	9,17
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :		**208,88**	**200,38**	**450,47**	**4393,49**	**3271,90**	**1460,90**	**2332,01**	**211,25**	**403,39**	**158,1**	**64,37**	**829,79**	**457,52**	**36,02**
	в среднем за один день (завтрак)		**20,89**	**20,04**	**45,05**	**439,35**	**327,19**	**146,09**	**233,20**	**21,13**	**40,34**	**15,81**	**6,44**	**82,98**	**45,75**	**3,60**
	Обед															
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60	10,20	8,40	18,00	0,60	0,04	0,01	0,42	0,00	0,00	0,10
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен. сухариками	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00	65,30	21,00	68,00	1,08	0,06	0,01	6,20	0,15	0,01	0,30
ттк432	Оладьи из печени по-кунцевски	90	7,60	5,68	9,50	228,00	18,00	10,00	181,00	1,00	0,10	0,01	0,00	0,00	0,01	0,20
ттк15	Рагу овощное	150	4,50	6,70	12,00	121,00	37,00	25,00	92,00	1,10	0,59	0,00	9,00	0,86	0,00	0,70
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
таб.9	Фрукты свежие (апельсины)	250	1,80	0,40	18,80	94,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,08	0,00	120,00	0,00	0,00	0,40
	Итого:		***23,53***	***19,63***	***92,19***	***722,85***	**226,00**	**190,40**	**410,25**	**8,26**	**0,97**	**0,04**	**139,62**	**1,01**	**0,05**	**2,70**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***45,33***	***40,30***	***195,15***	***1408,76***	***820,04***	***313,60***	***822,75***	***10,65***	***11,68***	***5,24***	***142,71***	***174,73***	***1,27***	***11,9***
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:		**252,10**	**263,48**	**714,49**	**6737,21**	**2696,52**	**3232,07**	**4842,73**	**77,87**	**6,44**	**0,99**	**559,37**	**405,60**	**1,08**	**47,28**
	в среднем за один день (обед)		**25,2102**	**26,3484**	**71,4495**	**673,721**	**269,65**	**323,21**	**484,27**	**7,79**	**0,64**	**0,10**	**55,94**	**40,56**	**0,11**	**4,73**
	Итого за 10 дней		**484,40**	**484,43**	**1220,38**	**11740,6**	**6273,12**	**5086,12**	**7537,34**	**292,41**	**410,23**	**159,15**	**706,67**	**1307,6**	**458,66**	**87,5**
	Итого в среднем за 1 день		**48,44**	**48,44**	**122,04**	**1174,06**	**627,31**	**508,61**	**753,73**	**29,24**	**41,02**	**15,92**	**70,67**	**130,76**	**45,87**	**8,75**

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ (ккал.)	Минеральные вещества, мг Ca	Mg	P	Fe	Витамины, мг B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
ттк438	Салат "Школьный"	100	8,66	9,67	4,34	139,01	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,01	1,50	0,00	0,01	0,05
ттк248	Плов из птицы	250	12,60	11,00	46,90	419,70	244,00	46,70	216,00	2,70	0,12	0,01	14,70	0,30	0,01	6,00
	Хлеб ржаной"дарницкий"	25	1,65	0,30	8,80	44,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	5,00	0,05	1,00	0,01	0,55
	Молоко ультрапастеризов. разливное	200	5,49	4,77	9,00	101,00	252,00	29,00	189,0	2,0	0,08	0,02	3,00	0,02	0,01	0,00
	Итого		***28,40***	***25,74***	***69,04***	***704,21***	***502,94***	***82,90***	***409,20***	***5,23***	***7,46***	***5,04***	***19,25***	***1,32***	***0,04***	***6,60***
	Обед															
таб.8 Скурих	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	1,00	12,00	21,90	10,50	21,00	0,54	0,03	0,01	10,00	0,00	0,00	0,14
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен. сухариками	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00	65,30	21,00	68,00	1,08	0,06	0,01	6,20	0,15	0,01	0,30
ттк432	Оладьи из печени по-кунцевски	100	7,60	12,20	12,00	140,50	18,00	10,00	181,00	1,00	0,10	0,01	0,00	0,00	0,01	0,20
ттк15	Рагу овощное	180	4,50	6,70	12,00	121,00	37,00	25,00	92,00	1,10	0,59	0,01	9,00	0,86	0,01	0,70
	Хлеб "дарницкий" , хлеб северный(с ламин.)	25/25	3,45	0,50	18,75	98,25	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Сок томатный	200	2,00	0,00	8,00	40,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	0,20
таб.9	Фрукты свежие (апельсины)	250	1,80	0,40	18,80	94,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,08	0,00	120,00	0,00	0,00	0,40
	Итого:		**25,17**	**26,19**	**94,55**	**640,75**	**237,70**	**192,50**	**413,25**	**8,20**	**0,96**	**0,05**	**149,20**	**1,01**	**0,06**	**2,74**
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***53,57***	***51,93***	***163,59***	***1344,96***	***740,64***	***275,40***	***822,45***	***13,43***	***8,42***	***5,09***	***168,45***	***2,33***	***0,06***	***9,34***

