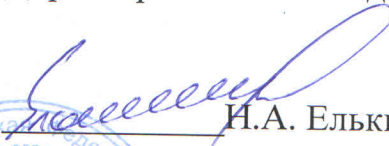


Утверждаю

Директор ООО «Каскад»


Н.А. Елькина

«01» апреля 2021 г.



Согласовано

Директор MAOU COШ №122



К.В. Терещенко

«01» апреля 2021 г.

Приложение к примерному десятидневному меню обучающихся в MAOU COШ №122 для детей с пищевой аллергией на коровье молоко, куриное яйцо, рыбу и морепродукты

(за счет средств родителей и субсидии, выделенной муниципальному образованию город Екатеринбург из областного бюджета на обеспечение питанием обучающихся в муниципальных образовательных организациях)

г. Екатеринбург

МЕНЮ 1 день (понедельник)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
1-4 классы - завтрак (дотация)								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№449 (1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	200	16,93	0,00	11,98	10,43	40,92	351,11
ТТК	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	23,03	87,51
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Завтрак '			21,07	0,00	15,46	13,17	88,11	591,75
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-55,93	0,00	-63,54	13,17	-246,89	-1758,25
Содержание, % от калорийности			15,00		24,00		61,00	

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
1-4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
№132 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
№463 (2004)	Тефтели из говядины с рисом, отрубями (паровые)	90	14,37	0,38	9,75	0,25	8,47	184,01
№482 (1996)	Капуста тушеная	150	3,51	0,00	5,35	5,35	14,89	128,43
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,01	0,02	22,23	88,47
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	19,29	96,12
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед '			24,58	0,38	20,08	10,60	84,06	640,39
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-52,42	0,38	-58,92	10,60	-250,94	-1709,61
Содержание, % от калорийности			16,00		30,00		54,00	

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (дотация)								
№132 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№449 (1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой 260	260	22,01	0,00	15,58	13,56	53,20	456,45
ТТК	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	23,03	87,51
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
пром.	Хлеб ржаной	35	2,26	0,00	0,41	0,41	11,46	66,33
Итого за 'Обед '			30,20	0,00	23,72	20,96	123,52	857,53
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-59,80	0,00	-68,28	20,96	-259,48	-1862,47
Содержание, % от калорийности			15,00		26,00		60,00	

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
5-11 классы - обед (родительская плата)								
№132 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№449 (1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой 260	260	22,01	0,00	15,58	13,56	53,20	456,45
ТТК	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	23,03	87,51
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
пром.	Хлеб ржаной	35	2,26	0,00	0,41	0,41	11,46	66,33
Итого за 'Обед '			30,20	0,00	23,72	20,96	123,52	857,53
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-59,80	0,00	-68,28	20,96	-259,48	-1862,47
Содержание, % от калорийности			15,00		26,00		60,00	

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
1-4 классы - обед (дотация)								
№132 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№449 (1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	200	17,91	0,00	14,57	12,88	39,94	374,47
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,01	0,02	22,23	88,47
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Обед '			23,50	0,12	22,50	19,10	92,88	690,89
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-53,50	0,12	-56,50	19,10	-242,12	-1659,11
Содержание, % от калорийности			14,00		30,00		56,00	

