

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель оздоровительного учреждения
с дневным пребыванием детей в период
каникул муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя школа № 73 им Т.К.
Кравцова»

«__» _____ 2026г.

Утверждаю:
Директор ООО «КрасПит»



О.Ю. Толстиков

2026г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ В
ПЕРИОД КАНИКУЛ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 73 ИМ Т.К. КРАВЦОВА»**

г. Красноярск, 2026г.

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День Понедельник
Неделя Первая
Возрастная категория 7-11 лет
Сезон Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
541	Вареники с картофелем со сливочным маслом	200	200	6,72	11,00	38,12	278,36	0,02	0,10	8,00	0,18	5,80	144,00	72,00	0,06
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	16,20	72,36	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Яблоко	100	100	0,32	0,18	17,17	71,60	0,50	1,78	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,01
Итого		550		12,42	12,22	93,24	532,60	0,54	1,92	33,00	1,74	36,81	214,48	90,49	1,03
Обед															
120	Помидор свежий нарезка	60	60	0,59	0,11	18,40	76,95	0,10	6,35	116,00	1,38	183,26	54,04	10,80	1,49
18	Суп картофельный с макаронными изделиями , с филе птицы	210	210	9,62	15,11	25,72	277,35	0,04	14,07	108,60	0,85	236,24	155,08	19,08	1,28
326	Бефстроганов из отварной говядины	100	100	20,70	20,20	7,60	295,00	0,06	4,00	58,00	0,70	158,00	184,00	25,00	1,21
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	150	150	6,27	8,11	41,16	262,71	0,03	4,00	122,50	0,26	120,00	96,30	16,20	0,45
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	9,24	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	1,91
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
Итого		770		43,16	44,29	135,57	1 113,59	0,29	37,66	430,10	4,79	719,82	547,69	88,45	7,56
Итого за день		1 320		55,59	56,51	228,82	1 646,19	0,83	39,58	463,10	6,53	756,63	762,17	178,94	8,60
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				103,13%	102,18%	97,58%	100,07%	98,57%	100,71%	101,08%	99,82%	98,26%	98,98%	102,25%	102,34%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День
Неделя
Возрастная категория
Сезон

Вторник
Первая
7-11 лет
Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
212	Каша из овсяных хлопьев с маслом сливочным	250	250	6,60	10,43	36,25	265,23	0,23	6,83	45,00	0,40	203,25	0,00	12,20	0,18
461	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,36	0,00	27,12	109,94	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Кондитерское изделие промышленного производства	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,09	1,23	22,50	0,45	0,08
Итого		550		13,51	16,23	95,87	583,56	0,24	6,88	75,00	1,36	221,67	44,60	21,56	1,22
Обед															
120	Огурец свежий нарезка	60	60	0,43	0,05	14,51	60,25	0,08	12,20	74,00	1,55	12,42	22,68	44,56	0,49
111	Борщ "Сибирский" с филе птицы, со сметаной	210	210	11,41	14,71	35,53	320,16	0,27	5,11	218,88	1,55	140,28	328,24	45,36	2,14
492	Плов с мясом	250	250	21,33	22,93	42,90	463,29	0,20	7,84	75,00	0,75	309,63	311,40	50,60	2,45
639	Компот из смеси сухофруктов	180	180	1,30	0,00	23,00	97,20	0,00	8,00	18,00	0,25	88,97	12,49	4,88	1,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
Итого		770		40,45	38,46	140,50	1 069,91	0,60	33,15	392,88	5,23	562,28	721,75	156,29	7,31
Итого за день		1 320		53,96	54,69	236,37	1 653,47	0,84	40,03	467,88	6,59	783,94	766,34	177,85	8,53
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				100,11%	98,89%	100,80%	100,51%	99,98%	101,86%	102,12%	100,73%	101,81%	99,52%	101,63%	101,56%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День
Неделя
Возрастная категория
Сезон

