Утверждаю Директор МБОУ
Милютинской СОШ
Ходышева Н.Н.

Согласовано Председатель Совета Милютинское райпо
/Дейнекина О.Ф./

Примерное меню
горячих школьных завтраков с и обедов
для организации питания детей с ОВЗ в МБОУ Милютинской СОШ
сентябрь-декабрь 2022г

Меню составлено на основании:
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под общей редакцией В.Т. Лапшиной , Москва 2004год
Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях »/под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М:ДеЛи принт, 2011.-544с., Москва 2011г.

День/неделя: Понедельник-1															
№ рец.	**Наименование дней недели, блюд**	**Масса порции**	**Цена**	**Пищевые вещества (г)**			**Энергетическая ценность**	**Витамины (мг)**				**Минеральные вещества (мг)**			
				Б	**Ж**	**У**		**B1**	**C**	**A (мкг)**	**E**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
_Завтрак															
120М	Суп молочный с макаронными изделиями	200	17,02	4,673	3,868	17,298	123,442	0,047	0,600	16,400	0,256	124,896	104,700	16,648	0,374
382М	Какао с молоком	200	17,80	3,142	2,511	16,344	101,582	0,020	0,486	8,197	0,010	101,347	94,122	25,110	0,830
14М	Масло порциями	10	7,50	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
15М	**Сыр порционный**	20	14,99	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Хлеб пшеничный	40	3,20	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Фрукты сезонные	100	12,00	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
	Итого за _Завтрак	**570**	**72,51**	**15,34**	**19,15**	**64,13**	**496,59**	**0,16**	**11,99**	**103,60**	**1,29**	**394,69**	**313,82**	**60,56**	**4,05**
Обед															
75М	Свекла отварная	30	4,16	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000		0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
82М	Борщ из свежей капусты	250	16,51	4,999	5,885	10,545	116,308	0,063	16,986	12,580	2,010	46,647	72,654	24,455	1,199
454Л,330М	Котлета по Хлыновски	80	27,46	10,335	11,617	11,049	190,363	0,076	0,032	8	1,811	15,840	108,270	17,390	1,673
171М	Каша пшеничная	155	9,75	6,038	4,575	38,497	219,481	0,093	0,000	21,333	0,871	13,929	49,488	8,858	0,901
376М	Чай с сахаром	200	2,30	0,144	0,144	25,085	103,104	0,011	3,600	0,000	0,072	5,760	3,960	3,240	0,857
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**765**	64,18	***26,656***	***22,981***	***114,704***	***777,256***	***0,377***	***35,618***	***41,913***	***5,904***	***105,576***	***314,772***	***88,543***	***6,750***
	Всего за Понедельник-1	**1335**	136,69	**41,991**	**42,130**	**178,836**	**1273,850**	**0,542**	**47,604**	**145,510**	**7,192**	**500,263**	**628,594**	**149,101**	**10,804**