МЕНЮ 2 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - завтрак (дотация)								
№16 (2004)	Салат из свежих огурцов с льняным маслом	60	0,42	0,00	5,93	4,46	1,32	61,28
№572 (1982)	Сосиски отварные	50	5,23	5,23	11,35	0,00	0,16	123,68
№486 (1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0,00	7,06	7,06	14,92	142,54
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	8,92	44,45
Итого за 'Завтрак'			13,18	5,23	25,25	12,48	62,59	549,70
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-63,82	5,23	-53,75	12,48	-272,41	-1800,30
Содержание, % от калорийности			10,00		43,00		47,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,72	0,00	5,13	5,06	11,82	103,84
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	13,11	7,74	11,79	215,84
№469 (1996)	Макароны отварные с овощами	150	5,02	0,01	7,88	5,45	30,77	221,48
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	15,73	88,24
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			24,02	0,02	32,37	21,16	101,11	818,96
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-52,98	0,02	-46,63	21,16	-233,89	-1531,04
Содержание, % от калорийности			12,00		37,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (дотация)								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,72	0,00	5,13	5,06	11,82	103,84
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	13,11	7,74	11,79	215,84
№469 (1996)	Макароны отварные с овощами	180	6,02	0,02	9,46	6,54	36,92	265,77
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	15,73	88,24
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			25,02	0,02	33,94	22,25	107,26	863,26
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-64,98	0,02	-58,06	22,25	-275,74	-1856,74
Содержание, % от калорийности			12,00		37,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (родительская плата)								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,72	0,00	5,13	5,06	11,82	103,84
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	13,11	7,74	11,79	215,84
№469 (1996)	Макароны отварные с овощами	180	6,02	0,02	9,46	6,54	36,92	265,77
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	15,73	88,24
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			25,02	0,02	33,94	22,25	107,26	863,26
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-64,98	0,02	-58,06	22,25	-275,74	-1856,74
Содержание, % от калорийности			12,00		37,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - обед (дотация)								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,72	0,00	5,13	5,06	11,82	103,84
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	50/50	7,84	0,00	7,49	3,64	8,66	136,80
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	34,81	212,18
ТТК	Напиток вишневый	200	0,39	0,39	2,17	0,00	20,45	101,41
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Обед '			19,18	0,62	23,75	11,10	95,86	694,55
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-57,82	0,62	-55,25	11,10	-239,14	-1655,45
Содержание, % от калорийности			11,00		32,00		57,00	

МЕНЮ 3 день (среда)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - завтрак (дотация)								
№17 (2001)	Салат из свеклы с яблоками	100	1,00	0,00	6,31	7,18	12,26	112,27
№702 (1982)	Рагу из птицы	200	16,89	0,02	5,47	0,55	25,39	230,48
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Завтрак '			22,36	0,02	12,41	8,35	76,56	529,97
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-54,64	0,02	-66,59	8,35	-258,44	-1820,03
Содержание, % от калорийности			18,00		22,00		60,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
№459 (2004)	Рулет из говядины паровой	90	13,74	0,00	6,33	0,18	5,75	137,15
MP со.тк.ч.3 екат.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	20,07	174,71
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	18,82	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед '			25,64	0,02	20,45	8,86	91,09	677,42
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-51,36	0,02	-58,55	8,86	-243,91	-1672,58
Содержание, % от калорийности			16,00		28,00		56,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (дотация)								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
№459 (2004)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0,00	7,03	0,20	6,39	152,39
MP со.тк.ч.3 екат.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	24,08	209,65
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед '			27,99	0,03	21,13	9,65	90,77	694,64
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-62,01	0,03	-70,87	9,65	-292,23	-2025,36
Содержание, % от калорийности			17,00		28,00		55,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (родительская плата)								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
№459 (2004)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0,00	7,03	0,20	6,39	152,39
MP со.тк.ч.3 екат.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	24,08	209,65
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед '			27,99	0,03	21,13	9,65	90,77	694,64
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-62,01	0,03	-70,87	9,65	-292,23	-2025,36
Содержание, % от калорийности			17,00		28,00		55,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - обед (дотация)								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
№459 (2004)	Рулет из говядины паровой	90	13,74	0,00	6,33	0,18	5,75	137,15
МР сб.тк.ч.э екат.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	20,07	174,71
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	18,82	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед '			25,64	0,02	20,45	8,86	91,09	677,42
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-51,36	0,02	-58,55	8,86	-243,91	-1672,58
Содержание, % от калорийности			16,00		28,00		56,00	

