Приложение № 1 к контракту № 0744200000222009707

От 09 января 2023г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОРГАНИЗАЦИЮ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ИЗ МАЛОИМУЩИХ, МНОГОДЕТНЫХ И СОЦИАЛЬНО НЕЗАЩИЩЕННЫХ СЕМЕЙ (ОБЕД)

(7-11 ЛЕТ)

г. Курск

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5	0,04	15,08	0,10	0,24	0,00	0,02	8,44	12,06	15,68	0,60	174,87	1,21	0,00	0,00		2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,8	4,6	19,0	140,5	0,19	5,02	0,22	2,06	0,08	0,08	37,24	33,08	79,68	1,93	479,25	4,32	0,04	0,00	99	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	18,8	19,7	14,9	311,3	0,10	0,76	0,08	0,25	0,05	0,16	44,00	27,28	188,18	2,11	252,69	7,45	0,11	0,02	294	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191,0	0,06	0,00	0,03	0,80	0,00	0,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,2	0,0	25,7	105,0	0,01	13,00	0,00	0,10	0,00	0,00	8,00	3,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	436	2008
Итого за прием пищи:	**790**	**33,5**	**29,5**	**110,2**	**843,8**	0,47	33,86	0,43	4,33	0,13	0,29	115,88	90,02	359,34	7,04	961,21	15,22	0,15	0,02		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	3,1	5,7	54,0	0,02	15,60	0,19	1,44	0,00	0,00	21,60	10,20	16,20	0,66	0,00	0,00	0,00	0,00	41	2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,1	5,7	11,2	109,5	0,09	8,53	0,23	0,35	0,08	0,07	37,48	21,77	51,87	0,89	378,64	4,80	0,03	0,00	95	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	150	12,2	13,2	13,8	223,5	0,13	7,62	0,03	1,97	0,00	0,13	17,60	28,57	131,21	1,54	625,34	6,78	0,08	0,00	258	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	14,7	60,1	0,00	2,91	0,00	0,00	0,00	0,00	7,76	4,85	9,70	0,97	0,00	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**740**	**20,3**	**23,4**	**77,8**	**607,4**	0,34	34,66	0,45	4,64	0,08	0,24	97,34	76,89	263,28	5,96	1 085,98	13,82	0,11	0,00		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82,2	0,04	4,80	0,27	2,76	0,00	0,00	12,00	12,00	27,60	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	30	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,5	5,9	16,8	134,8	0,09	6,71	0,23	0,45	0,08	0,07	33,08	25,62	70,05	1,02	496,72	5,30	0,03	0,00	91	2008
БИТОЧКИ ИЗ КУР	90	13,9	15,9	3,2	211,5	0,06	0,45	0,10	0,50	0,36	0,14	40,53	15,42	140,72	1,47	143,77	7,03	0,08	0,02		2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206,0	0,03	0,00	0,03	0,30	0,00	0,00	11,00	26,00	78,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,4	3,2	37,5	0,00	0,95	0,10	0,09	0,04	0,00	7,65	5,24	9,61	0,22	63,13	0,21	0,00	0,00	348	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131,0	0,02	0,00	0,01	0,50	0,00	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**850**	**26,0**	**35,4**	**114,3**	**884,6**	0,31	12,91	0,74	5,48	0,48	0,24	132,46	107,88	383,78	6,15	758,02	14,78	0,11	0,02		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,6	4,9	55,6	0,03	2,46	0,18	1,63	0,00	0,02	14,47	11,21	24,28	0,51	170,43	2,31	0,00	0,00	67	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,1	5,7	13,1	116,4	0,06	8,37	0,24	0,31	0,08	0,08	49,19	24,00	51,04	1,16	352,15	6,37	0,03	0,00	76	2008
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,5	12,8	9,4	206,9	0,07	0,58	0,06	0,13	0,00	0,12	33,16	15,01	123,11	1,12	174,01	5,81	0,08	0,01	297	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	6,3	23,3	161,4	0,14	11,77	0,04	0,31	0,11	0,10	13,96	30,45	77,87	1,33	836,60	7,36	0,04	0,00	125	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108,0	0,01	3,00	0,00	0,40	0,00	0,00	5,00	2,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	438	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**800**	**22,0**	**28,8**	**94,0**	**729,8**	0,38	26,18	0,52	3,66	0,19	0,35	122,98	90,27	314,10	6,72	1 587,59	24,09	0,15	0,01		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,0	4,7	5,1	68,0	0,04	2,52	0,92	2,39	0,00	0,04	25,28	19,81	32,04	0,65	166,68	3,16	0,02	0,00	56	2008
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	250	5,9	2,6	25,3	149,0	0,18	7,00	0,23	0,40	0,00	0,00	26,00	71,00	125,00	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	93	2008
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	90	14,0	35,9	1,1	383,9	0,33	0,50	0,02	2,48	0,20	0,12	14,16	20,32	142,84	1,58	296,47	8,26	0,07	0,00	289	2008
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,8	6,0	15,3	126,6	0,08	15,25	0,00	2,53	0,00	0,06	33,94	20,61	48,83	1,08	407,90	4,48	0,03	0,00	406	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0,01	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	394	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200	0,8	0,8	19,6	94,0	0,06	20,00	0,01	1,26	0,00	0,04	32,00	16,00	22,00	4,40	556,00	4,00	0,02	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**990**	**27,4**	**50,6**	**111,2**	**1 018,0**	0,77	47,27	1,18	10,04	0,20	0,29	145,58	159,34	409,51	12,81	1 481,45	22,14	0,14	0,00		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,02	5,98	0,01	0,06	0,00	0,02	13,75	8,37	25,12	0,60	84,32	1,79	0,01	0,00		2008
