

**УТВЕРЖДАЮ**

**Директор МБОУ «Средняя школа № 155  
имени Героя Советского союза Д.Д.Мартынова»**

**Е.П.Кузнецова**

« 28 » 12 2024 года.



**ПРИМЕРНОЕ ВОЗРАСТНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ  
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ШКОЛЫ № 155**

**КРАСНОЯРСК  
2025**

**МЕНЮ 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<i>День 1</i>																		
	Бутерброд с джемом,маслом	40/20/10	3,19	7,76	35,55	225,00	0,07	0,04	0,13	55,00	0,48	181,60	152,37	24,43	85,80	0,90	0,04	0
	Каша пшениная молочная с маслом	250	11,95	15,23	67,30	454,53	0,05	0,19	0,07	50,88	0,68	139,90	184,12	52,09	302,31	1,90	11,95	13
<i>завтра</i>	Чай с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	0,00	0,00	0,00	0,05	2,20	15,80	8,00	6,00	33,70	0,78	0,01	49
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,05	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	47,00	0,55	19,30	54
	<i>итого за завтрак</i>	<b>570</b>	<b>20,39</b>	<b>23,89</b>	<b>145,25</b>	<b>878,53</b>	<b>0,17</b>	<b>0,24</b>	<b>0,20</b>	<b>105,93</b>	<b>3,36</b>	<b>347,30</b>	<b>376,99</b>	<b>89,52</b>	<b>468,81</b>	<b>4,13</b>	<b>31,30</b>	
	Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,00	0,04	0,04	0,00	0,00	40,30	90,93	55,80	18,10	365,20	0,74	0,00	3
	Суп с рыбными консервами	250	10,55	5,55	21,85	183,24	0,19	0,06	0,09	241,48	32,97	74,44	108,25	41,77	87,96	0,24	2,04	21
<i>обед</i>	Гуляш из говядины	100	17,17	17,58	4,71	245,35	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	98,80	117,70	14,82	0,00	0,68	0,00	29
	Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	0,07	0,07	0,00	0,00	0,00	350,00	145,00	108,00	42,44	0,42	0,00	40
	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<i>итого за обед</i>	<b>930</b>	<b>47,37</b>	<b>37,89</b>	<b>138,35</b>	<b>1099,19</b>	<b>0,48</b>	<b>0,74</b>	<b>0,49</b>	<b>454,59</b>	<b>81,49</b>	<b>#####</b>	<b>#####</b>	<b>381,91</b>	<b>1616,13</b>	<b>11,91</b>	<b>109,43</b>	
<i>полдни</i>	Печенье	30	2,01	2,55	21,57	117,30	0,02	0,01	0,03	2,26	0,00	5,80	18,00	4,00	22,00	0,42	1,05	57
	Чай с сахаром	200	1,20	0,40	24,40	78,00	0,03	0,02	0,00	0,05	2,20	15,80	8,00	6,00	33,70	0,78	10,20	49
	<i>итого за полдник</i>	<b>230</b>	<b>3,21</b>	<b>2,95</b>	<b>45,97</b>	<b>195,30</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>2,31</b>	<b>2,20</b>	<b>21,60</b>	<b>26,00</b>	<b>10,00</b>	<b>55,70</b>	<b>1,20</b>	<b>11,25</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1730</b>	<b>70,97</b>	<b>64,73</b>	<b>329,57</b>	<b>2173,02</b>	<b>0,69</b>	<b>0,76</b>	<b>0,51</b>	<b>456,90</b>	<b>83,69</b>	<b>1362,64</b>	<b>1296,87</b>	<b>391,91</b>	<b>1671,83</b>	<b>13,11</b>	<b>0,15</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>		92,17	81,94	98,38	103,48	57,90	54,49	5,13	65,27	139,49	123,88	117,90	156,76	151,98	109,23	151,98	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
	<b>Неделя 1</b>																	
	<b>День 2</b>																	
завтрак	Омлет натуральный, с маслом	280	24,90	33,20	5,05	408,80	0,79	0,64	4,90	230,60	0,44	191,20	384,70	30,20	314,60	4,13	41,00	14
	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,00	23,20	134,55	0,03	0,13	0,00	13,29	0,52	111,00	107,00	30,70	184,00	1,10	9,00	45
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	Фрукты свежие (Яблоко)	110	0,44	0,00	10,90	51,70	5,50	0,02	0,00	0,00	0,00	15,60	10,60	8,70	256,40	2,12	1,96	56
	<b>итого за завтрак</b>	<b>690</b>	<b>38,99</b>	<b>38,20</b>	<b>83,55</b>	<b>841,05</b>	<b>6,46</b>	<b>0,81</b>	<b>4,90</b>	<b>243,89</b>	<b>0,96</b>	<b>344,40</b>	<b>588,96</b>	<b>88,26</b>	<b>919,00</b>	<b>8,81</b>	<b>96,76</b>	
	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	12,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	5
	Суп из овощей с фасолью	250	5,78	6,05	12,50	128,30	0,11	0,04	0,00	460,00	16,64	98,63	76,67	27,67	384,10	0,11	0,00	25
обед	Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	250	17,36	22,00	28,70	341,00	0,19	0,15	0,00	364,00	15,79	44,80	269,90	131,00	1033,70	3,02	15,34	34
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	22,20	93,00	0,08	0,00	0,00	0,00	80,00	96,00	44,00	24,00	99,78	1,20	0,00	52
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54	
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55	
	<b>итого за обед</b>	<b>900</b>	<b>34,59</b>	<b>30,15</b>	<b>109,50</b>	<b>820,30</b>	<b>0,54</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>824,00</b>	<b>115,93</b>	<b>289,03</b>	<b>501,23</b>	<b>215,33</b>	<b>1821,58</b>	<b>6,39</b>	<b>60,14</b>	
	Булочка ванильная	75	6,40	6,20	46,36	361,00	0,03	0,00	0,00	5,00	1,20	86,00	0,00	24,00	0,00	0,29	1,41	58
	Чай с сахаром лимонном	200	1,20	0,40	18,00	78,00	0,00	0,01	0,00	0,30	0,04	4,50	7,20	3,80	20,80	0,70	0,01	43
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>7,60</b>	<b>6,60</b>	<b>64,36</b>	<b>439,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>5,30</b>	<b>1,24</b>	<b>90,50</b>	<b>7,20</b>	<b>27,80</b>	<b>20,80</b>	<b>0,99</b>	<b>1,42</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1865</b>	<b>81,18</b>	<b>74,95</b>	<b>257,41</b>	<b>2100,35</b>	<b>7,02</b>	<b>1,14</b>	<b>4,90</b>	<b>1073,19</b>	<b>118,13</b>	<b>723,93</b>	<b>#####</b>	<b>331,39</b>	<b>2761,38</b>	<b>16,19</b>	<b>0,16</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>105,43</b>	<b>94,88</b>	<b>76,84</b>	<b>100,02</b>	<b>584,67</b>	<b>81,57</b>	<b>49,00</b>	<b>153,31</b>	<b>196,89</b>	<b>65,81</b>	<b>99,76</b>	<b>132,56</b>	<b>251,03</b>	<b>134,92</b>	<b>158,32</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<i>День 3</i>																		
	Бутерброд с маслом,сыром	40/10/20	7,46	14,00	20,90	239,50	0,07	0,09	0,32	97,00	0,14	187,20	137,00	20,20	73,00	1,02	15,44	1
	Каша Дружба	250	8,70	16,50	60,00	423,20	0,05	0,00	0,00	0,74	0,01	201,10	198,20	44,16	251,47	1,92	10,60	8
<i>завтра</i>	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00	0,01	0,07	0,00	0,30	0,15	72,30	53,80	12,90	81,30	0,90	0,00	50
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>21,61</b>	<b>32,60</b>	<b>121,70</b>	<b>869,70</b>	<b>0,19</b>	<b>0,16</b>	<b>0,32</b>	<b>98,04</b>	<b>0,30</b>	<b>470,60</b>	<b>421,50</b>	<b>84,26</b>	<b>452,27</b>	<b>4,39</b>	<b>45,34</b>	
	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,00	11,00	52,00	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	6
	Суп картофельный с горохом	250	8,50	6,80	19,60	191,30	0,17	0,00	0,00	178,00	45,90	358,00	206,00	47,95	382,40	1,47	16,96	19
	Котлеты рубленые из птицы	100	18,82	16,07	7,85	256,97	0,42	0,13	0,00	489,00	0,00	144,00	152,00	16,80	182,96	0,12	14,60	37
<i>обед</i>	Каша гречневая	180	8,28	4,14	38,86	212,40	0,34	0,16	28,8/	31,80	0,00	24,05	249,10	167,53	317,23	5,58	1,90	39
	Напиток клюквенный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	2,81	2,08	2,83	20,64	0,12	0,01	53