МЕНЮ 4 день (четверг)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - завтрак (дотация)								
№460 (1996)	Котлета рубленая из птицы с отрубями	90	16,60	0,00	5,72	4,02	13,11	178,28
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая (без молока) с маслом подсолнечным	200/5	5,64	0,00	6,51	6,51	34,44	225,06
№705 (2004)	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	13,07	55,87
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,56	0,00	0,53	0,60	13,38	66,68
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Завтрак'			26,94	0,00	13,37	11,74	97,42	647,89
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-50,06	0,00	-65,63	11,74	-237,58	-1702,11
Содержание, % от калорийности			17,00		19,00		63,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,59	0,19	5,56	4,02	7,17	88,67
ТТК	Огурчик пикантный	22	0,16	0,00	1,98	1,49	0,49	20,74
№562 (2014)	Ежики с рисом	90	13,17	0,00	14,28	8,57	11,93	231,80
№518 (2004)	Картофель отварной	150	2,97	0,03	4,87	0,59	24,00	158,54
№705 (2004)	Компот из кураги	200	0,98	0,00	0,05	0,06	27,45	116,29
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			23,82	0,22	27,40	15,37	100,92	771,56
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-53,18	0,22	-51,60	15,37	-234,08	-1578,44
Содержание, % от калорийности			13,00		33,00		54,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (дотация)								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	260	2,01	0,25	7,05	5,09	9,10	112,46
ТТК	Огурчик пикантный	22	0,16	0,00	1,98	1,49	0,49	20,74
№562 (2014)	Ежики с рисом	100	14,63	0,00	15,87	9,52	13,25	257,56
№518 (2004)	Картофель отварной	180	3,56	0,03	5,85	0,71	28,80	190,25
№705 (2004)	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	13,07	55,87
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
Итого за 'Обед'			26,26	0,28	31,60	17,66	98,65	813,88
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-63,74	0,28	-60,40	17,66	-284,35	-1906,12
Содержание, % от калорийности			13,00		36,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5-11 классы - обед (родительская плата)								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	260	2,01	0,25	7,05	5,09	9,10	112,46
ТТК	Огурчик пикантный	22	0,16	0,00	1,98	1,49	0,49	20,74
№562 (2014)	Ежики с рисом	100	14,63	0,00	15,87	9,52	13,25	257,56
№518 (2004)	Картофель отварной	180	3,56	0,03	5,85	0,71	28,80	190,25
№705 (2004)	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	13,07	55,87
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
Итого за 'Обед'			26,26	0,28	31,60	17,66	98,65	813,88
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-63,74	0,28	-60,40	17,66	-284,35	-1906,12
Содержание, % от калорийности			13,00		36,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1-4 классы - обед (дотация)								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,59	0,19	5,56	4,02	7,17	88,67
№562 (2014)	Ежики с рисом	90	13,17	0,00	14,25	8,54	11,93	231,48
№518 (2004)	Картофель отварной	150	2,97	0,03	4,87	0,59	24,00	158,54
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	0,05	0,05	13,68	53,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
	Итого за 'Обед '		21,40	0,17	24,01	9,80	77,83	631,33
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
	Отклонение		-55,60	0,17	-54,99	9,80	-257,17	-1718,67
	Содержание, % от калорийности		14,00		35,00		51,00	

МЕНЮ 5 день (пятница)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - завтрак (дотация)								
К	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	10,85	5,48	11,79	195,58
469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	34,81	212,18
685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,71	57,35
ом.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
ом.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Завтрак'			21,45	0,03	19,30	8,95	85,85	621,17
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-55,55	0,03	-59,70	8,95	-249,15	-1728,83
Содержание, % от калорийности			14,00		29,00		57,00	

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	0,00	2,51	2,51	20,29	120,65
331 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	30	0,61	0,00	0,76	0,12	2,97	21,53
К	Курица отварная (бедро)	100	20,72	21,96	8,60	0,01	0,41	162,15
466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	38,04	216,96
К	Напиток из клюквы	200	0,17	0,00	0,12	0,00	25,48	98,62
ом.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	19,29	96,12
ом.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за прием			32,55	21,99	17,41	3,75	114,67	763,41
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-44,45	21,99	-61,59	3,75	-220,33	-1586,59
Содержание, % от калорийности			17,00		21,00		62,00	

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1 классы - обед (дотация)								
39 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	0,00	2,51	2,51	20,29	120,65
31 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	25	0,51	0,00	0,63	0,10	2,48	17,94
К	Курица отварная (бедро)	100	20,72	21,96	8,60	0,01	0,41	162,15
66 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	45,62	259,74
К	Напиток из клюквы	200	0,17	0,00	0,12	0,00	25,48	98,62
м.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
м.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
Итого за прием			34,24	21,99	18,33	3,97	128,21	836,11
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-42,76	21,99	-60,67	3,97	-206,79	-1513,89
Содержание, % от калорийности			17,00		20,00		63,00	