Среда
Первая
7-11 лет
Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
308	Макароны запеченные с мясом птицы	250	250	9,30	17,08	35,13	331,38	0,38	0,05	25,00	0,18	64,28	149,70	15,05	1,68
685	Чай зелёный с сахаром	200	200	0,20	0,20	22,02	92,00	0,02	1,48	20,00	1,40	3,22	196,00	1,64	0,44
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
105	Бутерброд с маслом и джемом	20/10/20	50	1,39	8,35	20,75	161,89	0,07	0,04	52,00	0,06	98,40	79,00	15,10	2,28
	Итого	550		15,19	26,30	99,64	698,42	0,49	1,57	102,00	2,43	170,40	439,33	34,94	4,64
Обед															
Пром.	Огурцы соленые	60	60	0,43	0,05	0,92	5,94	0,04	12,50	96,00	0,34	7,56	14,04	30,80	0,07
160	Суп картофельный с клёцками, с филе птицы	210	210	11,68	6,91	52,46	300,83	0,04	9,35	129,00	1,54	436,13	121,32	42,19	0,11
333	Голубцы ленивые с соусом	100	100	17,60	14,60	7,50	240,89	0,20	5,29	2,50	0,20	3,40	17,00	16,00	0,45
520	Картофельное пюре	150	150	4,50	7,56	26,46	190,80	0,02	7,36	45,00	0,11	68,76	87,91	29,97	1,11
699	Напиток лимонный	180	180	0,16	0,02	24,80	85,01	0,02	3,63	90,00	0,83	55,84	43,76	8,81	0,99
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	67,89	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
	Итого	770		40,35	29,90	136,69	954,19	0,36	38,12	369,50	4,13	582,67	330,96	138,66	3,95
Итого за день				1 320											
Потребность в пищевых веществах				55,54	56,21	236,33	1 652,61	0,84	39,69	471,50	6,56	753,06	770,29	173,60	8,58
Процент удовлетворения				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
				103,04%	101,64%	100,78%	100,46%	100,10%	101,00%	102,91%	100,37%	97,80%	100,04%	99,20%	102,19%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Четверг
Неделя	Первая
Возрастная категория	7-11 лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
54-3т	Суфле из творога с морковью	150	150	9,49	13,23	44,67	351,66	0,08	0,30	0,12	0,60	191,25	131,25	22,80	1,88
264	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,78	3,10	20,90	122,10	0,00	1,17	40,00	0,02	152,28	81,00	10,60	0,17
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Апельсины	180	180	2,84	0,72	26,28	139,32	0,05	0,27	14,40	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54
Итого		580		19,41	17,73	113,60	726,23	0,15	1,74	59,52	1,78	409,23	268,28	59,95	2,82
Обед															
Пром.	Икра кабачковая	60	60	1,14	5,34	14,60	70,80	0,02	12,00	26,30	0,06	17,40	45,20	8,80	0,54
168	Суп с рыбными консервами	210	210	4,28	15,25	14,16	317,86	0,39	11,37	154,00	2,08	88,02	158,89	37,91	0,34
54-23м	Биточки из курицы	100	100	19,20	14,26	12,80	168,53	0,23	6,20	90,00	0,13	136,00	129,00	25,00	0,11
211	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	150	3,42	3,06	33,92	177,14	0,04	4,50	79,78	1,04	90,62	108,75	25,69	1,60
270	Напиток из плодов шиповника	180	180	0,31	0,00	18,68	76,87	0,00	5,29	36,00	0,32	4,41	0,81	1,62	1,81
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	67,89	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
Итого		770		34,33	38,68	118,70	941,92	0,73	39,36	393,08	4,75	347,43	489,59	109,91	5,62
Итого за день		1 350		53,75	56,40	232,30	1 668,15	0,87	41,10	452,60	6,53	756,66	757,86	169,86	8,45
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				99,71%	101,99%	99,06%	101,41%	103,85%	104,59%	98,79%	99,79%	98,27%	98,42%	97,06%	100,55%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Пятница
 Неделя Первая
 Возрастная категория 7-11 лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
283	Каша рисовая молочная жидкая, с маслом сливочным	250	250	6,43	10,08	99,35	513,84	0,03	1,40	87,50	0,13	169,60	121,53	59,95	1,60
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	0,08	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	20	20	1,70	0,18	5,75	31,42	0,02	0,00	2,00	0,32	4,14	19,08	4,50	0,54
Пром.	Сыр порционный	30	30	7,02	7,24	0,08	93,53	0,29	0,32	3,60	0,23	151,50	83,03	8,32	2,71
	Итого	550		19,81	18,35	139,71	803,24	0,35	1,80	118,10	1,47	341,15	247,11	80,65	5,87
Обед															
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	60	0,48	4,54	11,63	89,24	0,04	10,00	6,00	0,40	84,00	29,17	32,00	0,30
132	Рассольник Ленинградский с филе птицы, со сметаной	210	210	4,79	12,20	7,54	159,11	0,15	11,28	112,70	0,58	112,73	154,12	30,37	0,06
357	Печень по-кунцевски	100	100	18,33	15,47	2,30	221,75	0,12	6,70	110,00	1,50	210,00	256,00	20,00	0,30
516.01	Макаронные изделия отварные	150	150	4,71	4,19	31,39	182,06	0,08	0,00	35,24	0,18	18,05	42,84	7,86	0,82
Пром.	Напиток с витаминами "Витошка"	180	180	0,00	0,00	15,39	61,56	0,04	10,80	90,00	1,54	0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
	Итого	770		34,28	37,16	92,80	842,73	0,48	38,78	360,94	5,31	435,76	529,06	101,12	2,71
Итого за день				54,09	55,51	232,51	1 645,97	0,83	40,58	479,04	6,78	776,91	776,17	181,77	8,58
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				100,36%	100,37%	99,15%	100,06%	98,95%	103,26%	104,56%	103,71%	100,90%	100,80%	103,87%	102,16%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Суббота
 Неделя Первая
 Возрастная категория 7-11 лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	230	230	20,01	21,16	35,28	411,61	0,08	11,49	180,00	0,38	451,90	121,48	49,33	0,75
505	Чай черный с сахаром и ягодами	200	200	0,61	1,14	21,98	100,63	0,00	0,04	0,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
579	Булочка дорожная йодированная	75	75	4,48	9,61	43,37	277,84	0,00	0,05	12,00	0,36	68,85	52,49	6,50	0,26
	Итого	555		29,40	32,58	122,38	900,35	0,10	11,57	197,00	1,62	537,94	196,06	64,74	1,97
Обед															
Пром.	Кукуруза консервированная	60	60	1,19	1,30	6,05	40,61	0,10	9,80	42,00	0,42	32,94	32,76	9,36	0,36
