



Примерное расписание меню



День: первый Неделя: 14
Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 класс)

№ рецепта	Наименование блюда	Кол-во	Цена	Углерод	Макроэлементы: количество, мг												Витамин А	Витамин В1	Витамин В2	Витамин В6	Витамин С
					К	Са	Мг	P	Fe	A	B	Ty	B1	B2	B6	C, мг					

Итого на Завтрак: 516 19,21 19,61 76,30 572,67 1896,95 153,12 89,84 30,86 123,60 0,96 32,14 406,45 127,09 2,39 0,08 0,10 0,84 2,57 0,39

Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смены)

№ рецепта	Наименование блюда	Кол-во	Цена	Углерод	Макроэлементы: количество, мг												Витамин А	Витамин В1	Витамин В2	Витамин В6	Витамин С
					К	Са	Мг	P	Fe	A	B	Ty	B1	B2	B6	C, мг					

Итого на Обед: 763 25,68 24,02 106,51 713,30 959,24 647,95 81,89 55,30 171,89 3,37 46,31 1147,75 285,98 4,97 0,19 0,16 1,59 3,70 23,08

Итого на день (1 и 2 смены) 44,89 43,63 182,81 1303,97 2856,19 801,07 171,73 86,15 296,49 4,33 78,45 1554,20 413,07 7,36 0,26 0,26 2,44 6,27 23,46

День: второй Неделя: первая
Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Весов. г	Жиров. г	Углевод. г	Эн. кал.	Макроэлементы: количество, мг												Витамин А	Витамин В1	Витамин В2	Витамин В6	Витамин С
							К	Са	Мг	P	Fe	A	B	Ty	B1	B2	B6	C, мг					

Итого на Завтрак: 500 16,09 16,78 70,36 535,62 1279,48 234,52 117,03 48,07 185,26 1,78 47,56 51,65 89,61 0,96 0,19 0,14 1,04 3,85 0,49

Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смены)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Весов. г	Жиров. г	Углевод. г	Эн. кал.	Макроэлементы: количество, мг												Витамин А	Витамин В1	Витамин В2	Витамин В6	Витамин С
							К	Са	Мг	P	Fe	A	B	Ty	B1	B2	B6	C, мг					

Итого на Обед: 777 26,06 27,22 100,91 758,95 1307,22 1943,95 230,72 127,53 445,05 4,64 87,70 146,784 419,83 7,43 0,24 0,28 4,15 10,85 30,26

Итого на день (1 и 2 смены) 42,15 43,99 171,27 1294,57 2586,70 2178,47 356,75 175,60 630,31 6,42 135,26 1519,49 509,44 8,39 0,53 0,51 5,19 14,70 20,75

День: первый. День: второй

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ п/п	Наименование блюда	Высота, г	Весовые доли		№	Минимальное количество		Максимальное количество		Витаминизация	БЖУ	Сумма											
			исход.	исход.		г	шт.	г	шт.														
Завтрак																							
1-4-08	Капюш джуржот	200	6,33	16,67	20,02	2,789	7,462	46,78	1,7767	96,55	36,56	3,54	0,00	3,81	0,18	0,16	0,27	0,07	0,58	2,72	7,13		
1-4-08	Каша с молочком	200	3,30	1,60	4,90	70,46	4,62	4,89,84	1,4129	8,23	8,82	3,53	0,00	0,02	0,12	0,01	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
6-13	Сыр (горячий)	1,5	3,95	3,96	0,00	3,50	1,50,00	1,50,00	8,25	9,01,00	0,11	31,80	2,830	3,720	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
7-8	Хлеб пшеничный	47	3,36	0,53	2,83	19,524	23,53	38,46	8,27	5,72	26,58	0,55	0,00	0,00	0,52	0,04	0,01	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	
7-8	Йогурт	1 шт	0,40	0,40	0,00	4,868	36,00	2,78,00	16,00	9,00	11,00	2,20	0,00	30,00	5,00	0,20	0,03	0,02	0,30	0,30	0,30	0,30	
Итого за завтрак																							
		562	17,34	16,45	66,50	524,77	1170,41	462,33	204,78	346,06	9,85	31,50	50,95	425,70	0,95	0,53	0,32	1,31	6,36	24,44			

Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смены)