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

II классы - обед (родительская плата)

139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	0,00	2,51	2,51	20,29	120,65
331 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	25	0,51	0,00	0,63	0,10	2,48	17,94
TK	Курица отварная (бедро)	100	20,72	21,96	8,60	0,01	0,41	162,15
466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	45,62	259,74
TK	Напиток из клюквы	200	0,17	0,00	0,12	0,00	25,48	98,62
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
ром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
Итого за прием			34,24	21,99	18,33	3,97	128,21	836,11
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-42,76	21,99	-60,67	3,97	-206,79	-1513,89
Содержание, % от калорийности			17,00		20,00		63,00	

№TK	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

III классы - обед (дотация)

139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,25	0,00	2,01	2,01	16,23	96,52
331 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	15	0,31	0,00	0,41	0,06	1,44	10,87
461 (1994)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	90	15,67	0,01	3,36	0,21	7,06	127,88
466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	38,04	216,96
1041(1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,01	0,02	22,23	88,47
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
ром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Обед '			25,53	0,04	11,08	3,27	106,02	650,70
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-51,47	0,04	-67,92	3,27	-228,98	-1699,30
Содержание, % от калорийности			16,00		16,00		68,00	

МЕНЮ 6 день (понедельник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
классы - завтрак (дотация)								
К	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
В (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	90	12,96	0,53	9,17	0,15	5,87	163,75
сб.т.ч.3 п.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	20,07	174,71
К	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,23	70,76
НОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
НОМ.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за прием			21,49	0,56	20,07	6,43	68,32	562,33
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-55,51	0,56	-58,93	6,43	-266,68	-1787,67
Содержание, % от калорийности			16,00		33,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
139 (2004)	Суп картофельный с горохом, сосисками	250	6,67	1,08	6,96	4,62	17,56	167,36
ТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
562 (2014)	Ежики с рисом	80	11,70	0,00	12,67	7,59	10,60	205,76
5 (1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0,00	7,06	7,06	14,92	142,54
647 (1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0,00	0,11	0,00	22,75	91,77
НОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
НОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за прием			27,76	1,08	30,43	22,17	96,83	797,00
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-49,24	1,08	-48,57	22,17	-238,17	-1553,00
Содержание, % от калорийности			14,00		36,00		50,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (дотация)								
139 (2004)	Суп картофельный с горохом, сосисками	250	6,67	1,08	6,96	4,62	17,56	167,36
ТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
563 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	100	17,30	0,70	10,89	0,21	7,70	206,14
сб.т.ч.3 п.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	24,08	209,64
ТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,23	70,76
НОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
НОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за прием			34,91	1,81	30,44	12,02	100,98	855,48
Норма (Школы 11 лет и старше СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2713,00
Отклонение			-55,09	1,81	-61,56	12,02	-282,02	-1857,52
Содержание, % от калорийности			17,00		33,00		50,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (родительская плата)								
139 (2004)	Суп картофельный с горохом, сосисками	250	6,67	1,08	6,96	4,62	17,56	167,36
ТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
563 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	100	17,30	0,70	10,89	0,21	7,70	206,14
сб.т.ч.3 п.2018	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	24,08	209,64
ТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,23	70,76
НОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
НОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за прием			34,91	1,81	30,44	12,02	100,98	855,48
Норма (Школы 11 лет и старше СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2713,00
Отклонение			-55,09	1,81	-61,56	12,02	-282,02	-1857,52
Содержание, % от калорийности			17,00		33,00		50,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
классы - обед (дотация)								
39 (2004)	Суп картофельный с горохом, сосисками	200	5,34	0,86	5,57	3,69	14,05	133,89
3 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	90	14,67	0,60	9,81	0,17	6,42	178,57
	Каша гречневая вязкая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	20,07	174,71
47 (1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0,00	0,11	0,00	22,75	91,77
им.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
им.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Обед '			29,01	1,49	23,37	7,88	84,31	688,93
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-47,99	1,49	-55,63	7,88	-250,69	-1661,07
Содержание, % от калорийности			17,00		32,00		51,00	