День: 6 суббота
Неделя: вторая
Сезон: весенний
для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

	Наименование блюда	Выход гр/мл	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
			Б	Ж	У	(ккал.)	Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	C	A	Йод	E
	Завтрак															
таб.8 Скур.	Овощи свежие (помидор) порционно с зеленью	100/2	1,26	0,20	4,68	58,34	18,90	21,70	27,90	0,90	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00	0,74
ттк425	Горбуша запеченая с овощами и сыром	120	16,24	17,49	15,04	282,57	347,84	347,76	252,86	1,14	0,23	0,02	5,18	90,50	0,03	3,07
ттк72	Картофель отварной с зеленью	180	6,60	5,76	37,56	229,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,07	0,01	0,00	0,04	0,01	0,96
	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	3,96	0,40	24,40	117,00	0,06	0,00	0,00	0,56	10,00	0,01	32,50	7,00	0,01	0,56
тк9	Напиток из шиповника	200	0,40	0,10	18,40	77,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,01	0,00	70,00	0,00	0,00	0,30
	Итого:		***28,46***	***23,95***	***100,08***	***764,11***	***390,00***	***383,86***	***332,96***	***4,66***	***10,37***	***0,07***	***135,68***	***97,54***	***0,05***	***5,63***
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 12 ДНЕЙ:		***283,07***	***262,73***	***581,98***	***5991,91***	***3809,81***	***2114,1***	***3259,6***	***239,63***	***399,26***	***#####***	***379,51***	***907,2***	***460,4***	***56,3***
	в среднем за один день (завтрак)		***23,59***	***21,89***	***48,50***	***499,33***	***317,48***	***176,18***	***271,64***	***19,97***	***33,27***	***9,28***	***31,63***	***75,60***	***38,36***	***4,69***
	Обед															
ттк126	Салат "Витаминный"	100	4,00	10,00	22,00	161,33	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	0,01	5,00	0,00	0,00	0,05
тк144	Суп из овощей с фасолью, мясом и сметаной	250/15/10	3,17	6,52	16,80	142,00	48,00	27,00	85,00	1,20	0,10	0,01	13,00	0,12	0,01	0,20
ттк 463	Котлеты городские	100	18,70	20,90	10,10	303,90	157,00	23,00	281,00	2,20	0,13	0,01	2,00	0,07	0,01	2,50
ттк154	Каша пшенная вязкая с луком	180	3,88	5,00	35,20	211,70	41,76	31,70	69,10	1,44	0,08	0,02	13,00	0,50	0,00	6,50
ттк283	Компот из яблок и груш	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00	0,10
	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	13,50	66,00	17,25	1,08	0,08	0,01	0,00	0,00	0,03	0,80
	Итого:		***34,075***	***43,17***	***135,48***	***1049,28***	***278,76***	***172,7***	***463,35***	***7,215***	***0,418***	***0,06***	***35***	***0,69***	***0,05***	***10,2***
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		***62,535***	***67,124***	***235,56***	***1813,39***	***668,76***	***556,56***	***796,31***	***11,879***	***10,79***	***0,13***	***170,68***	***98,23***	***0,1***	***15,8***
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 12 ДНЕЙ:		**349,34**	**373,88**	**981,35**	**9136,6**	**3310,09**	**3653,67**	**6777,88**	**101,88**	**6,76**	**1,19**	**639,59**	**414,57**	**1,28**	**78,04**
	в среднем за один день (обед)		**29,11**	**31,16**	**81,78**	**761,38**	**275,84**	**304,47**	**564,82**	**8,49**	**0,56**	**0,10**	**53,30**	**34,55**	**0,11**	**6,50**
	Итого за 12 дней		**685,41**	**687,52**	**1686,20**	**16320,7**	**7494,44**	**6285,11**	**10573,2**	**346,85**	**416,90**	**148,30**	**1174,7**	**1399,2**	**461,77**	**143,3**
	Итого в среднем за 1 день		**57,12**	**57,29**	**140,52**	**1360,05**	**624,54**	**523,76**	**881,10**	**28,90**	**34,74**	**12,36**	**97,89**	**116,60**	**38,48**	**11,94**

Технолог отдела общественного питания И.И.Корниенко _____