День/неделя: Вторник-1															
						_Завтрак									
212М	Омлет натуральный	140	57,88	9,930	13,317	17,477	279,800	0,162	19,493	157,667	1,937	75,473	190,308	32,877	2,334
	Зеленый горошек	20	4,80	0,620	0,040	1,300	8,000	0,022	2,000	0,000	0,040	4,000	12,400	4,200	0,140
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
75М	**Овощи сезонные**	60	14,99	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000		0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,600	0,000	0,467	13,533	19,500	3,600	0,360
	Итого за _Завтрак	**450**	82,37	13,49	14,32	47,46	424,46	0,27	37,19	157,67	2,86	106,36	246,05	57,08	4,23
						Обед									
102М	Суп картофельный с бобовыми	250	10,27	4,986	3,085	16,047	112,413	0,131	19,648	5,600	1,067	25,082	86,746	28,630	1,198
291М	Плов из птицы с рисом	150	31,07	29,830	15,090	47,660	487,250	0,141	7,104	16,800	3,208	21,200	133,270	29,020	0,738
457К	Компот из сухофруктов	200	6,40	0,180	0,036	20,034	78,660	0,005	36,000	0,000	0,130	6,480	5,940	5,580	0,288
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**650**	51,74	***39,476***	***18,851***	***110,989***	***811,923***	***0,375***	***62,752***	***22,400***	***5,125***	***67,762***	***290,756***	***85,830***	***3,804***
	Всего за Вторник-1	**1100**	134,11	**52,966**	**33,168**	**158,447**	**1236,385**	**0,643**	**99,945**	**180,067**	**7,988**	**174,119**	**536,804**	**142,907**	**8,031**
День/неделя: Среда-1															
						_Завтрак									
38К	Соленья	30	5,40	0,520	0,040	1,960	10,400	0,032	80,000	0,000	0,000	3,200	0,000	2,800	0,200
268М,363К	Шницель мясной с томатным соусом	80	29,03	9,791	10,856	8,945	173,050	0,074	2,066	7,500	1,570	19,397	106,264	17,446	1,633
309М	Макароны отварные	150	7,99	6,038	4,575	38,497	219,481	0,093	0,000	21,333	0,871	13,929	49,488	8,858	0,901
	Хлеб пшеничный	50	4,00	3,800	1,400	25,700	130,600	0,078	1,000	0,000	0,778	22,556	32,500	6,000	0,600
14М	**Масло порциями**	20	14,99	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
	Фрукты сезонные	100	12,00	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300
376М	Чай с сахаром	200	2,30	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500		0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Итого за _Завтрак	**630**	75,71	20,68	24,43	94,70	684,58	0,30	90,57	68,83	3,73	87,83	216,81	52,22	6,54
						Обед									
101М	Суп картофельный с крупой (пшенный)	250	11,15	4,894	5,055	13,954	121,506	0,099	13,730	6,000	1,937	23,786	76,991	24,684	1,008
289М	Рагу из птицы	175	39,11	29,830	15,090	47,660	487,250	0,141	7,104	16,800	3,208	21,200	133,270	29,020	0,738
377М	Чай с лимоном	207	4,38	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500		0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**682**	58,64	***39,258***	***20,791***	***98,027***	***780,318***	***0,341***	***23,334***	***22,800***	***5,877***	***67,336***	***284,621***	***81,424***	***4,209***
	Всего за Среда-1	**1312**	134,35	**59,941**	**45,218**	**192,724**	**1464,901**	**0,642**	**113,900**	**91,633**	**9,608**	**155,168**	**501,433**	**133,648**	**10,746**
День/неделя: Четверг-1															

							_Завтрак								
224М, 326М	Запеканка творожная с молочным соусом	160	53,8	16,895	15,104	34,429	371,420	0,092	1,748	61,801	2,596	180,300	225,210	36,271	0,998
15М	Сыр порционный	15	11,25	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
377М	Чай с лимоном	207	4,38	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500		0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Фрукты сезонные	125	14,99	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Итого за _Завтрак	**435**	**87,62**	**24,39**	**20,53**	**74,45**	**614,86**	**0,18**	**10,15**	**100,80**	**3,73**	**356,69**	**351,77**	**63,19**	**4,81**
							Обед								
82 М	Борщ из свежей капусты	250	16,51	2,229	6,213	10,013	106,145	0,072	32,450	6,5	2,400	51,470	56,230	23,700	0,878
454Л,330М	Котлета по Хлыновски	80	27,46	11,731	8,112	12,358	170,182	0,259	17,570	3979	1,806	23,204	193,497	16,781	3,877
312М	Каша пшеничная	150	9,75	3,279	3,991	22,183	138,186	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**730**	60,02	***21,719***	***18,956***	***82,783***	***592,015***	***0,590***	***76,058***	***4011,800***	***5,115***	***140,244***	***420,837***	***100,591***	***8,413***
	Всего за Четверг-1	**1165**	147,64	**46,108**	**39,486**	**157,237**	**1206,877**	**0,772**	**86,206**	**4112,601**	**8,845**	**496,938**	**772,607**	**163,782**	**13,224**
День/неделя: Пятница-1															
							_Завтрак								
71М	Соленья	30	5,40	0,210	0,030	0,570	3,300	0,009	2,100		0,030	5,100	9,000	4,200	0,150
260М	Гуляш	80	40,01	13,88	14,90	3,47	203,76	0,07	4,05		1,94	10,94	145,25	20,70	2,17
312М	Каша пшеничная	150	9,75	3,279	3,991	22,183	138,186	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
75М	**Овощи сезонные**	60	14,99	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000		0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
	Хлеб пшеничный	40	3,20	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Итого за _Завтрак	**560**	75,65	21,07	20,16	60,04	508,03	0,34	47,99	26,30	3,20	93,05	302,16	79,21	5,42
							Обед								
52М	Салат из свеклы отварной	30	4,16	0,855	4,053	5,016	59,904	0,011	5,700		1,817	21,090	24,590	12,540	0,798
103М	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	11,25	6,685	4,922	11,360	117,073	0,139	18,225	7,500	1,915	19,108	96,310	26,832	0,967
229 М	Рыба тушеная в томатном соусе	100	35,99	12,120	12,400	32,987	293,527	0,088	0,213	88,000	0,900	279,096	213,667	19,584	1,043
302М	Рис отварной	150	11,17	4,614	6,450	48,204	269,322	0,053		32,000	0,340	7,782	100,035	32,540	0,671
648Л	Кисель фруктовый	200	7,20	0,900	0,180	18,180	82,800	0,018	36,000	0,000	0,180	12,600	12,600	7,200	2,520
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**780**	73,77	***29,654***	***28,645***	***142,995***	***956,226***	***0,407***	***60,138***	***127,500***	***5,872***	***354,676***	***512,002***	***121,296***	***7,579***
	Всего за Пятница-1	**1340**	149,42	**50,727**	**48,807**	**203,035**	**1464,253**	**0,749**	**108,126**	**153,800**	**9,075**	**447,730**	**814,162**	**200,506**	**13,001**