145	Суп летний овощной , с филе птицы	210	210	8,25	6,89	30,62	217,48	0,25	4,68	88,08	0,32	64,86	180,24	19,59	0,92
312	Рыба, запечённая с картофелем под молочным соусом	250	250	8,50	13,50	29,25	272,50	0,32	7,75	97,50	1,75	110,00	300,00	70,00	3,78
523	Компот из яблок	180	180	0,20	0,18	20,29	83,56	0,02	6,92	18,00	1,39	2,90	1,81	1,71	0,39
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
	Итого	770		24,12	22,63	110,75	743,15	0,74	29,15	252,58	5,00	221,68	561,75	111,55	6,68
Итого за день				53,52	55,21	233,13	1 643,49	0,84	40,72	449,58	6,62	759,62	757,82	176,29	8,64
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				99,29%	99,84%	99,42%	99,91%	99,50%	103,62%	98,13%	101,30%	98,65%	98,42%	100,74%	102,91%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Понедельник
 Неделя Вторая
 Возрастная категория 7-11 лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
334	Макароны отварные запеченные с сыром	280	280	10,24	16,13	48,22	378,98	0,64	5,32	68,00	0,20	49,59	83,66	8,44	1,55
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	0,08	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Кондитерское изделие промышленного производства	30	30	1,35	3,08	6,45	58,88	0,00	0,01	3,00	0,05	0,74	13,50	0,27	0,05
	Итого	560		16,25	20,06	89,20	602,31	0,66	5,41	96,00	1,06	66,24	120,64	16,60	2,62
Обед															
120	Огурец свежий нарезка	60	60	0,43	0,05	11,51	48,25	0,01	7,20	94,00	0,55	12,42	82,68	7,56	0,49
144	Суп из овощей с фасолью, с филе птицы, со сметаной	200/10	210	10,95	12,38	32,92	286,90	0,05	8,15	88,20	1,24	281,82	160,63	45,44	0,55
367	Птица в соусе с томатом	100	100	16,23	18,55	14,00	287,87	0,02	5,22	90,00	0,76	343,70	243,20	52,30	0,27
511.01	Рис отварной	150	150	3,89	4,73	42,20	226,85	0,03	10,44	52,09	1,20	45,00	126,00	33,00	1,35
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	3,24	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	1,91
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
	Итого	770		37,48	36,47	143,32	1 051,45	0,17	34,25	349,29	5,36	705,26	670,78	155,67	5,79
Итого за день				1 330											
Потребность в пищевых веществах				53,73	56,53	232,52	1 653,76	0,84	39,66	445,29	6,41	771,50	791,42	172,27	8,41
Процент удовлетворения				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
				99,68%	102,23%	99,15%	100,53%	99,50%	100,92%	97,19%	98,05%	100,19%	102,78%	98,44%	100,10%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Вторник
Неделя	Вторая
Возрастная категория	7-11 лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
265	Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	230	230	5,34	11,71	40,84	290,07	0,15	1,38	3,22	2,60	12,65	18,26	5,29	1,22
461	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,36	0,00	27,12	109,94	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
772	Булочка с маком йодированная	75	75	4,48	9,60	43,36	277,74	0,23	0,05	12,45	0,36	68,85	59,99	12,50	0,58
Итого		555		14,47	21,98	133,07	788,02	0,40	1,46	40,67	3,84	98,69	100,34	26,70	2,77
Обед															
120	Помидор свежий нарезка	60	60	0,59	0,11	7,40	32,94	0,09	1,35	136,00	0,68	7,56	94,05	20,80	0,49
124	Щи из свежей капусты со сметаной , с филе птицы	210	210	8,17	11,68	22,25	214,62	0,21	22,75	189,00	0,32	249,10	337,05	48,06	1,05
373	Шницель "Нежность "	100	100	19,56	13,53	3,60	220,62	0,10	10,70	20,09	0,20	310,00	89,00	28,90	1,00
520	Картофельное пюре	150	150	4,50	7,56	26,46	190,80	0,02	2,36	45,00	0,11	68,76	87,91	29,97	1,11
494	Компот из плодов или ягод сушеных	180	180	0,24	0,02	14,18	58,32	0,00	0,08	18,00	0,08	13,28	8,67	5,28	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	67,89	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
Итого		770		39,04	33,66	98,43	848,03	0,46	37,24	415,09	2,51	659,68	663,61	143,90	5,60
Итого за день		1 325		53,52	55,64	231,50	1 636,05	0,86	38,71	455,76	6,35	758,37	763,96	170,61	8,36
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				99,29%	100,61%	98,72%	99,46%	102,78%	98,49%	99,48%	97,03%	98,49%	99,22%	97,49%	99,58%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Среда
Неделя	Вторая
Возрастная категория	7-11 лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
278	Омлет по-деревенски	155	155	6,39	11,29	8,84	276,54	0,02	11,89	3,46	0,17	379,75	137,97	47,45	0,29
685	Чай зелёный с сахаром	200	200	0,20	0,20	22,02	92,00	0,02	1,48	20,00	1,40	3,22	196,00	1,64	0,44
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Апельсины	180	180	2,84	0,72	26,28	139,32	0,05	0,27	14,40	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54
Итого		585		13,73	12,89	78,89	621,01	0,11	13,64	42,86	2,73	448,67	389,99	75,64	1,52
Обед															
Пром.	Икра кабачковая	60	60	1,14	5,34	4,60	70,80	0,02	6,00	1,30	0,06	17,40	25,20	8,80	0,54
139	Суп гороховый, с филе птицы	210	210	8,13	17,45	78,23	339,30	0,02	6,60	152,50	0,71	252,00	173,00	42,00	1,81
327	Гуляш из отварного мяса	100	100	20,00	15,50	3,30	258,00	0,40	2,60	2,80	1,30	1,90	46,00	18,10	3,11
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	150	150	6,27	3,11	29,16	159,30	0,03	0,00	172,50	0,26	60,00	96,30	16,20	0,45
Пром.	Напиток с витаминами "Витошка"	180	180	0,00	0,00	15,39	72,00	0,24	10,80	90,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	67,89	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
Итого		770		41,52	42,16	155,22	1 030,13	0,76	26,00	426,10	3,99	342,28	387,43	95,99	7,14
Итого за день		1 355		55,25	55,05	234,11	1 651,13	0,86	39,64	468,95	6,72	790,95	777,42	171,63	8,65
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				102,51%	99,54%	99,83%	100,37%	102,77%	100,86%	102,36%	102,71%	102,72%	100,96%	98,07%	103,02%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспит

День Четверг
 Неделя Вторая
 Возрастная категория 7-11 лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
271	Каша пшенная с маслом сливочным	230	230	9,09	15,76	35,35	319,54	0,25	2,92	0,21	0,05	143,15	369,20	52,37	1,82
505	Чай черный с сахаром и ягодами	200	200	0,61	1,14	21,98	100,63	0,00	0,04	0,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
769	Булочка домашняя йодированная	75	75	6,46	13,19	64,37	401,96	0,11	0,10	120,00	0,36	11,47	49,59	6,97	0,61
	Итого	555		20,45	30,76	143,45	932,40	0,38	3,05	125,21	1,28	171,81	440,88	68,25	3,39
Обед															
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	60	0,48	4,54	1,63	49,25	0,04	10,00	6,00	0,40	108,04	29,17	19,20	0,30
128	Суп лапша-домашняя, с филе птицы	210	210	7,69	3,44	11,00	105,74	0,31	6,80	258,63	0,15	255,17	81,42	34,76	0,08
376	Рагу из овощей с мясом птицы	250	250	18,78	16,50	39,93	383,32	0,05	18,00	50,00	3,20	157,88	176,50	36,30	2,33
639	Компот из смеси сухофруктов	180	180	1,30	0,00	23,00	97,20	0,00	2,52	18,00	0,25	88,97	12,49	4,88	1,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
	Итого	770		34,22	25,24	100,12	764,51	0,45	37,32	339,63	5,12	621,05	346,51	106,02	4,94
Итого за день				54,67	56,00	243,56	1 696,91	0,83	40,37	464,84	6,40	792,86	787,39	174,27	8,33
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				101,43%	101,26%	103,87%	103,16%	99,37%	102,73%	101,46%	97,91%	102,97%	102,26%	99,58%	99,19%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Пятница
 Неделя Вторая
 Возрастная категория 7-11 лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
275	Каша "Дружба" с маслом сливочным	250	250	6,03	6,68	25,75	187,24	0,02	0,02	50,00	0,05	167,33	98,37	31,39	0,32
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	16,20	72,36	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
104	Бутерброд с сыром	15/30	45	4,69	4,89	3,29	75,96	0,06	0,04	46,80	0,05	88,56	71,10	9,09	0,50
	Итого	545		16,10	12,61	66,99	445,83	0,11	0,09	121,80	0,97	273,08	191,57	49,39	1,78
Обед															
Пром.	Огурцы соленные	60	60	0,43	0,05	3,92	17,89	0,04	13,50	96,00	0,34	7,56	134,04	20,80	0,07
110	Борщ из свежей капусты с картофелем с филе птицы , со сметан	210	210	8,80	19,23	50,36	409,70	0,06	21,00	62,15	2,31	361,20	193,20	56,70	0,63
462	Тефтели с соусом	110	110	17,87	18,14	23,35	328,15	0,50	1,16	124,85	1,31	73,90	151,89	21,89	1,84
516.01	Макаронные изделия отварные	150	150	4,71	4,19	48,39	250,07	0,08	0,00	35,24	0,18	18,05	42,84	7,86	0,82
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	3,24	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	1,91
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
	Итого	780		37,79	42,37	168,72	1 207,40	0,74	38,90	343,24	5,74	483,03	580,24	124,62	6,49
Итого за день				1 325											
Потребность в пищевых веществах				53,89	54,98	235,71	1 653,23	0,85	38,99	465,04	6,71	756,10	771,81	174,00	8,27
Процент удовлетворения				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
				99,99%	99,42%	100,52%	100,50%	101,20%	99,21%	101,50%	102,57%	98,20%	100,23%	99,43%	98,49%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Суббота
Неделя	Вторая
Возрастная категория	7-11 лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
367	Галушки творожные со сгущенным молоком	190/10	200	18,00	6,60	31,20	256,20	0,08	0,00	25,20	0,80	110,00	24,40	0,60	2,60
266	Какао с сахаром	200	200	0,48	4,54	20,38	124,30	0,04	1,17	40,00	0,11	131,04	95,15	21,78	0,70
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Яблоко	100	100	0,32	0,18	17,17	71,60	0,50	1,78	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,01
Итого		550		23,10	12,00	90,50	562,38	0,63	2,95	70,20	2,39	259,36	182,56	35,11	3,56
Обед															
515	Горошек консервированный	60	60	1,94	0,05	5,29	29,43	0,05	4,70	104,00	1,36	32,94	72,76	38,36	0,16
138	Суп рисовый , с филе птицы	210	210	10,21	18,53	38,20	360,39	0,02	8,68	123,02	1,21	226,80	59,90	21,42	0,15
334	Запеканка картофельная с мясом птицы	250	250	12,25	25,60	48,85	474,80	0,05	12,18	105,00	0,33	254,51	389,25	71,25	2,50
524	Компот из цитрусовых с яблоками	180	180	0,58	0,25	25,63	107,10	0,02	10,35	48,00	0,13	8,83	5,67	4,29	0,97
Пром.	Хлеб пшеничный	30	30	2,58	0,41	13,05	66,17	0,01	0,00	3,00	0,48	2,70	8,78	1,89	0,15
Пром.	Хлеб ржаной	40	40	3,40	0,36	11,50	62,84	0,04	0,00	4,00	0,64	8,28	38,16	9,00	1,08
Итого		770		30,96	45,20	142,52	1 100,73	0,19	35,91	387,02	4,14	534,06	574,52	146,21	5,00
Итого за день		1 320		54,06	57,20	233,03	1 663,11	0,82	38,86	457,22	6,54	793,42	757,07	181,32	8,56
Потребность в пищевых веществах				53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения				100,30%	103,43%	99,37%	101,10%	97,74%	98,89%	99,80%	99,95%	103,04%	98,32%	103,61%	101,85%