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>930</b>	<b>48,32</b>	<b>29,01</b>	<b>132,71</b>	<b>1003,67</b>	<b>1,09</b>	<b>0,39</b>	<b>0,00</b>	<b>796,00</b>	<b>50,00</b>	<b>578,46</b>	<b>719,84</b>	<b>267,77</b>	<b>1205,23</b>	<b>9,35</b>	<b>78,27</b>	
	Булочка домашняя	75	6,46	12,31	64,37	391,53	0,40	0,00	0,00	5,00	1,20	86,00	0,00	24,00	0,00	0,29	0,90	59
	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00	0,01	0,00	0,00	0,30	0,15	72,30	53,80	12,90	154,45	0,90	4,50	50
<i>полдни</i>																		
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>7,86</b>	<b>13,91</b>	<b>80,77</b>	<b>477,53</b>	<b>0,41</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>5,30</b>	<b>1,35</b>	<b>158,30</b>	<b>53,80</b>	<b>36,90</b>	<b>154,45</b>	<b>1,19</b>	<b>5,40</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1775</b>	<b>77,79</b>	<b>75,52</b>	<b>335,18</b>	<b>2350,90</b>	<b>1,69</b>	<b>0,55</b>	<b>0,32</b>	<b>899,34</b>	<b>51,65</b>	<b>1207,36</b>	<b>#####</b>	<b>388,93</b>	<b>1811,95</b>	<b>1,19</b>	<b>0,01</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>101,03</b>	<b>95,59</b>	<b>100,05</b>	<b>111,95</b>	<b>140,46</b>	<b>39,23</b>	<b>3,23</b>	<b>128,48</b>	<b>86,08</b>	<b>109,76</b>	<b>108,65</b>	<b>155,57</b>	<b>164,72</b>	<b>9,92</b>	<b>5,40</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<i>День 4</i>																		
	Бутерброд с маслом	40/10	3,14	7,52	19,78	150,97	0,07	0,03	0,13	45,00	0,00	11,20	37,00	13,20	55,40	0,82	15,44	2
<i>завтра</i>	Пудинг творожный с фруктами	150	18,10	14,30	26,30	306,00	0,06	0,25	0,33	39,97	0,16	214,90	248,84	32,33	268,46	1,00	10,03	17
	Чай с сахаром, лимоном	200	0,20	0,01	9,90	41,00	0,00	0,00	0,00	0,05	2,20	15,80	30,00	9,40	47,00	0,78	10,20	43
	Фрукты свежие (Мандарин)	150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	0,05	0,00	15,00	57,00	52,50	25,50	16,50	232,50	0,15	0,39	56
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>26,69</b>	<b>22,63</b>	<b>91,63</b>	<b>675,97</b>	<b>0,27</b>	<b>0,34</b>	<b>0,46</b>	<b>100,02</b>	<b>59,36</b>	<b>304,40</b>	<b>373,84</b>	<b>78,43</b>	<b>649,86</b>	<b>3,30</b>	<b>55,36</b>	
	Фасоль консервированная	100	2,00	0,00	11,00	93,40	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	7
	Щи из свежей капусты	250	5,34	7,31	9,68	170,50	0,25	0,03	0,00	225,00	18,75	212,50	581,25	212,50	183,40	0,13	15,26	22
<i>обед</i>	Рыба тушеная в томате с овощами	100	11,29	26,06	6,90	306,32	0,50	0,06	1,47	320,00	1,60	320,00	192,00	10,70	192,47	0,04	20,97	30
	Картофельное пюре	180	3,64	4,52	28,56	169,92	0,02	0,06	0,13	38,52	12,24	46,80	100,80	33,60	748,80	1,20	10,20	41
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,00	0,00	0,00	0,30	0,30	100,00	18,60	13,30	9,30	10,34	1,00	0,01	42
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>930</b>	<b>33,50</b>	<b>40,17</b>	<b>121,30</b>	<b>1074,14</b>	<b>0,93</b>	<b>0,24</b>	<b>1,90</b>	<b>681,02</b>	<b>136,09</b>	<b>647,50</b>	<b>998,01</b>	<b>298,76</b>	<b>1437,01</b>	<b>4,43</b>	<b>91,24</b>	
	Булочка дорожная	75	4,48	9,61	43,37	275,40	0,40	0,07	0,00	5,00	1,20	86,00	0,00	24,00	105,47	2,90	0,00	60
<i>полдни</i>	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	22,20	93,00	0,08	0,00	0,00	0,00	80,00	96,00	44,00	24,00	99,78	1,20	0,00	52
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>4,58</b>	<b>9,61</b>	<b>65,57</b>	<b>368,40</b>	<b>0,48</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>5,00</b>	<b>81,20</b>	<b>182,00</b>	<b>44,00</b>	<b>48,00</b>	<b>205,25</b>	<b>4,10</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1805</b>	<b>64,77</b>	<b>72,41</b>	<b>278,50</b>	<b>2118,51</b>	<b>1,68</b>	<b>0,66</b>	<b>2,36</b>	<b>786,04</b>	<b>276,65</b>	<b>1133,90</b>	<b>#####</b>	<b>425,19</b>	<b>2292,12</b>	<b>11,83</b>	<b>0,15</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>84,12</b>	<b>91,66</b>	<b>83,13</b>	<b>100,88</b>	<b>139,75</b>	<b>46,85</b>	<b>23,59</b>	<b>112,29</b>	<b>461,09</b>	<b>103,08</b>	<b>128,71</b>	<b>170,08</b>	<b>208,37</b>	<b>98,58</b>	<b>146,60</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<b>День 5</b>																		
	Макароны, запеченные с сыром	220	13,39	14,08	46,57	335,60	0,12	0,13	0,20	13,86	0,00	23,43	81,62	14,19	53,00	0,16	0,80	12
	Вафли	40	1,80	13,05	28,38	238,50	0,01	0,00	0,01	7,00	0,00	0,00	42,00	6,00	48,00	0,60	0,02	57
<b>завтрак</b>	Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,60	155,10	0,04	0,20	0,00	1,30	0,33	162,00	140,00	21,50	220,00	0,50	11,70	44
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>24,22</b>	<b>32,67</b>	<b>121,95</b>	<b>850,20</b>	<b>0,22</b>	<b>0,34</b>	<b>0,21</b>	<b>22,16</b>	<b>0,33</b>	<b>195,43</b>	<b>296,12</b>	<b>48,69</b>	<b>367,50</b>	<b>1,81</b>	<b>31,82</b>	
	Горошек консервированный	100	3,00	0,00	6,00	36,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	4
	Рассольник Ленинградский	250	6,20	7,50	18,15	165,10	0,10	0,05	0,07	490,00	13,44	166,00	61,93	22,35	171,94	0,08	16,60	24
<b>обед</b>	Плов из филе птицы	250	25,46	12,78	57,56	449,05	0,03	0,02	0,90	0,00	1,50	10,00	32,50	7,00	538,48	0,55	0,00	31
	Кисель из клюквы	200	0,10	0,00	23,70	95,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	4,80	5,90	2,61	21,00	0,13	0,01	47
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>900</b>	<b>45,31</b>	<b>22,28</b>	<b>149,81</b>	<b>991,15</b>	<b>0,29</b>	<b>0,19</b>	<b>0,97</b>	<b>490,00</b>	<b>19,64</b>	<b>230,40</b>	<b>210,99</b>	<b>64,62</b>	<b>1035,42</b>	<b>2,82</b>	<b>61,41</b>	
	Пицца с курицей и сыром	80	8,45	7,53	16,92	170,00	0,06	0,07	0,18	27,56	0,70	98,56	106,46	14,28	112,00	0,78	2,39	61
<b>полдн</b>	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	Фрукты свежие (Яблоко)	110	0,44	0,00	10,90	51,70	5,50	0,02	0,00	0,00	0,00	15,60	10,60	8,70	256,40	2,12	1,96	56
	<b>итого за полдник</b>	<b>390</b>	<b>9,06</b>	<b>7,53</b>	<b>38,82</b>	<b>266,70</b>	<b>5,57</b>	<b>0,09</b>	<b>0,18</b>	<b>28,81</b>	<b>2,20</b>	<b>119,83</b>	<b>120,54</b>	<b>24,50</b>	<b>387,31</b>	<b>3,01</b>	<b>4,35</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1800</b>	<b>78,59</b>	<b>62,48</b>	<b>310,58</b>	<b>2108,05</b>	<b>6,07</b>	<b>0,63</b>	<b>1,36</b>	<b>540,97</b>	<b>22,17</b>	<b>545,66</b>	<b>627,65</b>	<b>137,81</b>	<b>1790,23</b>	<b>7,64</b>	<b>0,10</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>102,06</b>	<b>79,09</b>	<b>92,71</b>	<b>100,38</b>	<b>505,90</b>	<b>44,64</b>	<b>13,62</b>	<b>77,28</b>	<b>36,95</b>	<b>49,61</b>	<b>57,06</b>	<b>55,12</b>	<b>162,75</b>	<b>63,64</b>	<b>97,58</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 2</b>																		
<i>День 1</i>																		
	Бутерброд с маслом,сыром	40/10/20	7,46	14,00	20,90	239,50	0,07	0,09	0,32	97,00	0,14	187,20	137,00	20,20	73,00	1,02	15,44	1
	Каша рисовая молочная	250	8,16	13,92	66,25	423,50	0,01	0,20	40,50	0,05	1,55	143,13	218,90	58,98	229,32	1,56	0,00	11
	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,00	23,20	134,55	0,03	0,13	0,00	13,29	0,52	111,00	107,00	30,70	184,00	1,10	9,00	45