День/неделя: Понедельник-2															
							_Завтрак								
75М	Соленья	30	5,40	0,330	0,060	1,140	7,200	0,018	7,500		0,210	4,200	7,800	6,000	0,270
234М	Котлеты рыбные	90	35,98	10,629	10,414	11,817	183,876	0,133	0,488	21,600	3,551	42,670	118,880	21,950	0,743
302М	Рис отварной	150	11,17	4,614	6,450	48,204	269,322	0,053		32,000	0,340	7,782	100,035	32,540	0,671
382М	Какао с молоком	200	17,80	3,142	2,511	16,344	101,582	0,020	0,486	8,197	0,010	101,347	94,122	25,110	0,830
15М	**Сыр порционный**	20	14,99	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Хлеб пшеничный	40	3,20	2,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,600	0,000	0,467	13,533	19,500	3,600	0,360
	Итого за _Завтрак	**530**	88,54	25,00	24,28	92,93	694,34	0,28	9,17	100,80	4,68	301,53	415,34	94,20	3,02
							Обед								
102М	Суп картофельный с бобовыми	250	10,27	6,574	6055,000	13,716	137,298	0,105	11,336	12,580	2,051	50,067	109,554	31,525	1,609
288М	Куры отварные	80	34,24	14,493	13,547	4,151	196,610	0,087	0,798	12,000	0,436	25,120	155,960	22,460	2,165
312М	Каша пшеничная	155	9,75	3,295	5,441	22,209	151,404	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**735**	60,56	***28,842***	***6074,628***	***78,305***	***662,814***	***0,451***	***38,172***	***50,880***	***3,396***	***140,757***	***436,624***	***114,095***	***7,432***
	Всего за Понедельник-2	**1265**	149,10	**53,837**	**6098,903**	**171,230**	**1357,154**	**0,726**	**47,346**	**151,677**	**8,074**	**442,289**	**851,961**	**208,295**	**10,456**
День/неделя: Вторник-2															
							_Завтрак								
221М,326М	Запеканка творожная с морковью	160	53,80	18,370	19,091	50,482	450,975	0,182	1,918	72,000	3,941	158,615	232,382	37,440	1,091
377М	Чай с лимоном	207	4,38	0,063	0,007	15,183	62,242	0,004	2,900		0,014	7,750	9,780	5,240	0,907
14М	**Масло порциями**	20	14,99	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
	Хлеб пшеничный	20	1,60	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Итого за _Завтрак	**407**	74,77	21,55	27,47	86,36	683,79	0,25	5,62	112,00	4,68	186,81	271,16	47,48	2,50
							Обед								
103М	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	11,25	1,508	4,256	8,256	77,844	0,057	16,000		1,864	22,920	38,230	16,140	0,581
291М	Плов из кур	150	31,07	21,355	14,253	37,607	360,936	0,140	4,600	13,580	2,960	22,360	245,510	50,120	1,498
457К	Компот из сухофруктов	200	6,40	0,180	0,036	20,034	78,660	0,005	36,000	0,000	0,130	6,480	5,940	5,580	0,288
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**650**	52,72	***27,523***	***19,185***	***93,145***	***651,040***	***0,300***	***56,600***	***13,580***	***5,674***	***66,760***	***354,480***	***94,440***	***3,947***
	Всего за Вторник-2	**1057**	127,49	**49,076**	**46,653**	**179,500**	**1334,827**	**0,549**	**62,218**	**125,580**	**10,351**	**253,569**	**625,642**	**141,920**	**6,445**
День/неделя: Среда-2															
							_Завтрак								