Меню 7-11 (12 дней)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Среднее за день	54,30	55,83	234,16	1 655,34	0,84	39,83	461,73	6,56	770,84	769,98	175,20	8,50
Потребность в пищевых веществах	53,90	55,30	234,50	1 645,00	0,84	39,30	458,15	6,54	770,00	770,00	175,00	8,40
Процент удовлетворения	100,74%	100,95%	99,85%	100,63%	100,36%	101,35%	100,78%	100,33%	100,11%	100,00%	100,11%	101,16%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспит

День Понедельник
 Неделя Первая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
541	Вареники с картофелем со сливочным маслом	230	230	8,63	21,85	43,84	406,52	0,02	0,05	0,00	0,21	0,92	155,60	82,80	0,07
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	16,20	72,36	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Яблоко	100	100	0,32	0,18	17,17	71,60	0,50	1,78	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,01
Итого		600		16,05	23,34	107,66	704,87	0,55	1,86	27,00	2,08	33,73	231,93	102,55	1,14
Обед															
120	Помидор свежий нарезка	100	100	0,99	0,18	12,33	54,90	0,15	2,25	60,00	0,63	12,60	23,40	18,00	1,81
18	Суп картофельный с макаронными изделиями , с филе птицы	250	250	11,45	15,70	33,00	319,10	0,08	41,75	280,00	1,85	436,00	201,40	28,90	2,00
326	Бефстроганов из отварной говядины	100	100	18,70	20,20	17,60	327,00	0,06	1,00	38,00	0,70	238,00	204,00	22,00	2,81
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	7,52	3,73	34,99	203,60	0,03	0,00	207,00	0,31	72,00	115,55	19,45	1,54
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	3,24	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	1,91
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
Итого		920		48,06	41,02	155,07	1 181,71	0,41	48,24	614,00	5,73	786,86	627,56	111,48	11,93
Итого за день		1 520		64,12	64,36	262,73	1 886,58	0,96	50,10	641,00	7,82	820,59	859,49	214,02	13,07
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				101,77%	99,93%	98,00%	99,09%	98,14%	102,25%	101,75%	99,58%	97,69%	102,32%	101,91%	103,73%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Вторник
 Неделя Первая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
212	Каша из овсяных хлопьев с маслом сливочным	280	280	7,39	11,68	40,60	297,05	0,25	7,64	28,00	0,00	18,84	0,00	0,23	0,20
461	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,36	0,00	27,12	109,94	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Кондитерское изделие промышленного производства	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,09	1,23	22,50	0,45	0,08
	Итого	600		16,02	17,75	108,92	659,50	0,28	7,70	60,00	1,28	39,06	50,45	10,85	1,34
Обед															
120	Огурец свежий нарезка	100	100	0,72	0,09	2,52	13,77	0,02	12,00	80,00	1,29	20,70	37,80	42,60	0,81
111	Борщ "Сибирский" с филе птицы, со сметаной	250	250	12,63	9,18	42,30	302,30	0,38	22,75	332,00	2,33	317,00	406,00	84,00	2,55
492	Плов с мясом	280	280	22,20	35,32	50,45	608,48	0,24	3,18	114,00	0,84	329,80	278,77	56,67	5,44
639	Компот из смеси сухофруктов	200	200	1,44	0,00	25,56	108,00	0,00	2,80	20,00	0,28	98,86	13,88	5,42	1,12
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		46,39	45,80	159,83	1 237,08	0,71	40,72	557,00	6,50	783,28	808,31	205,34	11,78
Итого за день				62,41	63,55	268,75	1 896,58	0,99	48,42	617,00	7,78	822,34	858,76	216,19	13,12
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				99,07%	98,68%	100,24%	99,61%	100,73%	98,82%	97,94%	99,07%	97,90%	102,23%	102,95%	104,13%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Среда
Неделя	Первая
Возрастная категория	12+ лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
308	Макароны запеченные с мясом птицы	280	280	7,14	19,12	39,34	358,04	0,42	0,06	28,00	0,20	71,99	167,66	16,86	1,88
685	Чай зелёный с сахаром	200	200	0,20	0,20	22,02	90,68	0,02	1,48	20,00	1,40	3,22	196,00	1,64	0,44
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
105	Бутерброд с маслом и джемом	20/10/20	50	1,39	8,35	20,75	163,73	0,07	0,04	52,00	0,06	98,40	79,00	15,10	2,28
Итого		600		14,75	28,62	112,56	766,83	0,54	1,58	107,00	2,77	179,91	463,14	38,01	4,94
Обед															
Пром.	Огурцы соленные	100	100	0,72	0,09	1,53	9,81	0,06	22,50	160,00	0,57	12,60	23,40	18,00	0,11
160	Суп картофельный с клёцками, с филе птицы	250	250	13,90	8,23	52,45	339,43	0,07	11,13	205,00	0,38	489,20	132,05	50,23	0,83
333	Голубцы ленивые с соусом	100	100	18,60	16,60	7,50	253,80	0,20	2,29	2,50	1,20	3,40	17,00	42,00	2,75
520	Картофельное пюре	180	180	5,39	9,07	31,75	230,23	0,02	2,84	54,00	0,13	82,51	105,49	35,96	1,33
699	Напиток лимонный	200	200	0,18	0,02	27,56	111,12	0,02	8,03	100,00	0,92	62,05	48,62	9,79	1,10
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
Итого		940		48,19	35,22	159,79	1 148,93	0,44	46,78	532,50	4,95	666,68	398,43	172,63	7,98
Итого за день		1 540		62,95	63,84	272,35	1 915,76	0,98	48,36	639,50	7,73	846,59	861,57	210,64	12,92
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				99,91%	99,13%	101,59%	100,62%	99,82%	98,69%	101,51%	98,42%	100,78%	102,57%	100,30%	102,50%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Четверг
 Неделя Первая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
54-3т	Суфле из творога с морковью	150	150	13,49	13,23	44,67	351,66	0,08	0,30	12,10	0,60	191,25	131,25	22,80	1,88
264	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,78	3,10	20,90	122,10	0,00	1,17	40,00	0,02	152,28	81,00	10,60	0,17
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	158,41	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Апельсины	180	180	2,84	0,72	26,28	139,32	0,05	0,27	14,40	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54
	Итого	600		25,13	18,00	122,30	771,49	0,15	1,74	73,50	2,10	411,03	274,13	61,21	2,92
Обед															
Пром.	Икра кабачковая	100	100	1,90	8,90	7,66	118,00	0,03	20,00	22,16	0,10	29,00	102,00	14,66	0,70
168	Суп с рыбными консервами	250	250	5,10	18,63	20,90	378,40	0,15	13,54	200,00	2,48	104,79	189,16	45,14	0,40
54-23м	Биточки из курицы	100	100	17,20	14,26	12,80	168,53	0,53	8,20	180,00	0,13	156,00	79,00	38,00	0,11
211	Каша перловая рассыпчатая с овощами	180	180	4,10	3,67	40,70	212,56	0,05	5,00	107,74	1,24	96,74	118,50	30,83	3,32
270	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,34	0,00	20,75	85,41	0,00	2,54	40,00	0,36	4,90	0,90	1,80	3,12
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		38,05	46,68	141,81	1 170,31	0,83	49,28	560,90	6,07	408,34	561,43	147,07	9,51
Итого за день				1 540											
Потребность в пищевых веществах				63,18	64,67	264,11	1 941,80	0,98	51,02	634,40	8,17	819,37	835,55	208,28	12,43
Процент удовлетворения				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