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>29,27</b>	<b>32,92</b>	<b>154,75</b>	<b>1043,55</b>	<b>0,25</b>	<b>0,46</b>	<b>40,82</b>	<b>110,34</b>	<b>2,21</b>	<b>467,93</b>	<b>549,56</b>	<b>128,54</b>	<b>650,32</b>	<b>5,14</b>	<b>69,24</b>	
	Фасоль консервированная	100	2,00	0,00	11,00	93,40	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	7
	Борщ из свежей капусты	250	5,92	7,29	16,61	156,29	0,10	0,05	0,00	407,00	27,00	167,00	286,00	109,00	330,00	0,53	21,45	18
<b>обед</b>	Жаркое по-Домашнему	250	16,50	15,40	28,40	428,00	0,20	0,18	0,00	218,75	4,91	27,10	242,67	53,38	820,46	2,83	12,36	32
	Напиток клюквенный	200	0,17		11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	2,81	2,08	2,83	20,64	0,12	0,01	53
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>900</b>	<b>35,14</b>	<b>24,69</b>	<b>111,41</b>	<b>968,69</b>	<b>0,45</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>722,95</b>	<b>36,01</b>	<b>246,51</b>	<b>641,41</b>	<b>197,87</b>	<b>1473,10</b>	<b>5,54</b>	<b>78,62</b>	
	Пирожок печеный с яблоком	75	3,95	1,45	37,08	177,00	0,04	0,04	0,19	13,52	0,49	12,64	39,08	7,38	101,25	0,98	1,85	64
	Кисель из черной смородины	200	0,96	0,06	10,00	44,00	0,003	0,004	20,00	0,98	5,12	6,25	7,49	3,75	39,31	0,16	0,12	47
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>4,91</b>	<b>1,51</b>	<b>47,08</b>	<b>221,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>20,19</b>	<b>14,50</b>	<b>5,61</b>	<b>18,89</b>	<b>46,57</b>	<b>11,13</b>	<b>140,56</b>	<b>1,14</b>	<b>1,97</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1795</b>	<b>69,32</b>	<b>59,12</b>	<b>313,24</b>	<b>2233,24</b>	<b>0,75</b>	<b>0,83</b>	<b>61,01</b>	<b>847,79</b>	<b>43,83</b>	<b>733,33</b>	<b>#####</b>	<b>337,54</b>	<b>2263,98</b>	<b>11,82</b>	<b>0,15</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>90,03</b>	<b>74,84</b>	<b>93,50</b>	<b>106,34</b>	<b>62,08</b>	<b>59,09</b>	<b>610,12</b>	<b>121,11</b>	<b>73,05</b>	<b>66,67</b>	<b>112,50</b>	<b>135,02</b>	<b>205,82</b>	<b>98,52</b>	<b>149,84</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I	
<b>Неделя 2</b>																		
<i>День 2</i>																		
	Омлет натуральный с сыром , маслом	280	35,20	44,80	5,20	572,20	2,23	0,90	5,67	5,58	26,68	599,64	547,35	46,53	399,68	0,40	0,00	14
	Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,60	155,10	0,04	0,20	0,00	1,30	0,33	162,00	140,00	21,50	220,00	0,50	11,70	44
<i>завтра</i>	Фрукты свежие(Яблоко)	110	0,44	0,00	10,90	51,70	5,50	0,02	0,00	0,00	0,00	15,60	10,60	8,70	256,40	2,12	1,96	54
	Хлеб пшеничный "Йодовый"	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной «Йодовый»	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>690</b>	<b>51,17</b>	<b>51,841</b>	<b>83,1</b>	<b>1025</b>	<b>7,905</b>	<b>1,159</b>	<b>5,67</b>	<b>6,881</b>	<b>27,011</b>	<b>803,84</b>	<b>784,61</b>	<b>95,39</b>	<b>1040,1</b>	<b>4,48</b>	<b>58,46</b>	
	Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,00	0,04	0,04	0,00	0,00	40,30	90,93	55,80	18,10	365,20	0,74	0,00	3
<i>обед</i>	Суп картофельный с горохом	250	8,1	6,5	18,8	183,94	0,17	0,22	4,8	0,00	5,8	358	198	46,1	472,8	0,89	0,001	19
	Говядина в кисло-сладком соусе	100	15,4	9,7	6,5	175,0	0,082	0,083	0,00	5,76	0,75	9,63	128,2	18,8	245,45	1,95	4,98	35
	Рис отварной	150	3,6	4,5	37	203,0	0,03	0,03	0,07	26,6	1,44	6	72	24	46	0,5	0,8	38
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,005	0,005		0,72	0,64	5,05	3,33	2,72	76,67	0,65	0,61	48
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>900</b>	<b>40,53</b>	<b>30,02</b>	<b>131,17</b>	<b>982,44</b>	<b>0,46</b>	<b>0,42</b>	<b>4,87</b>	<b>33,08</b>	<b>48,93</b>	<b>496,21</b>	<b>543,99</b>	<b>128,38</b>	<b>1370,12</b>	<b>6,19</b>	<b>51,19</b>	
	Булочка зерновая	75	6	2,7	34,5	186,00	0,006	0,03	0,087	5,37	0	11,19	57,58	13,63	64,78	0,68	1,35	63
	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00	0,01	0,00	0,00	0,30	0,15	72,30	53,80	12,90	154,45	0,90	4,50	50
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>7,4</b>	<b>4,3</b>	<b>50,9</b>	<b>272</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>	<b>0,087</b>	<b>5,67</b>	<b>0,15</b>	<b>83,49</b>	<b>111,38</b>	<b>26,53</b>	<b>219,23</b>	<b>1,58</b>	<b>5,85</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1865</b>	<b>99,1</b>	<b>86,161</b>	<b>265,2</b>	<b>2279,44</b>	<b>8,377</b>	<b>1,606</b>	<b>10,627</b>	<b>45,631</b>	<b>76,091</b>	<b>1383,5</b>	<b>1440</b>	<b>250,3</b>	<b>2629,43</b>	<b>12,25</b>	<b>0,1155</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>128,70</b>	<b>109,06</b>	<b>79,16</b>	<b>108,54</b>	<b>698,08</b>	<b>114,71</b>	<b>106,27</b>	<b>6,52</b>	<b>126,82</b>	<b>125,78</b>	<b>130,91</b>	<b>100,12</b>	<b>239,04</b>	<b>102,08</b>	<b>115,50</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 2</b>																		
<b>День 3</b>																		
	Вареники отварные с картофелем	210	30,22	23	27,9	444,0	0,063	0,312	0,5	41,8	0,13	220,36	177,31	32,09	158,2	0,87	13,13	10
	Печенье	30	2,01	2,55	21,57	117,0	0,02	0,01	0,03	2,26	0,00	5,80	18,00	4,00	22,00	0,42	1,05	57
<i>завтра</i>	Чай с сахаром, лимоном	200	0,20	0,01	9,90	41,00	0,00	0,00	0,00	0,05	2,20	15,80	30,00	9,40	47,00	0,78	10,20	43
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>42,98</b>	<b>27,56</b>	<b>103,77</b>	<b>848,03</b>	<b>0,215</b>	<b>0,3619</b>	<b>0,525</b>	<b>44,11</b>	<b>2,33</b>	<b>268,56</b>	<b>311,97</b>	<b>64,15</b>	<b>391,2</b>	<b>3,53</b>	<b>69,18</b>	
	Горошек консервированный	100	3,00	0,00	6,00	36,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,9	2,89	2,98	193,00	0,1	0,06	1,2	280,00	1,2	168	301	10,7	87,96	0,44	2,04	23
	Котлета рыбная	100	15,84	11,6	8,48	235,00	0,1	0,1	174,0	19,00	6,2	63,08	245,02	58,14	444,9	1,24	45,6	36
<i>обед</i>	Картофельное пюре	180	3,64	4,52	28,56	181,00	0,02	0,06	0,13	38,52	12,24	46,80	100,80	33,60	748,80	1,20	10,20	41
	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>930</b>	<b>40,1</b>	<b>21,01</b>	<b>101,42</b>	<b>936</b>	<b>0,377</b>	<b>0,363</b>	<b>175,326</b>	<b>338,77</b>	<b>24,64</b>	<b>333,15</b>	<b>760,96</b>	<b>136,62</b>	<b>1604,6</b>	<b>5,047</b>	<b>102,6</b>	
	Вафли	40	1,80	13,05	28,38	238,50	0,01	0,00	0,01	7,00	0,00	0,00	42,00	6,00	48,00	0,60	0,02	57
	Чай с сахаром	200	1,20	0,40	24,40	78,00	0,03	0,02	0,00	0,05	2,20	15,80	8,00	6,00	33,70	0,78	10,20	48
	<b>итого за полдник</b>	<b>240</b>	<b>3,0</b>	<b>13,45</b>	<b>52,78</b>	<b>316,5</b>	<b>0,039</b>	<b>0,018</b>	<b>0,01</b>	<b>7,05</b>	<b>2,2</b>	<b>15,8</b>	<b>50</b>	<b>12</b>	<b>81,7</b>	<b>1,38</b>	<b>10,22</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1710</b>	<b>86,08</b>	<b>62,02</b>	<b>257,97</b>	<b>2100,53</b>	<b>0,6308</b>	<b>0,7429</b>	<b>175,861</b>	<b>389,93</b>	<b>29,17</b>	<b>617,51</b>	<b>1122,9</b>	<b>212,77</b>	<b>2077,47</b>	<b>9,957</b>	<b>0,182</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>111,79</b>	<b>78,51</b>	<b>77,01</b>	<b>100,03</b>	<b>52,57</b>	<b>53,06</b>	<b>1758,61</b>	<b>55,70</b>	<b>48,62</b>	<b>56,14</b>	<b>102,08</b>	<b>85,11</b>	<b>188,86</b>	<b>82,98</b>	<b>182,04</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 2</b>																		