75М	Овощи сезонные	30	5,40	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000		0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
309М	Макароны отварные	150	7,99	6,038	4,575	38,497	219,481	0,093	0,000	21,333	0,871	13,929	49,488	8,858	0,901
255М,331М	Печень по-строгановски	80	31,52	17,2672	6,9648	30,8528	256,3792	0,4128	54,144	6316,8	0,9984	34	337,904	49,952	6,8656
	Конд. Изделие (жевательный мармелад с витаминами30г.)	1шт	7,15	0,075		12,000	48,600					3,150	1,650	1,050	0,240
15М	**Сыр порционный**	20	14,99	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Хлеб пшеничный	40	2,80	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Итого за _Завтрак	**520**	72,15	31,08	16,78	115,17	741,24	0,61	70,14	6377,13	3,01	214,47	513,88	86,06	10,03
						Обед									
82 М	Борщ из свежей капусты	250	16,51	4,612	3,877	16,449	119,458	0,128	14,313	24,500	1,220	26,941	110,417	27,154	1,439
279М,330М	Тефтели куриные со сметанным соусом	110	25,80	8,829	8,083	12,253	157,952	0,101	1,672	13,020	3,096	48,672	134,821	32,975	0,872
302М	**Каша гречневая**	150	17,95	8,690	2,280	39,400	212,500	0,300	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**760**	66,56	***26,611***	***14,880***	***106,331***	***667,412***	***0,628***	***42,023***	***63,820***	***5,225***	***141,183***	***416,348***	***120,239***	***5,969***
	Всего за Среда-2	**1280**	138,71	**57,691**	**31,660**	**221,502**	**1408,654**	**1,238**	**112,167**	**6440,953**	**8,237**	**355,656**	**930,230**	**206,299**	**15,999**
День/неделя: Четверг-2															
						_Завтрак									
45М	Соленья	30	5,40	0,924	3,050	5,617	54,203	0,018	21,450	1,391	24,180	17,930	9,800	0,333	121,410
279М,330М	Тефтели куриные со сметанным соусом	80	25,80	8,601	9,769	9,668	161,407	0,096	2,597	34,775	1,272	22,190	89,948	14,218	0,915
312М	Каша пшеничная	150	9,75	3,295	5,441	22,209	151,404	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
377М	Чай с лимоном	207	4,38	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500		0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
14М	**Масло порциями**	20	14,99	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
	Хлеб пшеничный	40	3,20	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Итого за _Завтрак	**517**	63,52	15,99	26,64	67,35	575,55	0,34	53,29	102,47	26,38	113,53	236,38	57,58	124,93
						Обед									
	Икра кабачковая(т/о)	30	5,66	1,000	7,000	4,200	73,500	0,010	3,500	0,000	1,500	20,500	18,500	7,500	0,350
101М	Суп картофельный с крупой (рис)	250	11,15	1,478	4,207	8,844	79,564	0,068	16,960	0,000	1,875	20,384	41,352	17,272	0,638
268М	Шницель мясной	50	29,03	14,782	22,273	20,814	343,633	0,590	27,050		2,742	26,293	215,977	51,671	2,904
309М	Макароны отварные	155	7,99	6,038	4,575	38,497	219,481	0,093	0,000	21,333	0,871	13,929	49,488	8,858	0,901

376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**735**	60,13	***27,778***	***38,695***	***110,584***	***893,680***	***0,860***	***47,610***	***21,333***	***7,708***	***101,056***	***398,357***	***112,301***	***7,226***
	Всего за Четверг-2	**1252**	123,65	**43,772**	**65,331**	**177,933**	**1469,226**	**1,200**	**100,895**	**123,799**	**34,083**	**214,590**	**634,735**	**169,882**	**132,159**
День/неделя: Пятница-2															
							_Завтрак								
175М	Каша молочная "Дружба"	200	19,34	5,018	8,542	35,444	239,320	0,091	0,491	40,590	0,174	105,291	129,339	30,015	0,666
382М	Какао с молоком	200	17,80	3,142	2,511	16,344	101,582	0,020	0,486	8,197	0,010	101,347	94,122	25,110	0,830
	Булочка сдобная(вафли с карамельной начинкой 36г или пирожное с начинкой 32г.)	40	11,83	5,449	5,730	32,282	202,738	0,305	0,560	1,600	2,363	42,797	83,184	26,840	0,856
	Фрукты сезонные	125	14,99	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300
	Хлеб пшеничный	40	3,20	3,040	1,120	20,560	104,480	0,062	0,800	0,000	0,622	18,044	26,000	4,800	0,480
	Итого за _Завтрак	**605**	67,16	17,049	18,203	114,930	695,120	0,498	7,337	50,387	3,569	286,479	348,645	98,765	5,132
							Обед								
96М	Рассольник ленинградский	250	14,31	4,894	5,055	13,954	121,506	0,099	13,730	6,000	1,937	23,786	76,991	24,684	1,008
291М	Плов из кур	150	31,07	21,355	14,253	37,607	360,936	0,140	4,600	13,580	2,960	22,360	245,510	50,120	1,498
376М	Чай с сахаром	200	2,30			10,981	43,902	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	25	2,00	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,000	0,000	0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,00	1,320	0,240	7,928	39,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого за Обед	**650**	51,68	***30,729***	***19,948***	***89,790***	***659,944***	***0,338***	***18,430***	***19,580***	***5,617***	***66,096***	***395,541***	***101,804***	***4,939***
	Всего за Пятница-2	**1255**	118,84	**47,778**	**38,151**	**204,720**	**1355,064**	**0,836**	**25,767**	**69,967**	**9,186**	**352,575**	**744,186**	**200,569**	**10,071**
	Итого		**136**	**503,887**	**6489,506**	**1845,163**	**13571,190**	**7,896**	**804,175**	**11595,587**	**112,639**	**3392,900**	**7040,354**	**1716,909**	**230,936**