				100,28%	100,42%	98,51%	101,99%	100,49%	104,12%	100,70%	104,01%	97,54%	99,47%	99,18%	98,68%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Пятница
 Неделя Первая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
283	Каша рисовая молочная жидкая, с маслом сливочным	280	280	9,92	20,08	111,27	665,49	0,03	1,57	98,00	0,14	189,95	136,11	67,14	1,79
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	0,08	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Хлеб ржаной	20	20	1,70	0,18	5,75	31,42	0,02	0,00	2,00	0,32	4,14	19,08	4,50	0,54
Пром.	Сыр порционный	30	30	7,02	7,24	0,08	93,53	0,29	0,32	3,60	0,23	151,50	83,03	8,32	2,71
	Итого	600		25,02	28,62	160,33	999,00	0,36	1,97	130,60	1,81	363,30	267,54	89,11	6,16
Обед															
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	100	0,79	7,56	2,72	82,08	0,07	16,67	10,00	0,67	30,07	78,62	15,34	0,50
132	Рассольник Ленинградский с филе птицы, со сметаной	250	250	5,70	16,90	8,98	210,80	0,08	13,43	267,50	1,08	185,65	94,43	12,35	0,08
357	Печень по-кунцевски	100	100	18,33	4,47	2,30	122,75	0,12	6,70	91,00	1,50	210,00	256,00	60,00	3,02
516.01	Макаронные изделия отварные	180	180	5,65	5,02	37,67	218,47	0,10	0,00	42,28	0,21	21,66	51,40	9,43	0,99
Пром.	Напиток с витаминами "Витошка"	200	200	0,00	0,00	17,10	68,40	0,17	12,00	100,00	0,71	0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		39,88	35,17	107,76	907,04	0,61	48,80	521,78	5,93	464,30	552,32	113,77	6,45
Итого за день				64,90	63,79	268,09	1 906,04	0,97	50,77	652,38	7,74	827,60	819,86	202,87	12,60
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				103,01%	99,05%	100,00%	100,11%	99,22%	103,61%	103,55%	98,54%	98,52%	97,60%	96,61%	100,03%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Суббота
 Неделя Первая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	250	250	11,75	11,00	38,35	299,40	0,09	7,93	500,00	0,42	402,50	132,04	53,62	0,81
505	Чай черный с сахаром и ягодами	200	200	0,61	1,14	21,98	100,63	0,00	0,04	0,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
579	Булочка дорожная йодированная	75	75	4,48	9,61	43,37	277,84	0,00	0,05	12,00	0,36	68,85	52,49	6,50	0,26
	Итого	595		22,86	22,69	134,15	832,25	0,12	8,01	519,00	1,97	490,34	212,47	70,29	2,13
Обед															
Пром.	Кукуруза консервированная	100	100	1,98	2,16	10,08	67,68	0,40	6,50	10,00	0,70	74,90	54,60	15,60	2,60
145	Суп летний овощной , с филе птицы	250	250	9,83	18,20	36,45	348,90	0,30	2,00	0,10	0,38	41,50	214,58	23,33	1,10
312	Рыба, запечённая с картофелем под молочным соусом	280	280	20,32	20,72	35,16	408,40	0,10	15,48	90,40	1,40	207,60	312,70	85,60	4,23
523	Компот из яблок	200	200	0,22	0,20	22,54	92,84	0,02	18,80	20,00	1,55	3,22	2,02	1,90	0,43
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		41,75	42,50	143,23	1 122,36	0,89	42,78	131,50	5,79	344,14	655,76	143,07	10,22
Итого за день				1 535											
Потребность в пищевых веществах				64,60	65,19	277,38	1 954,61	1,01	50,79	650,50	7,77	834,48	868,23	213,36	12,35
Процент удовлетворения				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
				102,55%	101,22%	103,46%	102,66%	102,57%	103,66%	103,25%	98,92%	99,34%	103,36%	101,60%	98,05%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Понедельник
Неделя	Вторая
Возрастная категория	12+ лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
334	Макароны отварные запеченные с сыром	280	280	5,24	16,13	48,22	358,96	0,64	5,32	128,00	0,20	49,59	83,66	8,44	1,55
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	0,08	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Кондитерское изделие промышленного производства	60	60	2,70	6,15	12,90	117,75	0,00	0,02	6,00	0,11	1,47	27,00	0,54	0,10
Итого		610		14,32	23,40	104,35	685,28	0,67	5,42	161,00	1,43	68,78	139,99	18,13	2,76
Обед															
120	Огурец свежий нарезка	100	100	0,72	0,09	12,52	53,77	0,02	12,00	180,00	0,59	20,70	37,80	12,60	0,81
144	Суп из овощей с фасолью, с филе птицы, со сметаной	240/10	250	14,70	11,03	33,00	290,07	0,15	14,13	105,00	1,15	335,50	191,23	56,00	1,48
367	Птица в соусе с томатом	100	100	20,13	22,55	4,00	299,47	0,02	1,22	150,00	0,76	343,70	243,20	62,30	1,57
511.01	Рис отварной	180	180	4,66	5,67	50,63	272,21	0,04	12,53	0,11	1,44	54,00	151,20	39,60	1,62
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	200	200	0,00	0,00	20,16	80,64	0,02	3,60	20,00	0,54	12,60	12,60	7,20	2,12
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
Итого		940		49,61	40,56	159,31	1 200,70	0,31	43,47	466,11	6,24	783,42	707,89	194,35	9,46
Итого за день		1 550		63,93	63,96	263,66	1 885,97	0,98	48,90	627,11	7,67	852,20	847,88	212,48	12,23
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				101,47%	99,31%	98,34%	99,05%	100,33%	99,79%	99,54%	97,71%	101,45%	100,94%	101,18%	97,04%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Вторник
 Неделя Вторая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
265	Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	250	250	5,80	12,73	30,13	258,25	0,15	1,50	3,50	1,00	13,75	15,50	5,75	3,50
461	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,36	0,00	27,12	109,94	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
772	Булочка с маком йодированная	75	75	4,48	9,60	43,36	277,74	0,23	0,05	12,45	0,36	68,85	59,99	12,50	0,58
	Итого	595		16,66	23,27	131,06	800,31	0,41	1,58	42,95	2,56	101,59	103,43	28,42	5,14
Обед															
120	Помидор свежий нарезка	100	100	1,99	2,18	12,33	76,90	0,15	2,25	160,00	0,63	62,60	23,40	18,00	0,51
124	Щи из свежей капусты со сметаной , с филе птицы	250	250	9,73	13,90	44,35	341,40	0,25	32,75	225,00	1,15	296,55	401,25	49,60	2,25
373	Шницель "Нежность "	100	100	19,56	13,53	3,60	214,41	0,10	10,70	110,90	1,40	255,00	129,00	60,90	1,00
520	Картофельное пюре	180	180	5,39	9,07	31,75	230,23	0,02	2,84	54,00	0,13	82,51	105,49	35,96	1,33
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,27	0,02	15,75	64,24	0,00	0,09	20,00	0,09	14,76	9,63	5,87	0,81
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	110,28	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		46,34	39,92	146,78	1 131,72	0,59	48,63	580,90	5,16	728,34	740,64	186,98	7,76
Итого за день				1 535											
Потребность в пищевых веществах				63,00	63,19	277,84	1 932,03	1,00	50,21	623,85	7,72	829,93	844,07	215,41	12,91
Процент удовлетворения				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
				100,00%	98,12%	103,63%	101,47%	102,04%	102,47%	99,02%	98,29%	98,80%	100,48%	102,57%	102,42%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День
Неделя
Возрастная категория
Сезон