<b>День 4</b>																		
	Бутерброд с джемом,маслом	40/20/10	3,19	7,76	35,55	225,00	0,07	0,04	0,13	55,00	0,48	181,60	152,37	24,43	85,80	0,90	0,04	0
<b>завтрак</b>	Каша молочная овсяная с клюквой	250	10,3	19,3	41,3	378,3	0,2	0,2	0,287	76,24	0,93	204,9	277,7	73,6	334,2	2,09	14,07	15
	Чай Каркаде	200	0,2	0	15,08	60,19	0,00	0,02	0,00	0,00	0,03	14,1	8,3	6,4	0,00	0,8	0,00	46
	Фрукты свежие (Мандарин)	150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	0,05	0,00	15,00	57,00	52,50	25,50	16,50	232,50	0,15	0,39	56
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>720</b>	<b>18,94</b>	<b>27,86</b>	<b>127,58</b>	<b>841,49</b>	<b>0,412</b>	<b>0,296</b>	<b>0,417</b>	<b>146,24</b>	<b>58,44</b>	<b>463,1</b>	<b>496,37</b>	<b>127,93</b>	<b>699</b>	<b>4,49</b>	<b>33,8</b>	
	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	12,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	5
	Щи по-Уральски	250	8,4	9,6	8,8	306,20	0,097	0,058	0,1	75,89	5,2	35,23	76,47	20,74	193,94	0,8	3,67	27
<b>обед</b>	Котлета рубленая из птицы	100	18,82	16,07	7,85	256,97	0,42	0,13	0,00	489,00	0,00	144,00	152,00	16,80	182,96	0,12	14,60	37
	Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	0,07	0,07	0,00	0,00	0,00	350,00	145,00	108,00	42,44	0,42	0,00	40
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	Напиток клюквенный	200	0,17		11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	2,81	2,08	2,83	20,64	0,12	0,01	53
	<b>итого за обед</b>	<b>730</b>	<b>44,94</b>	<b>33,35</b>	<b>115,6</b>	<b>1112,77</b>	<b>0,745</b>	<b>0,3992</b>	<b>0,101</b>	<b>564,891</b>	<b>9,301</b>	<b>581,64</b>	<b>486,21</b>	<b>181,03</b>	<b>743,98</b>	<b>3,522</b>	<b>63,08</b>	
<b>полдни</b>	Булочка розовая	75	6,1	2,1	40,7	210,4	0,06	0,03	0,05	4,56	0,67	21,4	58,9	14,8	142,68	1,01	3,17	62
	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>6,3</b>	<b>2,1</b>	<b>51,7</b>	<b>255,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>5,8</b>	<b>2,2</b>	<b>27,1</b>	<b>62,4</b>	<b>16,3</b>	<b>161,6</b>	<b>1,1</b>	<b>3,2</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1725</b>	<b>70,2</b>	<b>63,3</b>	<b>294,9</b>	<b>2209,6</b>	<b>1,2</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>716,9</b>	<b>69,9</b>	<b>1071,8</b>	<b>1045,0</b>	<b>325,3</b>	<b>1604,6</b>	<b>9,1</b>	<b>0,1</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>91,10</b>	<b>80,10</b>	<b>88,02</b>	<b>105,22</b>	<b>101,53</b>	<b>52,09</b>	<b>5,68</b>	<b>102,42</b>	<b>116,52</b>	<b>97,44</b>	<b>95,00</b>	<b>130,11</b>	<b>145,87</b>	<b>76,08</b>	<b>100,05</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I	
<b>Неделя 2</b>																		
<i>День 5</i>																		
	Сырники из творога	180	38,08	28,36	44,4	148,00	0,12	0,6	107,6	188,8	1,12	315,12	443,12	47,64	258,32	1,32	0,00	9
	Вафли	40	1,80	13,05	28,38	238,50	0,01	0,00	0,01	7,00	0,00	0,00	42,00	6,00	48,00	0,60	0,02	57
<b>завтрак</b>	Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,60	155,10	0,04	0,20	0,00	1,30	0,33	162,00	140,00	21,50	220,00	0,50	11,70	44
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>55,41</b>	<b>48,45</b>	<b>139,78</b>	<b>787,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,841</b>	<b>107,61</b>	<b>197,1</b>	<b>1,45</b>	<b>503,72</b>	<b>711,78</b>	<b>93,8</b>	<b>690,32</b>	<b>3,88</b>	<b>56,52</b>	
	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,00	11,00	52,00	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	6
	Солянка из птицы	250	5,21	6,77	6,19	141,80	0,11	0,00	0,00	470,00	16,64	20,63	76,63	27,67	0,00	1,08	0,00	20
	Филе птицы в сметанном соусе	100	13,44	20,60	3,28	169,00	0,02	0,00	0,00	150,00	0,50	49,00	198,00	37,00	0,00	0,30	0,50	33
<b>обед</b>	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,28	4,14	38,86	181,00	0,34	0,16	28,8/	31,80	0,00	24,05	249,10	167,53	317,23	5,58	1,90	39
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	22,20	93,00	0,08	0,00	0,00	0,00	80,00	96,00	44,00	24,00	99,78	1,20	0,00	52
	Хлеб пшеничный йодовый	50	4,05	0,50	24,40	121,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	46,50	0,55	19,30	54
	Хлеб ржаной йодовый	50	6,50	1,50	20,00	125,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,16	11,66	117,50	0,91	25,50	55
	<b>итого за обед</b>	<b>930</b>	<b>39,58</b>	<b>33,511</b>	<b>125,93</b>	<b>882,8</b>	<b>0,705</b>	<b>0,256</b>	<b>0</b>	<b>749</b>	<b>100,64</b>	<b>239,28</b>	<b>678,39</b>	<b>288,86</b>	<b>719,01</b>	<b>10,22</b>	<b>47,2</b>	
	Будочка ванильная	75	6,40	6,20	46,36	361,00	0,40	0,00	0,00	5,00	1,20	86,00	0,00	24,00	0,00	0,29	1,41	58
	Чай с сахаром лимоном	200	1,20	0,40	18,00	78,00	0,00	0,01	0,00	0,30	0,04	4,50	7,20	3,80	20,80	0,70	0,01	43
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>7,6</b>	<b>6,6</b>	<b>64,36</b>	<b>439</b>	<b>0,4</b>	<b>0,011</b>	<b>0</b>	<b>5,3</b>	<b>1,24</b>	<b>90,5</b>	<b>7,2</b>	<b>27,8</b>	<b>20,8</b>	<b>0,99</b>	<b>1,415</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1765</b>	<b>102,59</b>	<b>88,561</b>	<b>330,07</b>	<b>2109,4</b>	<b>1,405</b>	<b>1,108</b>	<b>107,61</b>	<b>951,4</b>	<b>103,33</b>	<b>833,5</b>	<b>1397,4</b>	<b>410,46</b>	<b>1430,13</b>	<b>15,09</b>	<b>0,1051</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности,</i>		<b>133,23</b>	<b>112,10</b>	<b>98,53</b>	<b>100,45</b>	<b>117,08</b>	<b>79,14</b>	<b>1076,10</b>	<b>135,91</b>	<b>172,22</b>	<b>75,77</b>	<b>127,03</b>	<b>164,18</b>	<b>130,01</b>	<b>125,75</b>	<b>105,14</b>	

Среднесуточная норма потребления поваренной соли составляет 2,1 г в соответствии с СанПиН																
Средние показатели белков, жиров, углеводов, энергетической ценности по дням (7 - 11 лет)		Пищевые вещества (г)			Энерг. цен.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
		белки	жиры	углевод.	ккал	B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
день 1		70,97	64,73	329,57	2173,017	0,6948	0,7628	0,513	456,902	83,691	1362,6	1296,87	391,91	1671,83	13,107	0,15198
день 2		81,18	74,952	257,41	2100,35	7,016	1,142	4,9	1073,191	118,131	723,93	1097,39	331,39	2761,38	16,19	0,15832
день 3		77,79	75,52	335,18	2350,9	1,6855	0,5492	0,323	899,34	51,645	1207,4	1195,14	388,93	1811,95	1,19	0,0054
день 4		64,77	72,411	278,5	2118,51	1,677	0,6559	2,359	786,04	276,652	1133,9	1415,85	425,19	2292,12	11,83	0,1466
день 5		78,59	62,481	310,58	2108,05	6,0708	0,625	1,362	540,971	22,171	545,66	627,65	137,81	1790,23	7,637	0,09758
день 6		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Всего за 5 дней		373,30	350,09	1511,24	10850,83	17,14	3,73	9,46	3756,44	552,29	4973,49	5632,90	1675,23	10327,51	49,95	0,56
ИТОГО среднее значение за 5 дней		74,66	70,02	302,25	2170,17	3,43	0,75	1,89	751,29	110,46	994,70	1126,58	335,05	2065,50	9,99	0,11
Процент удовлетворения от суточной потребности, %		96,96	88,63	90,22	103,34	285,74	53,36	18,91	107,33	184,10	90,43	102,42	134,02	187,77	83,26	111,97