№ п/п	Наименование блюда	Высота, г	Весовые доли		№	Минимальное количество		Максимальное количество		Витаминизация	БЖУ	Сумма									
			исход.	исход.		г	шт.	г	шт.												
Обед																					
2	Салат "Универсал"	60	2,04	6,59	4,44	8,457	17,76	150,03	11,25	8,72	36,33	0,58	18,00	123,82	55,58	2,87	0,03	0,06	0,29	0,61	3,48
4-1-08	Чай из крупяты с ванилином в сахарной	200	1,62	4,87	8,37	87,50	608,77	275,41	34,21	16,05	37,98	0,61	6,92	788,92	175,69	1,86	0,04	0,04	0,56	0,98	9,72
6-1-08	Чай из говядины	100	11,73	9,92	23,57	256,00	1248,79	81,17	14,82	3,66	12,44	0,26	9,66	86,40	34,06	0,17	0,01	0,09	0,39	0,53	0,72
103-13	Капюш гречневая расстегаев	150	8,37	4,70	42,60	233,47	426,84	212,75	18,18	125,68	188,86	4,23	14,63	1,825	17,86	0,59	0,21	0,11	2,20	3,62	0,00
028	Чай с сахаром	200	0,18	0,64	9,21	33,88	0,10	0,26	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7-8	Хлеб ржаной	45	2,79	0,48	17,67	76,52	274,50	97,02	13,86	18,40	61,86	1,52	0,00	1,80	0,45	0,63	0,06	0,25	0,66	0,66	0,66
Итого за обед																					
		755	26,74	26,60	105,29	774,95	2574,76	826,53	92,58	172,45	337,42	7,25	40,15	1016,21	263,68	6,12	0,35	0,25	3,39	8,04	13,92
Итого за день (1 и 2 смены)																					
		1317	44,07	43,05	173,85	1297,72	3751,17	2083,71	554,81	372,33	684,38	17,10	80,65	1076,16	709,38	7,07	0,88	0,47	4,70	14,40	38,36

День: второй. День: второй

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ п/п	Наименование блюда	Высота, г	Весовые доли		№	Минимальное количество		Максимальное количество		Витаминизация	БЖУ	Сумма									
			исход.	исход.		г	шт.	г	шт.												
Завтрак																					
576 Т	Помидор свежий (вареный)	60	0,60	0,11	2,84	14,33	1,80	153,12	7,39	10,44	13,57	0,47	0,00	384,00	79,80	0,42	0,03	0,02	0,24	0,42	0,60
98-08	Макаронная отварная с сыром	200	11,44	12,83	25,21	245,00	1338,56	91,09	215,17	19,95	160,83	1,12	42,00	30,66	97,66	1,07	0,09	0,09	0,63	3,67	0,06
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,64	9,21	33,88	0,10	0,26	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7-8	Корс для детского питания	56	3,03	2,54	8,63	116,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7-8	Хлеб пшеничный	56	4,06	0,40	26,40	125,39	279,44	45,83	9,86	6,82	31,67	0,54	0,00	0,00	0,00	0,62	0,04	0,01	0,41	1,23	0,00
Итого за завтрак																					
		572	19,25	15,92	72,29	586,75	1619,90	290,30	232,68	37,19	206,07	2,16	42,00	414,60	177,40	2,11	0,16	0,12	1,28	4,72	6,06

Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смены)

№ п/п	Наименование блюда	Высота, г	Весовые доли		№	Минимальное количество		Максимальное количество		Витаминизация	БЖУ	Сумма									
			исход.	исход.		г	шт.	г	шт.												
Обед																					
1-4-08	Салат "Столичный" на свежих овощах	160	0,69	5,02	8,87	77,24	233,73	116,15	26,60	9,07	19,40	0,33	0,00	721,48	122,61	2,71	0,02	0,02	0,28	0,36	13,97
4-7-08	Сыр гороховый с отварными овощах	200/14	6,00	6,35	24,67	169,87	626,71	231,06	13,32	12,65	30,26	0,47	0,00	970,94	202,14	1,87	0,04	0,03	0,51	0,87	3,74
86-08	Макары, запеченные в яблочном соусе	90	10,80	8,38	3,75	173,82	1083,80	342,54	56,85	45,67	292,88	1,31	36,32	10,16	77,97	2,97	0,09	0,14	0,86	4,43	0,72
92-08	Картофельное пюре картофельное	150	3,09	5,49	21,52	146,68	367,74	666,24	49,84	28,46	85,10	1,05	20,52	40,32	42,10	0,22	0,12	0,11	1,34	2,49	10,26
134	Компот из яблок	200	0,42	0,60	24,80	94,67	0,10	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7-8	Хлеб ржаной	48	2,97	0,51	18,21	84,82	292,80	103,49	14,79	19,62	65,98	1,63	0,00	1,92	0,48	0,67	0,07	0,63	0,27	0,96	0,00
Итого за обед																					
		762	23,97	26,65	101,22	749,10	2604,88	1450,74	146,63	114,87	403,62	4,82	56,84	1744,82	445,30	8,44	0,34	0,33	3,26	9,11	28,69
Итого за день (1 и 2 смены)																					
			43,22	42,56	173,52	1285,85	4234,78	1750,04	379,31	152,07	609,68	6,98	98,84	2159,42	622,70	10,55	0,50	0,45	4,54	13,83	34,75