МЕНЮ 7 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
классы - завтрак (дотация)								
0 (2003)	Салат из разных овощей	100	1,81	0,00	14,88	14,88	8,34	179,23
72 (1982)	Сосиски отварные	50	5,23	5,23	11,35	0,00	0,16	123,68
15 (2003)	Каша "Дружба" (без молока) с подсолнечным маслом	200/5	4,34	0,00	5,92	5,92	34,21	213,23
585 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,41	0,00	0,39	0,44	9,81	48,90
ОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
ОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
	Итого за "Завтрак"		16,26	5,23	33,16	21,87	91,43	752,26
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
	Отклонение		-60,74	5,23	-45,84	21,87	-243,57	-1597,74
	Содержание, % от калорийности		9,00		41,00		50,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
(1971)	Капуста квашеная с луком	30	0,43	0,00	4,43	4,43	0,98	47,16
129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
702 (1982)	Рагу из птицы	250	17,14	0,03	9,44	3,42	26,80	273,46
585 (1996)	Компот из вишни	200	0,62	0,62	3,48	0,00	24,89	132,52
ОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
ОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
	Итого за "Обед"		25,41	0,65	22,49	13,00	99,12	730,01
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
	Отклонение		-51,59	0,65	-56,51	13,00	-235,88	-1619,99
	Содержание, % от калорийности		15,00		29,00		57,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (дотация)								
129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
22 (1971)	Капуста квашеная с луком	35	0,50	0,00	5,17	5,17	1,14	55,03
702 (1982)	Рагу из птицы	200	16,89	0,02	5,47	0,55	25,39	230,48
5 (1996)	Компот из вишни	200	0,60	0,64	3,12	0,00	23,11	122,17
ОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
ОМ.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
	Итого за прием		26,04	0,91	20,31	11,06	99,27	714,68
	Норма (Школы 11 лет и старше СанПиН 2.3/2.4.3590-20)		90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2713,00
	Отклонение		-63,96	0,91	-71,69	11,06	-283,73	-1998,32
	Содержание, % от калорийности		15,00		27,00		58,00	

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (родительская плата)								
129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
22 (1971)	Капуста квашеная с луком	35	0,50	0,00	5,17	5,17	1,14	55,03
702 (1982)	Рагу из птицы	200	16,89	0,02	5,47	0,55	25,39	230,48
585 (1996)	Компот из вишни	200	0,60	0,64	3,12	0,00	23,11	122,17
ОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
ОМ.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
	Итого за прием		26,04	0,91	20,31	11,06	99,27	714,68
	Норма (Школы 11 лет и старше СанПиН 2.3/2.4.3590-20)		90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2713,00
	Отклонение		-63,96	0,91	-71,69	11,06	-283,73	-1998,32
	Содержание, % от калорийности		15,00		27,00		58,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
классы - обед (дотация)								
2 (1971)	Капуста квашеная с луком	30	0,43	0,00	4,43	4,43	0,98	47,16
29 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
702 (1982)	Рагу из птицы	200	16,89	0,02	5,47	0,55	25,39	230,48
1041(1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,01	0,02	22,23	88,47
СМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
СМ.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Обед '			22,91	0,22	15,08	9,18	82,29	581,11
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.4.5.2409-08)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-54,09	0,22	-63,92	9,18	-252,71	-1768,89
Содержание, % от калорийности			16,00		24,00		59,00	