День 1		69,32	59,12	313,24	2233,24	0,745	0,8272	61,012	847,79	43,83	733,33	1237,54	337,54	2263,984	11,822	0,14984
День 2		99,1	86,161	265,2	2279,44	8,377	1,606	10,627	45,631	76,091	1383,5	1439,98	250,3	2629,43	12,25	0,1155
День 3		86,08	62,02	257,97	2100,53	0,6308	0,7429	175,861	389,93	29,17	617,51	1122,93	212,77	2077,47	9,957	0,18204
День 4		70,15	63,28	294,88	2209,64	1,22	0,73	0,57	716,94	69,91	1071,81	1044,96	325,28	1604,57	9,13	0,10
День 5		102,59	88,561	330,07	2109,4	1,405	1,108	107,61	951,4	103,33	833,5	1397,37	410,46	1430,13	15,09	0,10514
День 6		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Всего за 5 дней		427,24	359,142	1461,33	10932,25	12,3761	5,0133	355,678	2951,692	322,332	4639,7	6242,78	1536,35	10005,58	58,248	0,65256
ИТОГО среднее значение за 5 дней		85,45	71,83	292,27	2186,45	2,48	1,00	71,14	590,34	64,47	927,94	1248,56	307,27	2001,12	11,65	0,13
Процент удовлетворения от суточной потребности, %		110,97	90,92	87,24	104,12	206,27	71,62	711,36	84,33	107,44	84,36	113,51	122,91	181,92	97,08	130,51
Всего за 10 дней		800,54	709,24	2972,57	21783,08	29,52	8,75	365,14	6708,14	874,62	9613,18	11875,68	3211,58	20333,09	108,20	1,21
ИТОГО среднее значение за 10 дней		80,05	70,92	297,26	2178,31	2,95	0,87	36,51	670,81	87,46	961,32	1187,57	321,16	2033,31	10,82	0,12
Процент удовлетворения от																
суточной потребности, %		103,97	89,78	88,73	103,73	246,00	62,49	365,14	95,83	145,77	87,39	107,96	128,46	184,85	90,17	121,24

**МЕНЮ 12 лет И СТАРШЕ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<i>День 1</i>																		
	Бутерброд с джемом,маслом	40/20/10	3,19	7,76	35,55	225,00	0,07	0,04	0,13	55,00	0,48	181,60	152,37	24,43	85,80	0,90	0,04	0
	Каша молочная пшенная, с маслом	300	14,34	18,28	80,76	545,44	0,06	0,22	0,08	61,06	0,81	167,88	220,94	62,51	362,77	2,28	14,34	13
<b>завтрак</b>	Чай с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	0,00	0,00	0,00	0,05	2,20	15,80	8,00	6,00	33,70	0,78	0,01	49
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>23,59</b>	<b>27,04</b>	<b>163,59</b>	<b>993,64</b>	<b>0,20</b>	<b>0,28</b>	<b>0,21</b>	<b>116,11</b>	<b>3,49</b>	<b>377,28</b>	<b>420,31</b>	<b>101,34</b>	<b>538,07</b>	<b>4,62</b>	<b>37,55</b>	
	Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,00	0,04	0,04	0,00	0,00	40,30	90,93	55,80	18,10	365,20	0,74	0,00	3
	Суп с рыбными консервами	300	12,66	6,66	26,22	219,89	0,23	0,07	0,10	289,77	39,56	89,33	129,90	50,12	105,50	0,29	2,45	21
<b>обед</b>	Гуляш из говядины	100	17,17	17,58	4,71	245,35	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	98,80	117,70	14,82	0,00	0,68	0,00	29
	Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	0,07	0,07	0,00	0,00	0,00	350,00	145,00	108,00	42,44	0,42	0,00	40
	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>1000</b>	<b>51,59</b>	<b>39,40</b>	<b>151,60</b>	<b>1185,04</b>	<b>0,54</b>	<b>0,84</b>	<b>0,52</b>	<b>523,24</b>	<b>88,34</b>	<b>1417,89</b>	<b>1385,50</b>	<b>415,30</b>	<b>1781,49</b>	<b>13,05</b>	<b>131,30</b>	
<b>полдник</b>	Печенье	60	4,02	5,10	43,14	234,60	0,04	0,02	0,06	5,52	0,00	11,60	36,00	8,00	44,00	0,84	2,10	57
	Чай с сахаром	200	1,20	0,40	24,40	78,00	0,03	0,02	0,00	0,05	2,20	15,80	8,00	6,00	33,70	0,78	10,20	49
	<b>итого за полдник</b>	<b>260</b>	<b>5,22</b>	<b>5,50</b>	<b>67,54</b>	<b>312,60</b>	<b>0,07</b>	<b>0,04</b>	<b>0,06</b>	<b>5,57</b>	<b>2,20</b>	<b>27,40</b>	<b>44,00</b>	<b>14,00</b>	<b>77,70</b>	<b>1,62</b>	<b>12,30</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1890</b>	<b>80,40</b>	<b>71,94</b>	<b>382,73</b>	<b>2491,28</b>	<b>0,81</b>	<b>0,87</b>	<b>0,58</b>	<b>528,81</b>	<b>90,54</b>	<b>1445,29</b>	<b>1429,50</b>	<b>429,30</b>	<b>1859,19</b>	<b>14,67</b>	<b>0,18</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>89,33</b>	<b>78,20</b>	<b>99,93</b>	<b>101,68</b>	<b>58,13</b>	<b>54,49</b>	<b>5,83</b>	<b>75,54</b>	<b>129,34</b>	<b>120,44</b>	<b>119,13</b>	<b>143,10</b>	<b>154,93</b>	<b>81,48</b>	<b>181,15</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
	Неделя 1																	
	День 2																	
завтрак	Омлет натуральный, с маслом	300	26,64	35,52	5,40	437,41	0,85	0,68	5,24	246,70	0,47	204,58	411,63	32,31	336,36	4,42	43,87	14
	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,00	23,20	134,55	0,03	0,13	0,00	13,29	0,52	111,00	107,00	30,70	184,00	1,10	9,00	45
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	Фрукты свежие (Яблоко)	110	0,44	0,00	10,90	51,70	5,50	0,02	0,00	0,00	0,00	15,60	10,60	8,70	256,40	2,12	1,96	56
	<b>итого за завтрак</b>	<b>730</b>	<b>42,84</b>	<b>40,92</b>	<b>92,78</b>	<b>918,86</b>	<b>6,54</b>	<b>0,88</b>	<b>5,24</b>	<b>259,99</b>	<b>0,99</b>	<b>359,78</b>	<b>622,23</b>	<b>91,77</b>	<b>950,06</b>	<b>9,21</b>	<b>108,59</b>	
	Огурец соленый порционно	100	0,80	0,10	1,70	12,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	5
	Суп из овощей с фасолью, сметаной, мясом птицы	300	6,94	7,26	15,00	198,00	0,13	0,05	0,00	552,00	19,94	118,36	92,00	33,20	460,92	0,13	0,00	25
обед	Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	300	20,83	26,40	34,44	409,20	0,23	0,18	0,00	436,80	18,95	53,76	323,88	157,20	1240,40	3,62	18,41	34
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	22,20	93,00	0,08	0,00	0,00	0,00	80,00	96,00	44,00	24,00	99,78	1,20	0,00	52
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>1020</b>	<b>41,33</b>	<b>36,16</b>	<b>126,62</b>	<b>1007,40</b>	<b>0,62</b>	<b>0,38</b>	<b>0,00</b>	<b>988,80</b>	<b>122,39</b>	<b>319,72</b>	<b>576,88</b>	<b>248,46</b>	<b>2114,40</b>	<b>7,12</b>	<b>72,17</b>	
	Булочка ванильная	100	8,51	8,24	55,63	480,13	0,53	0,00	0,00	6,65	1,59	114,38	0,00	31,92	0,00	0,38	1,88	58
полдник	Чай с сахаром, лимоном	200	1,20	0,40	18,00	78,00	0,00	0,01	0,00	0,30	0,04	4,50	300,00	3,80	20,80	0,70	0,01	43
	<b>итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>9,71</b>	<b>8,64</b>	<b>73,63</b>	<b>558,13</b>	<b>0,53</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>6,95</b>	<b>1,63</b>	<b>118,88</b>	<b>300,00</b>	<b>35,72</b>	<b>20,80</b>	<b>1,08</b>	<b>1,89</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>2050</b>	<b>93,88</b>	<b>85,72</b>	<b>293,03</b>	<b>2484,39</b>	<b>7,69</b>	<b>1,27</b>	<b>5,24</b>	<b>1255,74</b>	<b>125,01</b>	<b>798,38</b>	<b>1499,11</b>	<b>375,95</b>	<b>3085,26</b>	<b>17,41</b>	<b>0,18</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>		<b>104,31</b>	<b>93,18</b>	<b>76,51</b>	<b>101,40</b>	<b>549,29</b>	<b>79,25</b>	<b>52,42</b>	<b>179,39</b>	<b>178,59</b>	<b>66,53</b>	<b>124,93</b>	<b>125,32</b>	<b>257,11</b>	<b>96,72</b>	<b>182,65</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<i>День 3</i>																		
	Бутерброд с маслом,сыром	40/10/20	7,46	14,00	20,90	239,50	0,07	0,09	0,32	97,00	0,14	187,20	137,00	20,20	73,00	1,02	15,44	1
	Каша Дружба	300	10,44	19,80	72,00	507,84	0,06	0,00	0,00	0,90	0,01	241,32	237,84	52,90	301,76	2,30	12,70	8