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	250	5,9	2,6	25,3	149,0	0,18	7,00	0,23	0,40	0,00	0,00	26,00	71,00	125,00	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	93	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/40	0,6	6,0	2,3	65,9	0,01	0,36	0,04	0,21	0,09	0,01	8,17	2,10	8,73	0,10	18,40	0,18	0,00	0,00	256	2008
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	5,9	38,5	222,0	0,03	0,00	0,03	0,39	0,10	0,03	4,54	24,10	73,32	0,50	54,56	0,75	0,03	0,01	304	2011
КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,9	113,0	0,01	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	5,00	2,00	8,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**790**	**13,4**	**15,0**	**112,5**	**639,8**	0,32	15,34	0,31	2,04	0,19	0,09	64,66	115,17	274,97	5,70	211,68	4,96	0,04	0,01		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5	0,04	15,08	0,10	0,24	0,00	0,02	8,44	12,06	15,68	0,60	174,87	1,21	0,00	0,00		2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	200/10	1,7	4,8	7,4	84,9	0,03	9,95	0,19	0,20	0,06	0,06	40,77	17,04	38,82	0,77	260,51	3,94	0,01	0,00	84	2008
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	9,6	24,5	10,7	301,4	0,23	0,72	0,02	0,18	0,10	0,06	13,45	15,71	96,48	1,12	213,11	4,40	0,04	0,00	278	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206,0	0,03	0,00	0,03	0,30	0,00	0,00	11,00	26,00	78,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131,0	0,02	0,00	0,01	0,50	0,00	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**750**	**18,8**	**34,5**	**106,8**	**819,3**	0,42	25,75	0,35	2,30	0,16	0,17	101,86	94,41	286,78	5,39	702,89	11,79	0,05	0,00		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,5	3,6	1,4	39,1	0,02	2,28	0,01	1,57	0,00	0,02	11,80	7,18	21,61	0,51	80,37	1,71	0,01	0,00	20	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/15	9,5	9,0	17,5	189,6	0,12	8,82	0,21	0,49	0,05	0,11	27,26	34,58	123,73	1,98	747,39	8,79	0,06	0,00	97	2008
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	1,8	4,6	9,0	84,6	0,03	0,12	0,03	0,10	0,07	0,02	26,11	4,37	26,13	0,17	48,07	2,03	0,00	0,00	234	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,3	141,0	0,14	5,00	0,04	0,20	0,00	0,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	335	2008
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108,0	0,01	3,00	0,00	0,40	0,00	0,00	5,00	2,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	438	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	9,50	6,50	32,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**855**	**21,4**	**24,5**	**117,2**	**774,9**	0,45	19,22	0,29	3,64	0,12	0,20	133,87	91,23	326,77	6,86	976,23	14,77	0,07	0,00		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4	0,01	4,20	0,11	0,00	0,00	0,03	24,60	9,00	22,20	0,42	189,00	0,00	0,00	0,00		2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,4	4,5	18,6	141,0	0,16	6,00	0,21	0,30	0,00	0,00	50,00	38,00	139,00	1,90	0,00	0,00	0,00	0,00	99	2008
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	8,1	10,2	6,9	152,4	0,04	11,18	0,02	2,08	0,00	0,06	35,71	18,19	80,90	1,11	215,10	3,56	0,06	0,00	306	2008
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,9	11,7	21,5	214,5	0,12	10,50	0,29	5,55	0,00	0,00	28,50	36,00	90,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	133	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24,4	103,0	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	441	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**790**	**24,9**	**32,4**	**92,9**	**763,9**	0,41	231,88	0,79	8,81	0,00	0,12	159,01	111,79	369,90	7,53	458,50	5,80	0,06	0,00		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,6	4,9	55,6	0,03	2,46	0,18	1,63	0,00	0,02	14,47	11,21	24,28	0,51	170,43	2,31	0,00	0,00	67	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	3,7	2,8	19,6	119,0	0,10	8,00	0,20	0,30	0,00	0,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	98	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	11,9	25,9	22,8	372,9	0,35	11,96	0,05	0,28	0,09	0,15	21,06	44,89	164,97	2,33	1 012,92	11,09	0,08	0,00	259	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	16,1	99,4	0,03	0,59	0,02	0,00	0,00	0,13	119,77	20,15	84,61	1,33	189,23	9,00	0,00	0,00	378	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94,0	0,06	20,00	0,01	1,26	0,00	0,04	32,00	16,00	22,00	4,40	556,00	4,00	0,02	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**970**	**23,0**	**35,9**	**100,0**	**822,5**	0,64	43,01	0,46	4,35	0,09	0,37	219,50	126,85	418,66	11,27	1 982,98	28,64	0,10	0,00		