День: Третий Неделя: вторник

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- диды, г	Эн. ценность, кДж	Минеральные элементы, мг						Витаминный состав								
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РР	ТЭ	В1	В2	РР	ЕЭ	Витамин С, мг
Завтрак																					
460	Котлеты рубленные из курной грудки	70	6,75	5,07	13,89	160,40	57,71	45,29	26,31	6,71	29,30	0,28	31,59	23,24	35,41	0,25	0,0	0,04	0,23	0,55	0,24
125-08	Каша овсяная молочная вязкая	200	8,56	12,79	24,38	262,56	818,17	286,18	205,52	29,99	180,80	0,67	84,95	59,81	94,40	0,89	0,15	0,26	0,67	2,54	2,03
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	25,10	64,50	53,06	6,09	39,15	0,07	9,00	8,00	16,50	0,05	0,0	0,06	0,04	0,40	0,26
	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,28	18,86	89,57	199,66	32,73	7,04	4,87	22,62	0,38	0,00	0,00	0,00	0,44	0,0	0,01	0,29	0,88	0,00
Итого за 'Завтрак'																					
510		19,21	19,72	68,47	575,70	1100,58	438,70	291,73	47,57	271,87	1,40	135,54	91,05	146,31	1,63	0,19	0,37	1,33	4,37	2,53	

Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

576 Т	Оружье соевый (варенка)	60	0,45	0,05	1,37	7,06	666,60	74,45	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	14,40	3,00	0,06	0,0	0,01	0,05	0,12	1,20
56-08	Суп из овощей	200	3,65	3,31	12,78	86,95	604,20	281,18	26,02	16,18	42,74	0,57	6,92	770,46	171,90	1,83	0,0	0,05	0,66	1,18	6,94
444	Куря тушеные в соусе	125	12,83	14,72	22,02	247,97	2,39	45,80	3,53	4,13	8,91	0,17	7,80	440,40	129,38	0,15	0,0	0,01	0,08	0,23	0,32
97-08	Макрihoные изделия отварные	180	6,19	7,20	37,76	240,67	870,21	54,74	18,20	8,40	44,67	0,86	0,00	0,00	48,60	1,06	0,0	0,01	0,45	1,85	0,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	48	3,43	0,33	22,62	107,48	239,52	39,29	8,45	5,84	27,14	0,46	0,00	0,00	0,00	0,53	0,0	0,01	0,34	1,05	0,00
Итого за 'Обед'																					
813		26,76	25,62	109,97	741,68	2382,92	495,46	68,35	41,87	135,99	2,36	14,72	1225,26	352,87	3,63	0,15	0,09	1,59	4,43	8,45	
Итого за день (1 и 2 смены)																					
		45,96	45,34	178,43	1317,37	3483,50	924,16	360,08	89,44	407,86	3,76	140,26	1316,31	499,18	5,26	0,34	0,46	2,82	8,80	10,98	

День: четвертый Неделя: вторник

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- диды, г	Эн. ценность, кДж	Минеральные элементы, мг						Витаминный состав								
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РР	ТЭ	В1	В2	РР	ЕЭ	Витамин С, мг
3909	Фруктовый мясной	55	4,16	13,29	4,92	106,09	0,21	3,54	1,12	0,36	1,68	0,02	2,75	4,13	6,19	0,02	0,00	0,00	0,01	0,02	0,10
128-08	Каша пшеничная молочная	180	7,83	4,01	25,66	147,94	707,79	112,64	97,99	10,76	70,47	0,14	36,00	34,29	66,86	0,17	0,03	0,11	0,07	0,70	0,45
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,66	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,00	0,01	0,01	1,12
	Хлеб пшеничный	51	0,10	0,00	15,02	57,25	0,25	28,38	3,08	1,52	1,95	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,05	0,05
	Хлеб пшеничный	51	0,36	0,56	24,04	114,20	254,49	41,74	8,98	6,21	28,84	0,48	0,00	0,00	0,00	0,56	0,01	0,37	1,12	1,12	
Итого за 'Завтрак'																					
511		15,98	17,71	83,70	481,09	963,66	196,73	114,03	19,58	104,28	1,01	38,75	38,98	73,19	0,76	0,07	0,12	0,48	1,90	1,72	

Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

34-13	Салат из отварной свеклы с растительным	60	0,83	3,58	5,45	54,08	1,34,01	134,96	20,58	1,16	22,96	0,75	0,00	4,98	1,20	1,64	0,01	0,02	0,09	0,24	1,17
44-08	Атюрин пид	200	1,76	5,25	11,30	79,61	690,41	290,87	29,49	16,79	47,30	0,65	6,92	753,00	168,30	1,02	0,05	0,00	0,64	1,00	12,15
611	Котлеты домашние	90	14,80	10,91	31,43	271,26	573,48	23,86	10,03	4,79	16,81	0,34	20,33	19,20	37,89	0,28	0,02	0,02	0,20	0,51	0,09
106-13	Каша рисовая вязкая	150	4,59	3,97	23,70	170,09	570,90	33,39	8,78	15,75	47,52	0,36	14,63	10,98	16,46	0,17	0,02	0,02	0,45	1,08	0,00
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76	3,01	38,54	6,98	2,29	4,40	0,10	0,00	8,80	1,76	0,04	0,01	0,01	0,04	0,07	5,28
	Хлеб ржаной	43	2,66	0,46	16,31	75,99	262,30	92,71	13,25	17,58	59,19	1,46	0,00	1,72	0,43	0,60	0,06	0,05	0,24	0,86	0,00
Итого за 'Обед'																					
743		24,84	24,21	103,87	711,78	2234,11	614,33	89,11	68,97	198,09	3,66	41,88	798,68	226,04	3,75	0,17	0,10	1,66	3,76	18,69	
Итого за день (1 и 2 смены)																					
		40,81	41,92	187,58	1192,87	3197,77	811,07	203,14	88,55	302,38	4,67	80,63	837,66	299,23	4,51	0,24	0,21	2,14	5,66	20,41	

Дети: пятый Нелески: вторые

Заявление для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ п/п	Информационная база	Введен в		Установлен		Число	Минимальные количественные		Максимальные количественные		Всего	Литры
		г	мес	г	мес		г	мес	г	мес		

128-08	Копейный напиток на молоке	200	2,77	15,69	70,64	4,16	406,82	135,78	70,47	603,13	2,78	0,66	0,00	0,19	0,66	0,30	0,93	2,26													
6-12	(Сыр (горюшка))	1,8	3,95	0,60	52,50	145,90	15,00	8,23	90,30	0,11	3,50	25,50	33,70	0,39	0,30	0,66	0,33	1,02	0,11												
7-8	Варен	50	3,86	1,50	26,66	134,76	21,56	64,56	11,46	16,50	42,50	0,00	0,00	0,86	0,68	0,62	0,86	1,38	0,66												
7-8	Железо	1,00	0,40	11,60	48,68	26,60	2,78,00	16,60	0,66	11,60	2,20	0,00	30,00	5,00	0,20	0,02	0,30	0,40	10,00												
Итого за "Обучающиеся"													18,33	16,84	82,39	536,75	1033,38	1053,53	480,73	157,73	422,86	7,31	95,21	100,36	304,50	1,84	0,50	0,38	1,61	6,16	18,84

Обучающиеся в 1-4 классах (2 смена)