<b>завтрак</b>	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00	0,01	0,07	0,00	0,30	0,15	72,30	53,80	12,90	81,30	0,90	0,00	50
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>24,16</b>	<b>36,00</b>	<b>138,58</b>	<b>978,54</b>	<b>0,21</b>	<b>0,19</b>	<b>0,32</b>	<b>98,20</b>	<b>0,30</b>	<b>512,82</b>	<b>467,64</b>	<b>94,40</b>	<b>511,86</b>	<b>4,88</b>	<b>51,30</b>	
	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,00	11,00	52,00	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	6
	Суп картофельный с горохом	250	8,50	6,80	19,60	191,30	0,17	0,00	0,00	178,00	45,90	358,00	206,00	47,95	382,40	1,47	16,96	19
<b>обед</b>	Котлеты рубленые из птицы	100	18,82	16,07	7,85	256,97	0,42	0,13	0,00	489,00	0,00	144,00	152,00	16,80	182,96	0,12	14,60	37
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,86	212,40	0,34	0,16	28,8/	31,80	0,00	24,05	249,10	167,53	317,23	5,58	1,90	39
	Напиток клюквенный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	0,60	2,81	2,08	2,83	20,64	0,12	0,01	53	
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>930</b>	<b>50,43</b>	<b>29,41</b>	<b>141,59</b>	<b>1052,87</b>	<b>1,11</b>	<b>0,40</b>	<b>0,00</b>	<b>796,00</b>	<b>50,00</b>	<b>580,46</b>	<b>726,18</b>	<b>269,17</b>	<b>1214,53</b>	<b>9,46</b>	<b>87,23</b>	
	Булочка домашняя	75	6,46	12,31	64,37	391,53	0,40	0,00	0,00	5,00	1,20	86,00	0,00	24,00	0,00	0,29	0,90	59
<b>полдник</b>	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00	0,01	0,00	0,00	0,30	0,15	72,30	53,80	12,90	154,45	0,90	4,50	50
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>7,86</b>	<b>13,91</b>	<b>80,77</b>	<b>477,53</b>	<b>0,41</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>5,30</b>	<b>1,35</b>	<b>158,30</b>	<b>53,80</b>	<b>36,90</b>	<b>154,45</b>	<b>1,19</b>	<b>5,40</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1835</b>	<b>82,45</b>	<b>79,32</b>	<b>360,94</b>	<b>2508,94</b>	<b>1,74</b>	<b>0,58</b>	<b>0,33</b>	<b>899,50</b>	<b>51,65</b>	<b>1251,58</b>	<b>1247,62</b>	<b>400,47</b>	<b>1880,84</b>	<b>1,19</b>	<b>0,01</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>91,61</b>	<b>86,22</b>	<b>94,24</b>	<b>102,41</b>	<b>123,96</b>	<b>36,39</b>	<b>3,25</b>	<b>128,50</b>	<b>73,79</b>	<b>104,30</b>	<b>103,97</b>	<b>133,49</b>	<b>156,74</b>	<b>6,61</b>	<b>5,40</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
Неделя 1																		
День 4																		
	Бутерброд с маслом	40/10	3,14	7,52	19,78	150,97	0,07	0,03	0,13	45,00	0,00	11,20	37,00	13,20	55,40	0,82	15,44	2
<b>завтрак</b>	Пудинг творожный с фруктами	300	36,20	18,60	52,60	612,00	0,01	0,50	0,66	73,94	0,32	429,80	497,68	64,66	536,92	2,00	21,20	17
	Чай с сахаром, лимоном	200	0,20	0,01	9,90	41,00	0,00	0,00	0,00	0,05	2,20	15,80	30,00	9,40	47,00	0,78	10,20	43
	Фрукты свежие (Мандарин)	150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	0,05	0,00	15,00	57,00	52,50	25,50	16,50	232,50	0,15	0,39	56
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>760</b>	<b>45,60</b>	<b>27,03</b>	<b>122,81</b>	<b>1006,17</b>	<b>0,24</b>	<b>0,60</b>	<b>0,79</b>	<b>133,99</b>	<b>59,52</b>	<b>521,30</b>	<b>629,18</b>	<b>112,16</b>	<b>927,62</b>	<b>4,41</b>	<b>70,39</b>	
<b>обед</b>	Фасоль консервированная	100	2,00	0,00	11,00	93,40	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	7
	Щи из свежей капусты	250	5,34	7,31	9,68	170,50	0,25	0,03	0,00	225,00	18,75	212,50	581,25	212,50	183,40	0,13	15,26	22
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,29	26,06	6,90	306,32	0,50	0,06	1,47	320,00	1,60	320,00	192,00	10,70	192,47	0,04	20,97	30
	Картофельное пюре	180	3,64	4,52	28,56	169,92	0,02	0,06	0,13	38,52	12,24	46,80	100,80	33,60	748,80	1,20	10,20	41
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,00	0,00	0,00	0,30	0,30	100,00	18,60	13,30	9,30	10,34	1,00	0,01	42
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
<b>полдник</b>	<b>итого за обед</b>	<b>950</b>	<b>35,61</b>	<b>40,57</b>	<b>130,18</b>	<b>1123,34</b>	<b>0,95</b>	<b>0,25</b>	<b>1,90</b>	<b>681,02</b>	<b>136,09</b>	<b>649,50</b>	<b>1004,35</b>	<b>300,16</b>	<b>1446,31</b>	<b>4,54</b>	<b>100,20</b>	
	Булочка дорожная	75	4,48	9,61	43,37	275,40	0,40	0,07	0,00	5,00	1,20	86,00	0,00	24,00	105,47	2,90	0,00	60
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	22,20	93,00	0,08	0,00	0,00	0,00	80,00	96,00	44,00	24,00	99,78	1,20	0,00	52
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>4,58</b>	<b>9,61</b>	<b>65,57</b>	<b>368,40</b>	<b>0,48</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>5,00</b>	<b>81,20</b>	<b>182,00</b>	<b>44,00</b>	<b>48,00</b>	<b>205,25</b>	<b>4,10</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1985</b>	<b>85,79</b>	<b>77,21</b>	<b>318,56</b>	<b>2497,91</b>	<b>1,67</b>	<b>0,92</b>	<b>2,69</b>	<b>820,01</b>	<b>276,81</b>	<b>1352,80</b>	<b>1677,53</b>	<b>460,32</b>	<b>2579,18</b>	<b>13,05</b>	<b>0,17</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>95,32</b>	<b>83,93</b>	<b>83,17</b>	<b>101,96</b>	<b>119,14</b>	<b>57,81</b>	<b>26,88</b>	<b>117,14</b>	<b>395,44</b>	<b>112,73</b>	<b>139,79</b>	<b>153,44</b>	<b>214,93</b>	<b>72,50</b>	<b>170,59</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 1</b>																		
<i>День 5</i>																		
	Макаронн.запеченные с сыром	300	18,21	19,15	63,33	454,42	0,16	0,18	0,27	18,84	0,00	31,86	111,00	19,29	72,08	0,22	1,09	12
	Вафли	40	1,80	13,05	28,38	238,50	0,01	0,00	0,01	7,00	0,00	0,00	42,00	6,00	48,00	0,60	0,02	57
<b>завтрак</b>	Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,60	155,10	0,04	0,20	0,00	1,30	0,33	162,00	140,00	21,50	220,00	0,50	11,70	44
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>29,85</b>	<b>37,84</b>	<b>143,59</b>	<b>993,22</b>	<b>0,28</b>	<b>0,41</b>	<b>0,28</b>	<b>27,14</b>	<b>0,33</b>	<b>205,86</b>	<b>332,00</b>	<b>55,19</b>	<b>395,88</b>	<b>1,98</b>	<b>35,97</b>	
	Горошек консервированный	100	3,00	0,00	6,00	36,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	4
	Рассольник Ленинградский	300	7,44	9,00	21,78	198,12	0,12	0,06	0,08	588,00	16,13	199,20	74,14	26,82	206,32	0,10	19,92	24
<b>обед</b>	Плов из филе птицы	300	30,55	15,33	69,07	538,86	0,04	0,02	1,08	0,00	1,80	12,00	39,00	8,40	646,18	0,66	0,00	31
	Кисель из клюквы	200	0,10	0,00	23,70	95,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	4,80	5,90	2,61	21,00	0,13	0,01	47
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>1020</b>	<b>53,75</b>	<b>26,73</b>	<b>173,83</b>	<b>1163,18</b>	<b>0,34</b>	<b>0,23</b>	<b>1,16</b>	<b>588,00</b>	<b>22,63</b>	<b>267,60</b>	<b>236,04</b>	<b>71,89</b>	<b>1186,80</b>	<b>3,06</b>	<b>73,69</b>	
	Пицца с курицей и сыром	100	10,56	9,04	20,30	212,50	0,07	0,08	0,22	33,07	0,84	118,27	127,75	17,14	134,40	0,94	2,87	61
<b>полдник</b>	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	Фрукты свежие(Яблоко)	110	0,44	0,00	10,90	51,70	5,50	0,02	0,00	0,00	0,00	15,60	10,60	8,70	256,40	2,12	1,96	56