МЕНЮ 8 день (среда)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Классы - завтрак (дотация)								
	Огурчик пикантный	22	0,16	0,00	1,98	1,49	0,49	20,74
61 (1994)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	90	15,67	0,01	3,36	0,21	7,06	127,88
18 (2004)	Картофель отварной	150	2,97	0,03	4,87	0,59	24,00	158,54
85 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,71	57,35
OM.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
OM.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Завтрак'			22,89	0,03	10,77	2,84	69,68	486,52
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-54,11	0,03	-68,23	2,84	-265,32	-1863,48
Содержание, % от калорийности			20,00		21,00		60,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Классы - обед ГПД (родительская плата)								
	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	12,15	123,96
331 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	20	0,40	0,00	0,50	0,08	1,98	14,35
416 (1996)	Шницель из говядины с отрубями	80	13,69	11,60	10,67	4,98	11,41	199,79
469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	34,81	212,18
7 (1996)	Компот из изюма	200	0,34	0,00	0,00	0,00	25,63	99,89
OM.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	19,29	96,12
OM.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за прием			26,51	11,88	23,76	11,37	113,46	793,68
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-50,49	11,88	-55,24	11,37	-221,54	-1556,32
Содержание, % от калорийности			14,00		28,00		59,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (дотация)								
	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	12,15	123,96
331 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	25	0,51	0,00	0,63	0,10	2,48	17,94
422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	13,11	7,74	11,79	215,84
469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	41,78	254,69
588 (1996)	Компот из изюма	200	0,34	0,00	0,00	0,00	25,63	99,89
OM.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
OM.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
Итого за прием			26,61	0,28	27,44	14,41	127,77	889,33
Норма (Школы 11 лет и старше СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2713,00
Отклонение			-63,39	0,28	-64,56	14,41	-255,23	-1823,67
Содержание, % от калорийности			12,00		29,00		59,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (родительская плата)								
	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	12,15	123,96
331 (1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным	25	0,51	0,00	0,63	0,10	2,48	17,94
422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	13,11	7,74	11,79	215,84
469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	41,78	254,69
588 (1996)	Компот из изюма	200	0,34	0,00	0,00	0,00	25,63	99,89
OM.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	24,11	120,15
OM.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	9,82	56,85
Итого за прием			26,61	0,28	27,44	14,41	127,77	889,33
Норма (Школы 11 лет и старше СанПиН 2.3/2.4.3590-20)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2713,00
Отклонение			-63,39	0,28	-64,56	14,41	-255,23	-1823,67
Содержание, % от калорийности			12,00		29,00		59,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
классы - обед (дотация)								
	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	12,15	123,96
	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
31 (1982)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	9,80	175,99
69 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	34,81	212,18
88 (1996)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	27,61	107,53
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
Итого за 'Обед '			20,64	0,23	24,67	13,59	104,16	739,87
Норма (Школы 7-10 лет СанПиН 2.4.5.2409-08)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-56,36	0,23	-54,33	13,59	-230,84	-1610,13
Содержание, % от калорийности			11,00		31,00		58,00	

МЕНЮ 9 день (четверг)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
классы - завтрак (дотация)								
7 (2001)	Биточки из мяса говядины с капустой и	90	13,87	0,43	12,85	6,79	6,12	199,48
64 (1996)	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	150	0,02	0,03	3,63	0,00	1,40	38,08
85 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,71	57,35
МК	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
МК	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Завтрак'			18,31	0,46	17,10	7,41	47,28	426,39
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-58,69	0,46	-61,90	7,41	-287,72	-1923,61
Содержание, % от калорийности			18,00		37,00		45,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
167 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,12	34,05
ТК	Курица отварная	100	19,84	19,76	7,33	0,01	0,45	147,38
4 (1996)	Каша гречневая вязкая	150	4,52	0,03	5,42	1,18	20,29	157,92
ТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,23	70,76
ДОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
ДОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			31,61	19,79	20,76	8,46	80,96	661,60
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-45,39	19,79	-58,24	8,46	-254,04	-1688,40
Содержание, % от калорийности			20,00		29,00		51,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
-11 классы - обед (дотация)								
167 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТК	Курица отварная	100	19,84	19,76	7,33	0,01	0,45	147,38
464 (1996)	Каша гречневая вязкая	180	5,42	0,03	6,50	1,41	24,34	189,50
588 (1996)	Компот из кураги	200	0,98	0,00	0,05	0,06	27,45	116,29
ДОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
ДОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,56	0,00	0,53	0,60	13,38	66,68
Итого за 'Обед'			33,73	19,79	19,43	7,10	106,50	771,35
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-56,27	19,79	-72,57	7,10	-276,50	-1948,65
Содержание, % от калорийности			18,00		24,00		58,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
-11 классы - обед (родительская плата)								
167 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТК	Курица отварная	100	19,84	19,76	7,33	0,01	0,45	147,38
464 (1996)	Каша гречневая вязкая	180	5,42	0,03	6,50	1,41	24,34	189,50
588 (1996)	Компот из кураги	200	0,98	0,00	0,05	0,06	27,45	116,29
ДОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0,00	0,35	0,35	21,70	108,14
ДОМ.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,56	0,00	0,53	0,60	13,38	66,68
Итого за 'Обед'			33,73	19,79	19,43	7,10	106,50	771,35
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-56,27	19,79	-72,57	7,10	-276,50	-1948,65
Содержание, % от калорийности			18,00		24,00		58,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Классы - обед (дотация)								
57 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
61 (1994)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	90	15,67	0,01	3,36	0,21	7,06	127,88
64 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	20,29	157,92
86 (2004)	Чай с лимоном	200/15/5	0,23	0,00	0,05	0,06	13,80	55,03
ш.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,09
ш.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,90
	Итого за 'Обед '		25,64	0,16	13,78	5,41	71,12	537,65
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
	Отклонение		-51,36	0,16	-65,22	5,41	-263,88	-1812,35
	Содержание, % от калорийности		20,00		24,00		56,00	