Среда
Вторая
12+ лет
Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
278	Омлет по-деревенски	155	155	7,00	18,29	8,84	276,54	0,02	11,89	3,46	0,17	379,75	137,97	47,45	0,29
685	Чай зелёный с сахаром	200	200	0,20	0,20	22,02	92,00	0,02	1,48	20,00	0,90	3,22	196,00	1,64	0,44
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	158,41	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Апельсины	180	180	2,84	0,72	26,28	139,32	0,05	0,27	14,40	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54
	Итого	605		16,06	20,16	87,59	666,27	0,11	13,64	44,86	2,55	450,47	395,84	76,90	1,61
Обед															
Пром.	Икра кабачковая	100	100	1,90	8,90	7,66	118,00	0,03	10,00	2,16	0,10	29,00	42,00	14,66	3,90
139	Суп гороховый, с филе птицы	250	250	9,68	10,78	83,13	403,93	0,03	12,00	260,50	1,04	290,00	175,00	40,00	2,25
327	Гуляш из отварного мяса	100	100	20,00	19,50	3,30	258,00	0,45	2,60	2,80	0,30	1,90	26,00	48,10	2,90
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	7,52	3,73	34,99	191,16	0,03	0,00	207,00	0,31	72,00	115,55	19,45	0,54
Пром.	Напиток с витаминами "Витошка"	200	200	0,00	0,00	17,10	80,00	0,27	12,00	100,00	1,71	0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		48,50	44,12	185,18	1 258,50	0,88	36,60	583,46	5,21	409,82	430,42	138,86	11,45
Итого за день				1 545											
Потребность в пищевых веществах				64,56	64,28	272,77	1 924,76	0,99	50,24	628,32	7,76	860,29	826,26	215,75	13,07
Процент удовлетворения				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
				102,48%	99,81%	101,74%	101,09%	101,44%	102,53%	99,73%	98,91%	102,42%	98,36%	102,74%	103,71%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Четверг
 Неделя Вторая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
271	Каша пшенная с маслом сливочным	250	250	9,88	17,13	38,43	417,28	0,28	3,18	0,23	0,05	155,60	401,30	56,93	1,98
505	Чай черный с сахаром и ягодами	200	200	0,61	1,14	21,98	100,72	0,00	0,04	0,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	158,41	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
769	Булочка домашняя йодированная	75	75	6,46	13,19	64,37	293,65	0,11	0,10	120,00	0,36	11,47	49,59	6,97	0,61
	Итого	595		22,96	32,40	155,22	970,05	0,41	3,31	127,23	1,61	186,06	478,83	74,06	3,64
Обед															
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	100	0,79	7,56	2,72	82,08	0,10	16,67	100,00	0,67	30,07	48,62	15,34	0,50
128	Суп лапша-домашняя, с филе птицы	250	250	6,78	6,48	13,10	149,00	0,33	4,53	331,70	2,18	303,78	96,93	41,38	2,10
376	Рагу из овощей с мясом птицы	280	280	21,03	18,48	40,72	450,88	0,06	20,16	56,00	1,50	204,82	158,48	60,66	3,86
639	Компот из смеси сухофруктов	200	200	1,44	0,00	25,56	108,00	0,00	2,80	20,00	0,28	98,86	13,88	5,42	1,12
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		39,44	33,73	121,10	997,37	0,55	44,15	518,70	6,39	654,45	389,77	139,44	9,44
Итого за день				62,40	66,13	276,32	1 967,42	0,97	47,46	645,93	8,00	840,50	868,60	213,50	13,08
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				99,05%	102,68%	103,07%	103,33%	98,54%	96,86%	102,53%	101,87%	100,06%	103,40%	101,67%	103,82%