	<b>итого за полдник</b>	<b>410</b>	<b>11,17</b>	<b>9,04</b>	<b>42,20</b>	<b>309,20</b>	<b>5,57</b>	<b>0,10</b>	<b>0,22</b>	<b>34,32</b>	<b>2,34</b>	<b>139,54</b>	<b>141,83</b>	<b>27,36</b>	<b>409,71</b>	<b>3,17</b>	<b>4,83</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>2030</b>	<b>94,77</b>	<b>73,61</b>	<b>359,62</b>	<b>2465,60</b>	<b>6,19</b>	<b>0,74</b>	<b>1,66</b>	<b>649,46</b>	<b>25,30</b>	<b>613,00</b>	<b>709,87</b>	<b>154,44</b>	<b>1992,39</b>	<b>8,21</b>	<b>0,11</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>		105,30	80,01	93,90	100,64	441,91	46,38	16,62	92,78	36,14	51,08	59,16	51,48	166,03	45,59	114,49	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 2</b>																		
<i>День 1</i>																		
	Бутерброд с маслом,сыром	40/10/20	7,46	14,00	20,90	239,50	0,07	0,09	0,32	97,00	0,14	187,20	137,00	20,20	73,00	1,02	15,44	1
<b>завтрак</b>	Каша рисовая молочная	300	9,78	16,70	79,50	508,20	0,01	0,24	48,60	0,06	1,86	171,75	262,68	70,77	275,18	1,87	0,00	11
	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,00	23,20	134,55	0,03	0,13	0,00	13,29	0,52	111,00	107,00	30,70	184,00	1,10	9,00	45
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>690</b>	<b>33,00</b>	<b>36,10</b>	<b>176,88</b>	<b>1177,45</b>	<b>0,28</b>	<b>0,51</b>	<b>48,92</b>	<b>110,35</b>	<b>2,52</b>	<b>498,55</b>	<b>599,68</b>	<b>141,73</b>	<b>705,48</b>	<b>5,56</b>	<b>78,20</b>	
	Фасоль консервированная	100	2,00	0,00	11,00	93,40	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	7
	Борщ из свежей капусты	300	7,10	8,74	19,93	187,55	0,12	0,06	0,00	488,40	32,40	200,40	343,20	130,80	396,00	0,64	25,74	18
<b>обед</b>	Жаркое по-домашнему	300	19,80	18,48	34,08	513,60	0,24	0,22	0,00	262,50	5,89	32,52	291,02	64,06	984,55	3,39	14,83	32
	Напиток клюквенный	200	0,17		11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	2,81	2,08	2,83	20,64	0,12	0,01	53
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>1020</b>	<b>41,73</b>	<b>29,62</b>	<b>129,29</b>	<b>1134,75</b>	<b>0,54</b>	<b>0,39</b>	<b>0,00</b>	<b>848,10</b>	<b>42,39</b>	<b>287,33</b>	<b>753,30</b>	<b>231,75</b>	<b>1712,49</b>	<b>6,32</b>	<b>94,34</b>	
<b>полдник</b>	Пирожок печеный с яблоком	75	3,95	1,45	37,08	177,00	0,04	0,04	0,19	13,52	0,49	12,64	39,08	7,38	101,25	0,98	1,85	64
	Кисель из черной смородины	200	0,96	0,06	10,00	44,00	0,003	0,004	20,00	0,98	5,12	6,25	7,49	3,75	39,31	0,16	0,12	47
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>4,91</b>	<b>1,51</b>	<b>47,08</b>	<b>221,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>20,19</b>	<b>14,50</b>	<b>5,61</b>	<b>18,89</b>	<b>46,57</b>	<b>11,13</b>	<b>140,56</b>	<b>1,14</b>	<b>1,97</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1795</b>	<b>79,64</b>	<b>67,23</b>	<b>353,25</b>	<b>2533,20</b>	<b>0,86</b>	<b>0,94</b>	<b>69,11</b>	<b>972,95</b>	<b>50,52</b>	<b>804,77</b>	<b>1399,55</b>	<b>384,61</b>	<b>2558,53</b>	<b>13,02</b>	<b>0,17</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>88,49</b>	<b>73,08</b>	<b>92,23</b>	<b>103,40</b>	<b>61,43</b>	<b>58,64</b>	<b>691,14</b>	<b>138,99</b>	<b>72,17</b>	<b>67,06</b>	<b>116,63</b>	<b>128,20</b>	<b>213,21</b>	<b>72,34</b>	<b>174,52</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 2</b>																		
<i>День 2</i>																		
	Омлет натуральный с сыром и маслом	300	37,66	47,94	5,36	612,25	2,39	0,96	6,07	5,97	28,55	641,60	585,66	49,79	427,65	0,43	0,00	14
	Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,60	155,10	0,04	0,20	0,00	1,30	0,33	162,00	140,00	21,50	220,00	0,50	11,70	44
<b>завтрак</b>	Фрукты свежие(Яблоко)	110	0,44	0,00	10,90	51,70	5,50	0,02	0,00	0,00	0,00	15,60	10,60	8,70	256,40	2,12	1,96	54
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	55
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	
	<b>итого за завтрак</b>	<b>730</b>	<b>55,74</b>	<b>55,381</b>	<b>92,137</b>	<b>1114,25</b>	<b>8,09</b>	<b>1,228</b>	<b>6,071</b>	<b>7,271</b>	<b>28,881</b>	<b>847,8</b>	<b>829,26</b>	<b>100,05</b>	<b>1077,35</b>	<b>4,62</b>	<b>67,42</b>	
	Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,00	0,04	0,04	0,00	0,00	40,30	90,93	55,80	18,10	365,20	0,74	0,00	3
<b>обед</b>	Суп картофельный с горохом	300	9,72	7,8	22,56	220,73	0,2	0,26	5,76	0,00	6,96	429,6	237,6	55,32	567,36	1,07	0,0012	19
	Говядина в кисло-сладком соусе	100	15,4	9,7	6,5	175,0	0,082	0,083	0,00	5,76	0,75	9,63	128,2	18,8	245,45	1,95	4,98	35
	Рис отварной	180	4,7	8,5	50,2	280,8	0,08	0,03	0,07	200	2,42	422,9	130,9	36,399	46	0,84	0,8	38
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,005	0,005	0,00	0,72	0,64	5,05	3,33	2,72	76,67	0,65	0,61	48
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
<b>полдник</b>	<b>итого за обед</b>	<b>970</b>	<b>45,36</b>	<b>35,72</b>	<b>157,01</b>	<b>1146,23</b>	<b>0,57</b>	<b>0,47</b>	<b>5,83</b>	<b>206,48</b>	<b>51,07</b>	<b>986,71</b>	<b>648,83</b>	<b>151,40</b>	<b>1473,98</b>	<b>6,82</b>	<b>60,15</b>	
	Булочка зерновая	75	6,0	2,7	34,5	186,00	0,0,06	0,03	0,087	5,37	0	11,19	57,58	13,63	64,78	0,68	1,35	63
	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00	0,01	0,00	0,00	0,30	0,15	72,30	53,80	12,90	154,45	0,90	4,50	50
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>7,4</b>	<b>4,3</b>	<b>50,9</b>	<b>272</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>	<b>0,087</b>	<b>5,67</b>	<b>0,15</b>	<b>83,49</b>	<b>111,38</b>	<b>26,53</b>	<b>219,23</b>	<b>1,58</b>	<b>5,85</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1975</b>	<b>108,5</b>	<b>95,401</b>	<b>300,0</b>	<b>2532,48</b>	<b>8,667</b>	<b>1,724</b>	<b>11,989</b>	<b>219,421</b>	<b>80,101</b>	<b>1918</b>	<b>1589,47</b>	<b>277,979</b>	<b>2770,56</b>	<b>13,02</b>	<b>0,1334222</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>120,56</b>	<b>103,70</b>	<b>78,34</b>	<b>103,37</b>	<b>619,07</b>	<b>107,75</b>	<b>119,89</b>	<b>31,35</b>	<b>114,43</b>	<b>159,83</b>	<b>132,46</b>	<b>92,66</b>	<b>230,88</b>	<b>72,33</b>	<b>133,42</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
<b>Неделя 2</b>																		
<i>День 3</i>																		
	Вареники отварные с картофелем	300	43,21	32,89	39,89	634,9	0,09	0,44	0,71	59,77	0,19	315,11	253,55	45,89	226,22	1,24	18,78	10
	Печенье	60	4,02	5,10	43,14	234,0	0,04	0,02	0,06	4,52	0,00	11,60	36,00	8,00	44,00	0,84	2,10	57
<i>завтрак</i>	Чай с сахаром, лимоном	200	0,20	0,01	9,90	41,00	0,00	0,00	0,00	0,05	2,20	15,80	30,00	9,40	47,00	0,78	10,20	43
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>60,09</b>	<b>40,4</b>	<b>146,21</b>	<b>1205,12</b>	<b>0,291</b>	<b>0,5089</b>	<b>0,771</b>	<b>64,34</b>	<b>2,39</b>	<b>371,11</b>	<b>412,55</b>	<b>83,35</b>	<b>490,52</b>	<b>4,43</b>	<b>84,84</b>	
	Горошек консервированный	100	3,00	0,00	6,00	36,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	8,28	3,46	3,57	231,60	0,12	0,07	1,44	336,00	1,44	201,6	361,2	12,84	105,55	0,52	2,45	23
	Котлета рыбная	100	15,84	11,6	8,48	235,00	0,1	0,1	174,0	19,00	6,2	63,08	245,02	58,14	444,9	1,24	45,6	36