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	1,0	3,7	5,7	60,0	0,03	28,20	0,27	1,84	0,00	0,05	21,11	10,08	20,11	0,43	87,94	0,90	0,00	0,00	49	2011
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,9	4,8	14,4	112,9	0,04	0,60	0,24	0,31	0,19	0,05	23,57	8,59	36,36	0,56	68,77	2,10	0,01	0,01	106	2008
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫЙ	90	14,7	37,8	8,6	433,4	0,33	0,00	0,02	3,88	0,11	0,12	14,36	30,79	170,70	2,36	306,06	6,84	0,06	0,00	271	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145,7	0,12	10,38	0,04	0,25	0,08	0,11	35,04	29,07	83,95	1,18	762,10	8,44	0,04	0,00	128	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134,0	0,04	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	433	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**820**	**29,5**	**55,2**	**107,3**	**1 046,2**	0,66	40,18	0,58	7,16	0,38	0,37	227,98	104,03	455,42	7,43	1 306,87	20,52	0,11	0,01		

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5	0,04	15,08	0,10	0,24	0,00	0,02	8,44	12,06	15,68	0,60	174,87	1,21	0,00	0,00		2008
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ	250	4,5	5,3	11,1	110,0	0,09	14,00	0,31	0,30	0,00	0,00	46,00	28,00	79,00	1,30	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2008
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	220	14,7	38,0	36,7	548,0	0,46	16,97	0,03	4,76	0,08	0,21	29,81	62,65	225,14	3,33	1 406,44	15,33	0,09	0,00	299	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,3	0,1	21,5	90,2	0,01	24,00	0,01	0,22	0,00	0,01	17,09	9,93	8,91	0,35	106,12	0,30	0,01	0,00	375	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008

БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	9,50	6,50	32,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	**820**	**26,5**	**45,4**	**114,3**	**975,3**	0,73	70,05	0,45	6,40	0,08	0,29	118,04	126,74	396,03	7,68	1 787,83	19,08	0,10	0,00		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	286,7	821,6	2 295,2	9 925,5
Среднее значение за период	23,9	68,5	191,3	827,1

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
7-11 лет	830

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Владелец: Скрипкина Татьяна Геннадьевна, директор
Сертификат: 00caed043c6c22ca6f9451476928a64f84
Выдан: Казначейство России
Действителен: с 14.03.2022 по 07.06.2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Владелец: Шашенкова Людмила Николаевна
Сертификат: 03cf4371000eae7aa541e32f259e8daff7
Выдан: Общество с ограниченной ответственностью "Сертум-Про"
Действителен: с 30.12.2021 по 30.03.2023