Цикличное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит



День	Пятница
Неделя	Вторая
Возрастная категория	12+ лет
Сезон	Летний

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
275	Каша "Дружба" с маслом сливочным	280	280	7,95	15,28	40,84	332,68	0,03	2,03	56,00	0,05	187,40	110,17	35,15	0,35
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	16,20	72,36	0,00	0,04	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	154,39	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
104	Бутерброд с сыром	15/30	45	4,69	4,89	3,29	75,96	0,06	0,04	46,80	0,05	88,56	71,10	9,09	0,50
Итого		595		19,74	21,48	90,78	635,38	0,12	2,10	129,80	1,29	294,96	209,22	54,41	1,92
Обед															
Пром.	Огурцы соленные	100	100	0,72	0,09	1,53	9,90	0,06	22,50	160,00	0,57	12,60	163,40	58,00	0,11
110	Борщ из свежей капусты с картофелем с филе птицы , со сметан	250	250	16,43	25,28	59,95	417,88	0,08	20,00	170,18	2,75	430,00	230,00	47,50	2,75
462	Тефтели с соусом	110	110	12,87	10,14	23,35	335,38	0,55	1,16	124,85	0,81	73,90	91,89	21,89	2,64
516.01	Макаронные изделия отварные	180	180	5,65	5,02	37,67	221,94	0,10	0,00	42,28	0,21	21,66	51,40	9,43	0,99
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	200	200	0,00	0,00	20,16	81,00	0,02	3,60	20,00	0,54	12,60	12,60	7,20	2,12
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
Итого		950		45,07	41,74	181,66	1 273,50	0,88	47,26	528,31	6,64	567,68	621,16	160,67	10,47
Итого за день		1 545		64,81	63,22	272,44	1 908,88	0,99	49,36	658,11	7,93	862,63	830,38	215,08	12,39
Потребность в пищевых веществах				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения				102,87%	98,17%	101,62%	100,26%	101,06%	100,73%	104,46%	101,01%	102,69%	98,86%	102,42%	98,30%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспит

День Суббота
 Неделя Вторая
 Возрастная категория 12+ лет
 Сезон Летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак															
367	Галушки творожные со сгущенным молоком	220/10	230	8,15	7,59	35,88	244,43	0,09	0,00	5,98	0,92	1,15	5,06	0,69	2,99
266	Какао с сахаром	200	200	0,48	4,54	20,38	139,59	0,04	1,17	40,00	0,11	131,04	95,15	21,78	0,70
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	0,95	30,45	158,41	0,03	0,00	7,00	1,12	6,30	20,48	4,41	0,34
Пром.	Яблоко	100	100	0,32	0,18	17,17	63,90	0,50	1,78	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,01
	Итого	600		14,97	13,26	103,88	606,33	0,65	2,95	52,98	2,83	152,31	169,07	36,46	4,04
Обед															
515	Горошек консервированный	100	100	3,24	0,09	8,82	49,50	0,09	24,50	190,00	1,60	204,90	54,60	30,60	0,26
138	Суп рисовый , с филе птицы	250	250	12,15	20,73	35,00	487,50	0,10	8,00	185,50	1,25	270,00	97,50	45,50	0,18
334	Запеканка картофельная с мясом птицы	280	280	24,92	28,67	54,71	481,15	0,08	3,56	184,00	0,36	173,05	435,96	79,80	5,76
524	Компот из цитрусовых с яблоками	200	200	0,64	0,28	28,48	118,80	0,02	11,50	20,00	0,14	9,81	6,30	4,77	1,08
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	0,68	21,75	113,15	0,02	0,00	5,00	0,80	4,50	14,63	3,15	0,24
Пром.	Хлеб ржаной	60	60	5,10	0,54	17,25	94,26	0,05	0,00	6,00	0,96	12,42	57,24	13,50	1,62
	Итого	940		50,35	50,99	166,01	1 344,36	0,36	47,55	590,50	5,12	674,68	666,23	177,32	9,14
Итого за день				1 540											
Потребность в пищевых веществах				65,32	64,24	269,89	1 950,69	1,01	50,51	643,48	7,95	826,99	835,30	213,78	13,18
Процент удовлетворения				63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
				103,69%	99,75%	100,67%	102,45%	103,39%	103,07%	102,14%	101,27%	98,45%	99,44%	101,80%	104,60%

Меню 12+ (12 дней)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть				Витамины и минеральные вещества							
	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Среднее за день	63,85	64,20	270,53	1 922,59	0,99	49,68	638,46	7,83	836,96	846,33	212,61	12,78
Потребность в пищевых веществах	63,00	64,40	268,10	1 904,00	0,98	49,00	630,00	7,85	840,00	840,00	210,00	12,60
Процент удовлетворения	101,35%	99,69%	100,91%	100,98%	100,65%	101,38%	101,34%	99,80%	99,64%	100,75%	101,24%	101,42%