<i>обед</i>	Картофельное пюре	180	3,64	4,52	28,56	181,00	0,02	0,06	0,13	38,52	12,24	46,80	100,80	33,60	748,80	1,20	10,20	41
	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>1000</b>	<b>43,59</b>	<b>21,98</b>	<b>110,89</b>	<b>1023,8</b>	<b>0,4218</b>	<b>0,382</b>	<b>175,567</b>	<b>394,77</b>	<b>24,88</b>	<b>368,75</b>	<b>827,5</b>	<b>140,16</b>	<b>1631,46</b>	<b>5,237</b>	<b>112,01</b>	
<i>полдник</i>	Вафли	40	1,80	13,05	28,38	238,50	0,01	0,00	0,01	7,00	0,00	0,00	42,00	6,00	48,00	0,60	0,02	57
	Чай с сахаром	200	1,20	0,40	24,40	78,00	0,03	0,02	0,00	0,05	2,20	15,80	8,00	6,00	33,70	0,78	10,20	48
	<b>итого за полдник</b>	<b>240</b>	<b>3,0</b>	<b>13,45</b>	<b>52,78</b>	<b>316,5</b>	<b>0,039</b>	<b>0,018</b>	<b>0,01</b>	<b>7,05</b>	<b>2,2</b>	<b>15,8</b>	<b>50</b>	<b>12</b>	<b>81,7</b>	<b>1,38</b>	<b>10,22</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1890</b>	<b>106,68</b>	<b>75,83</b>	<b>309,88</b>	<b>2545,42</b>	<b>0,7518</b>	<b>0,9089</b>	<b>176,348</b>	<b>466,16</b>	<b>29,47</b>	<b>755,66</b>	<b>1290,05</b>	<b>235,51</b>	<b>2203,68</b>	<b>11,047</b>	<b>0,20707</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>		<b>118,53</b>	<b>82,42</b>	<b>80,91</b>	<b>103,89</b>	<b>53,70</b>	<b>56,81</b>	<b>1763,48</b>	<b>66,59</b>	<b>42,10</b>	<b>62,97</b>	<b>107,50</b>	<b>78,50</b>	<b>183,64</b>	<b>61,37</b>	<b>207,07</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
	<b>Неделя 2</b>																	
	<i>День 4</i>																	
	Бутерброд с джемом, маслом	40/20/10	3,19	7,76	35,55	225,00	0,07	0,04	0,13	55,00	0,48	181,60	152,37	24,43	85,80	0,90	0,04	0
<b>завтрак</b>	Каша молочная овсяная с клюквой	300	12,36	23,16	49,5	453,96	0,24	0,24	0,34	91,48	1,11	245,88	3333,24	88,32	401,04	2,51	16,88	15
	Чай Каркаде	200	0,2	0	15,08	89,00	0,00	0,02	0,00	0,03	14,1	8,3	6,4	0,00	0,8	0,00	46	
	Фрукты свежие (Мандарин)	150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	0,05	0,00	15,00	57,00	52,50	25,50	16,50	232,50	0,15	0,39	56
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	<b>итого за завтрак</b>	<b>780</b>	<b>21,81</b>	<b>31,82</b>	<b>140,66</b>	<b>970,16</b>	<b>0,467</b>	<b>0,345</b>	<b>0,471</b>	<b>161,48</b>	<b>58,62</b>	<b>506,08</b>	<b>3558,41</b>	<b>144,05</b>	<b>775,14</b>	<b>5,02</b>	<b>40,47</b>	
	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	12,00	0,02	0,10	0,00	0,00	3,50	23,00	24,00	14,00	140,00	0,60	0,00	5
<b>обед</b>	Щи по-Уральски	300	10,08	11,52	10,56	367,44	0,11	0,07	0,12	91,07	6,24	42,28	91,76	24,88	232,73	0,96	4,4	27
	Котлеты рубленые из птицы	100	18,82	16,07	7,85	256,97	0,42	0,13	0,00	489,00	0,00	144,00	152,00	16,80	182,96	0,12	14,60	37
	Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	0,07	0,07	0,00	0,00	0,00	350,00	145,00	108,00	42,44	0,42	0,00	40
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
																		53
<b>полдник</b>	<b>итого за обед</b>	<b>800</b>	<b>48,56</b>	<b>35,67</b>	<b>115,24</b>	<b>1178,21</b>	<b>0,78</b>	<b>0,417</b>	<b>0,122</b>	<b>580,071</b>	<b>9,741</b>	<b>587,88</b>	<b>505,76</b>	<b>183,74</b>	<b>771,43</b>	<b>3,67</b>	<b>72,76</b>	
	Булочка розовая	100	8,1	2,8	54,1	279,8	0,08	0,04	0,07	6,04	0,89	28,5	78,34	19,6	189,76	1,34	4,21	62
	Напиток брусничный	200	0,17	0,00	11,00	45,00	0,00	0,00	0,00	1,25	1,50	5,67	3,48	1,52	18,91	0,11	0,00	51
	<b>итого за полдник</b>	<b>275</b>	<b>8,3</b>	<b>2,8</b>	<b>65,1</b>	<b>324,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>7,3</b>	<b>2,4</b>	<b>34,2</b>	<b>81,8</b>	<b>21,1</b>	<b>208,7</b>	<b>1,4</b>	<b>4,2</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1855</b>	<b>78,7</b>	<b>70,3</b>	<b>321,0</b>	<b>2473,2</b>	<b>1,3</b>	<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>748,8</b>	<b>70,8</b>	<b>1128,1</b>	<b>4146,0</b>	<b>348,9</b>	<b>1755,2</b>	<b>10,1</b>	<b>0,1</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>87,39</b>	<b>76,39</b>	<b>83,82</b>	<b>100,95</b>	<b>94,91</b>	<b>50,38</b>	<b>6,63</b>	<b>106,98</b>	<b>101,07</b>	<b>94,01</b>	<b>345,50</b>	<b>116,30</b>	<b>146,27</b>	<b>56,32</b>	<b>117,44</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					N рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe		I
	<b>Неделя 2</b>																	
	<i>День 5</i>																	
	Сырники из творога	220	46,46	34,59	54,16	180,56	0,14	0,73	131,27	230,33	1,37	384,45	540,6	58,12	315,15	1,61	0,00	9
	Вафли	40	1,80	13,05	28,38	238,50	0,01	0,00	0,01	7,00	0,00	0,00	42,00	6,00	48,00	0,60	0,02	57
<b>завтрак</b>	Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,60	155,10	0,04	0,20	0,00	1,30	0,33	162,00	140,00	21,50	220,00	0,50	11,70	44
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>65,9</b>	<b>55,08</b>	<b>158,42</b>	<b>869,36</b>	<b>0,345</b>	<b>0,98</b>	<b>131,281</b>	<b>238,63</b>	<b>1,7</b>	<b>575,05</b>	<b>815,6</b>	<b>105,68</b>	<b>756,45</b>	<b>4,28</b>	<b>65,48</b>	
	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,00	11,00	52,00	0,02	0,06	0,00	97,20	3,50	23,00	24,00	14,00	138,00	0,60	0,00	6
	Солянка из птицы	300	6,25	8,12	7,43	167,60	0,13	0,00	0,00	564,00	19,96	24,76	91,95	33,20	0,00	1,30	0,00	20
	Филе птицы в сметанном соусе	100	13,44	20,60	3,28	219,36	0,02	0,00	0,00	150,00	0,50	49,00	198,00	37,00	0,00	0,30	0,50	33
<b>обед</b>	Каша гречневая	180	9,94	4,97	46,63	212,42	0,41	0,19	34,56	38,16	0,00	28,86	298,92	201,04	380,67	6,69	2,28	39
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	22,20	93,00	0,08	0,00	0,00	0,00	80,00	96,00	44,00	24,00	99,78	1,20	0,00	52
	Хлеб пшеничный йодовый	60	4,86	0,60	29,28	145,20	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	55,80	0,66	23,16	54
	Хлеб ржаной йодовый	60	7,80	1,80	24,00	150,00	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	16,60	54,00	11,66	117,50	0,91	30,60	55
	<b>итого за обед</b>	<b>1000</b>	<b>44,39</b>	<b>36,091</b>	<b>143,82</b>	<b>1039,58</b>	<b>0,82</b>	<b>0,295</b>	<b>34,561</b>	<b>849,36</b>	<b>103,96</b>	<b>250,22</b>	<b>749,87</b>	<b>329,3</b>	<b>791,75</b>	<b>11,66</b>	<b>56,541</b>	
	Булочка ванильная	100	8,51	8,24	61,65	481,33	0,53	0,00	0,00	6,65	1,59	114,38	0,00	31,92	0,00	0,39	1,87	58
<b>полдник</b>	Чай с сахаром лимоном	200	1,20	0,40	18,00	78,00	0,00	0,01	0,00	0,30	0,04	4,50	7,20	3,80	20,80	0,70	0,01	43
	<b>итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>9,71</b>	<b>8,64</b>	<b>79,65</b>	<b>559,33</b>	<b>0,53</b>	<b>0,011</b>	<b>0</b>	<b>6,95</b>	<b>1,63</b>	<b>118,88</b>	<b>7,2</b>	<b>35,72</b>	<b>20,8</b>	<b>1,09</b>	<b>1,875</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1880</b>	<b>120</b>	<b>99,811</b>	<b>381,89</b>	<b>2468,27</b>	<b>1,695</b>	<b>1,286</b>	<b>165,842</b>	<b>1094,94</b>	<b>107,29</b>	<b>944,15</b>	<b>1572,67</b>	<b>470,7</b>	<b>1569</b>	<b>17,03</b>	<b>0,123896</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>133,33</b>	<b>108,49</b>	<b>99,71</b>	<b>100,75</b>	<b>121,07</b>	<b>80,38</b>	<b>1658,42</b>	<b>156,42</b>	<b>153,27</b>	<b>78,68</b>	<b>131,06</b>	<b>156,90</b>	<b>130,75</b>	<b>94,61</b>	<b>123,90</b>	