11-12	Суп из свежих овощей и картофеля	60	6,57	3,62	2,98	45,51	42,14	2,78	133,22	16,87	9,51	20,14	6,43	0,00	238,14	40,40	1,82	0,03	0,02	0,20	0,30	0,82										
11-12	Варен с добавлением сметаны и картофеля	200	10,10	5,75	4,83	13,25	129,54	42,14	201,21	32,14	16,23	36,64	6,75	9,60	848,24	191,77	1,50	0,02	0,04	0,29	0,62	3,52										
87-08	Сыр "Российский"	1,00	12,50	0,63	26,07	199,04	22,60,73	204,29	66,44	36,31	169,64	0,94	62,86	49,52	115,04	6,48	0,07	0,12	0,78	3,48	0,54											
7-8	Картофель запеченный	150	3,53	9,03	31,27	218,80	170,13	103,50	19,20	40,73	102,95	1,60	0,00	33,33	5,30	3,84	0,21	0,12	2,30	3,18	35,33											
1601	Напиток из сока	200	0,24	0,04	13,77	54,27	316	53,06	3,34	1,74	3,05	0,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,10	0,40												
7-8	Хлеб цельнозерновой	55	3,05	0,38	23,93	123,15	274,45	43,01	9,68	6,70	31,10	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,39	1,21	0,66											
Итого за "Обучающиеся"													785	26,52	27,53	109,27	770,31	2749,33	1690,29	135,67	111,24	363,49	4,89	71,86	1171,23	352,51	8,38	0,37	0,31	4,00	8,89	51,61
Итого за день (1 и 2 смена)													44,85	44,37	191,65	1307,06	3782,71	2743,82	616,40	268,97	786,35	12,40	167,07	1271,59	657,01	10,22	0,87	0,70	5,61	15,05	70,45	

Дети: шестой Нелески: вторые

Заявление для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ п/п	Информационная база	Введен в		Установлен		Число	Минимальные количественные		Максимальные количественные		Всего	Литры
		г	мес	г	мес		г	мес	г	мес		

181-12	Котлеты, блинчики, блинчики	30	5,64	4,00	13,76	110,61	29,28	31,96	16,90	4,20	21,90	0,24	17,60	12,57	24,06	0,15	0,02	0,03	0,12	0,42	0,12											
128-08	Каша овсяная молочная	200	7,18	5,52	34,40	232,74	794,68	234,47	162,12	35,43	238,47	0,95	67,81	48,38	75,54	0,83	0,15	0,19	1,25	2,80	1,29											
6-28	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,16	0,26	0,50	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00											
5-12	Мясное суфле (горюшка)	10	0,00	0,66	0,00	77,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	45,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00											
7-8	Варен	48	3,70	1,44	23,58	129,37	205,92	62,88	10,56	15,84	40,80	0,96	0,00	0,00	0,00	0,82	0,08	0,02	0,77	1,44	0,66											
Итого за "Обучающиеся"													508	17,00	19,66	82,96	586,52	1029,98	329,57	189,84	55,47	300,27	2,18	85,41	60,95	144,60	1,90	0,24	0,25	2,14	4,68	1,41

Обучающиеся в 1-4 классах (2 смена)

17-08	Суп из мясной котлеты	60	0,89	2,69	5,52	48,52	44,67	136,04	21,99	7,41	16,03	0,30	0,00	0,00	0,00	1,38	0,01	0,01	0,16	0,32	0,60											
60-08	Уха со вьетнамским соусом (минтай)	200	5,09	2,78	10,60	106,66	233,89	213,65	17,00	10,82	62,76	0,72	13,26	15,27	22,76	0,98	0,05	0,06	0,72	2,30	1,18											
39-9	Фруктовый напиток в томатном соусе	120	10,38	16,18	19,08	217,56	0,89	22,18	3,05	2,58	6,18	0,12	4,00	274,80	65,00	0,09	0,00	0,00	0,06	0,16	0,30											
108-12	Каша пшеничная вареная	150	4,15	3,83	24,36	168,18	570,66	77,65	15,84	20,17	81,48	1,01	14,63	17,56	17,56	0,15	0,13	0,02	0,50	1,69	0,66											
7-8	Котлетки из рыбы и картофеля	200	0,76	0,37	26,44	102,19	8,71	79,80	15,81	5,37	5,72	1,14	0,00	888,75	164,65	0,84	0,02	0,06	0,27	0,38	81,00											
7-8	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69	214,00	86,24	12,32	16,33	54,98	1,36	0,00	1,60	0,40	0,56	0,05	0,02	0,23	0,80	0,60											
Итого за "Обучающиеся"													770	23,75	26,28	101,17	713,79	1504,82	614,76	86,01	71,70	227,15	4,65	31,89	1197,98	270,37	3,97	0,27	0,17	1,94	5,65	38,48
Итого за день (1 и 2 смена)													40,75	45,94	184,13	1300,23	2514,80	944,33	275,85	127,17	527,42	6,82	117,30	1250,93	414,96	5,86	0,51	0,42	4,07	10,33	89,89	

Примечание: количественные данные и данные могут быть дополнены и изменены от составления заявки.