Итого за завтрак	***760,00***	***205,64***	***211,95***	***817,51***	***6 118,56***	***3,23***	***343,44***	***7 199,98***	***57,13***	***2 141,45***	***3 216,02***	***696,35***	***170,67***
Среднее значение за	***76***	***20,56***	***21,19***	***81,75***	***611,86***	***0,32***	***34,34***	***720,00***	***5,71***	***214,15***	***321,60***	***69,63***	***17,07***
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		***13%***	***31%***	***53%***									
ВыполнениеСанПиН 2020		***27%***	***27%***	***24%***	***26,04%***	***29,35%***	***57,24%***	***102,86%***	***57,13%***	***19,47%***	***29,24%***	***27,85%***	***142,22%***
ение МР, % от суточной нормы		***26%***	***27,2%***	***26%***	***27%***	***23%***	***40%***	***93%***	***51%***	***18%***	***23%***	***25%***	***128%***
Итого за обед	***600,00***	***298,25***	***6 277,56***	***1 027,65***	***7 452,63***	***4,67***	***460,74***	***4 395,61***	***55,51***	***1 251,45***	***3 824,34***	***1 020,56***	***60,27***
Среднее значение за обед	***60***	***29,82***	***627,76***	***102,77***	***745,26***	***0,47***	***46,07***	***439,56***	***5,55***	***125,14***	***382,43***	***102,06***	***6,03***
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		***16%***	***758%***	***55%***									
ВыполнениеСанПиН 2020		***39%***	***795%***	***31%***	***31,71%***	***42,43%***	***76,79%***	***62,79%***	***55,51%***	***11,38%***	***34,77%***	***40,82%***	***50,22%***
ение МР, % от суточной нормы		***38%***	***807%***	***33%***	***33%***	***33%***	***54%***	***57%***	***50%***	***11%***	***28%***	***37%***	***45%***

	Итого день	*503,89*	*6 489,51*	*1 845,16*	*13 571,19*	*7,90*	*804,18*	*11 595,59*	*112,64*	*3 392,90*	*7 040,35*	*1 716,91*	*230,94*
	Среднее значение за день	*50,39*	*648,95*	*184,52*	*1 357,12*	*0,79*	*80,42*	*1 159,56*	*11,26*	*339,29*	*704,04*	*171,69*	*23,09*
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		**15%**	**430%**	**54%**									
ВыполнениеСанПиН 2020		**65,44%**	**821,46%**	**55,08%**	**57,75%**	**71,78%**	**134,03%**	**165,65%**	**######**	**30,84%**	**64,00%**	**68,68%**	**192,45%**
ение МР, % от суточной нормы		**64%**	**834%**	**59%**	**60%**	**56%**	**94%**	**149%**	**101%**	**29%**	**51%**	**62%**	**174%**
Усредненная потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по МР 2.3.1.2432-08		*63*	*70*	*305*	*2100*	*1,1*	*60*	*700*	*10*	*1100*	*1100*	*250*	*12*
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020		*77*	*79*	*335*	*2350*	*1,1*	*60*	*700*	*10*	*1100*	*1100*	*250*	*12*
Коэффициент потерь		**0,8**	**0,9**	**0,97**		**0,8**	**0,7**	**0,9**	**0,9**	**0,95**	**0,8**	**0,9**	**0,9**
МР+потери		**78,8**	**77,8**	**314,4**	**2272,7**	**1,4**	**85,7**	**777,8**	**11,1**	**1157,9**	**1375,0**	**277,8**	**13,3**
Распределение ЭЦ				Норма									
		Завтрак	26,04%	20-25%									
		Обед	31,71%	30-35%									