МЕНЮ 10 день (пятница)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - завтрак (дотация)								
139 (1982)	Салат картофельный с огурцами	100	1,31	0,00	14,91	14,91	8,88	178,65
459 (1996)	Котлета рубленая из птицы с отрубями	90	16,60	0,00	5,72	4,02	13,11	178,28
466 (1996)	Капуста тушеная	150	3,51	0,00	5,35	5,35	14,89	128,43
686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	16,88	84,11
ром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Завтрак'			25,90	0,00	26,59	24,90	75,78	672,57
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-51,10	0,00	-52,41	24,90	-259,22	-1677,43
Содержание, % от калорийности			16,00		37,00		47,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 классы - обед ГПД (родительская плата)								
139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,25	0,00	2,01	2,01	16,23	96,52
ТК	Огурчик пикантный	22	0,16	0,00	1,98	1,49	0,49	20,74
459 (2004)	Рулет из говядины паровой	90	14,12	1,03	10,58	0,17	5,57	176,02
466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	38,04	216,96
ТК	Напиток вишневый	200	0,37	0,40	1,95	0,00	22,62	107,42
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	19,29	96,12
ром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			25,14	1,45	21,94	4,78	110,43	761,16
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-51,86	1,45	-57,06	4,78	-224,57	-1588,84
Содержание, % от калорийности			14,00		27,00		60,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (дотация)								
139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	0,00	2,51	2,51	20,29	120,65
ТК	Огурчик пикантный	33	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
459 (2004)	Рулет из говядины паровой	100	15,69	1,14	11,75	0,19	6,19	195,58
466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,78	0,62	45,65	260,35
686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	19,29	96,12
ром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			27,95	1,18	23,67	6,21	114,19	806,93
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-62,05	1,18	-68,33	6,21	-268,81	-1913,07
Содержание, % от калорийности			14,00		27,00		59,00	

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
11 классы - обед (родительская плата)								
139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	0,00	2,51	2,51	20,29	120,65
ТК	Огурчик пикантный	33	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
459 (2004)	Рулет из говядины паровой	100	15,69	1,14	11,75	0,19	6,19	195,58
466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,78	0,62	45,65	260,35
686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	13,85	55,73
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	19,29	96,12
ром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	8,18	47,38
Итого за 'Обед'			27,95	1,18	23,67	6,21	114,19	806,93
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-62,05	1,18	-68,33	6,21	-268,81	-1913,07
Содержание, % от калорийности			14,00		27,00		59,00	

К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Масса - обед (дотация)								
(1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,25	0,00	2,01	2,01	16,23	96,5
(2004)	Рулет из говядины паровой	90	14,12	1,03	10,58	0,17	5,57	176,0
(1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	38,04	216,9
(2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	23,95	99,2
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	14,46	72,0
	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	6,55	37,9
Итого за 'Обед '			23,85	1,06	18,01	3,29	104,81	698,7
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,0
Отклонение			-53,15	1,06	-60,99	3,29	-230,19	-1651,2
Содержание, % от калорийности			14,00		24,00		62,00	

Журнал пронумерован,
прошнурован 30 листов
(Двадцать) листов
и скреплен печатью

