

СОГЛАСОВАНО



Игумнова О.Е.

02 сентября 2024г

УТВЕРЖДАЮ



ИП Чернявская С.Н.

02 сентября 2024г

ПРОЕКТНОЕ МЕНЮ

МБОУ «МСОШ»

ВЕСНА, ЛЕТО 2024-2025 гг

Для детей возрастной группы 7 - 11 лет

(бессрочное)

Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	Завтрак																		
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/60	0,86	0,81	3,71	13,76	0,91	0,017	0,012	4,2	0	7,62	9,75	0,14	0,022	0,43	0,0022	0,00001	0,005
№ 211*	Омлет с сыром	1/150	14,04	14,44	10,46	294,4	4,16	0,24	0,063	292,5	1,5	127,82	208	20	2,4	146,6	0,01	0,009	1,02
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	3,15	2,67	20,91	90,6	1,3	0,043	0,015	45	0,1	65,77	40	8,2	0,13	64,33	0,007	0,00028	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Яблоко	1/160	0,64	0,64	7,62	75,2	12,23	0,047	0,032	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,4	0,0065	0	0,032
	Итого завтрак:	600	22,38	19,1	63,87	578,76	18,6	0,407	0,157	351,7	1,6	240,71	309,5	48,37	3,611	390,7	0,0323	0,01019	1,222
	Обед																		
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/60	1,23	1,74	8,87	24,16	0,73	0,006	0,025	8,4	0	5,62	29,88	0,12	0,024	0,68	0,013	0,0008	0,006
№ 99*	Суп из овощей со сметаной	1/200/10	1,83	8,98	11,65	115,84	1,3	0,066	0,049	13,52	0,95	68,8	39,42	16,6	0,82	77,28	0,0018	0,00033	0,015
№ 263*	Рагу из мяса	1/200	11,68	30,06	17,2	378	6,12	0,4	0,13	0	0,91	121,49	174,1	43,83	2,16	73	0,003	0,0091	0,98
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,65	0,09	32,01	132,8	0,72	0,015	0,023	0	0	32,47	23,43	17,45	0,044	109,8	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	710	19,74	41,53	94,24	772,93	8,87	0,562	0,272	21,92	1,86	245,78	314,4	85	3,101	281,2	0,0342	0,01113	1,306
	Полдник																		
№ 185*	Запеканка рисовая со сгущенным молоком	1/150/20	2,09	2,85	15,78	112,65	0,74	0,004	0,055	61,2	0,05	43,17	50,21	28,97	1,2	45	0,017	0,005	0,52
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/180	3,47	4,5	7,99	73,99	0,85	0,1	0,015	78,3	1,06	134,52	106,4	9,59	0,79	78,98	0,0039	0,0001	0,3
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
	Итого полдник:	380	7,93	7,65	38,26	256,78	1,59	0,134	0,085	139,5	1,11	184,59	172,7	41,46	2,003	133,9	0,0219	0,006	0,825
	Итого за день:		50,95	68,28	196,37	1608,47	29,06	1,103	0,514	513,1	4,57	671,08	796,6	174,8	8,715	805,8	0,0884	0,02732	3,353

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	K	I	Se	F
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/30	0,7	0,03	9,9	40,14	0	0,03	0,015	0	0	5,9	16,1	2,9	0,13	9,9	0,091	0,0009	0,005
№15*	Сыр порционный	1/15	4,26	5,32	0	38,66	0,1	0,004	0,054	31,5	0,5	80	40	8,25	0,3	15	0,0505	0,0019	0,017
№ 182*	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	1/150/5	4,14	5,62	19,63	184,54	0,65	0,068	0,095	42,36	0,24	91,14	106,85	25,37	1,77	75,43	0,009	0,003	0,14
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	45	0,027	0	0	0	0	0,99	2,52	1,26	0	4,09	0	0	0,055
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Апельсин	1/160	0,64	0,32	18,39	78,4	32,35	0,12	0,047	0	0	0,18	15,71	13,83	0,37	84,02	0,0047	0	0,013
	Итого завтрак:	560	11,123	11,548	68,1	421,4	33,127	0,252	0,231	73,86	0,74	185,21	202,11	54,34	2,596	195,44	0,0208	0,0058	0,36
Обед																			
№ 71*	Овощи свежие (помидор)	1/60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,012	0	0	6	21	9	0,048	0,56	0,0023	0	0,012
№ 113*	Суп-лапша домашняя	1/200	2,05	4,43	9,29	92,6	0,4	0,04	0,028	10	0,9	92,84	30,8	8,54	1,52	46,4	0,0042	0,0052	0,2
№ 234*	Бигочки рыбные с маслом сливочным	1/90/5	10,08	12,69	12,51	163,33	0,2	0,034	0,1	20,22	6,18	261,09	150,93	35,52	1,23	166,59	0,0011	0,0056	0,66
№ 310*	Картофель отварной с маслом сливочным	1/150/5	2,85	4,31	23,01	142,35	0,8	0,15	0,094	0	0,05	84,64	79,72	19,32	1,015	125,4	0,008	0	0,03
№ 348*	Компот из чернослива	1/180	0,34	0,1	23,6	98,4	0,44	0,0033	0,015	0	0	20,31	12,45	17,22	0,044	70,2	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	750	20,15	22,25	95,02	630,81	9,34	0,3143	0,294	30,22	7,13	482,28	342,4	96,6	3,91	429,55	0,032	0,0117	1,207
Полдник																			
№ 224***	Рагу из овощей	1/150	3,09	4,85	20,78	112,65	0,74	0,04	0,055	0	0,05	33,17	60,21	28,97	1,2	35	0,0017	0	0,052
№ 389*	Сок абрикосовый	1/180	0,9	0	22,86	95,04	2,51	0,039	0,07	0	0	36	20,7	5,76	0,27	63	0,0036	0	0,027
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
	Итого полдник:	360	6,36	5,15	58,13	277,83	3,25	0,109	0,14	0	0,05	76,07	97,01	37,83	1,483	107,9	0,0063	0,0009	0,084
	Итого за день:		37,633	38,948	221,25	1330,04	45,717	0,6753	0,665	104,08	7,92	743,56	641,52	188,57	7,989	732,89	0,0591	0,0184	1,651

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F	
Завтрак																				
Пром. выпуск	Батон	1/30	0,7	0,03	8,40	40,14	0	0,03	0,015	0	0	5,9	16,1	2,9	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005	
№ 14*	Масло порционно	1/10	0,08	4,25	3,15	48	0,21	0	0,01	40	0,012	2,4	3	0	0,25	3	0,0008	0	0,005	
№ 223*	Запеканка из творога	1/170	7,92	8,58	22	255	0,4	0,15	0,25	42,5	1,57	233,37	182,73	22,83	2,99	106,81	0,0002	0,004	0,00005	
№ 596***	Соус молочный	1/30	0,8	1,1	6,2	26,7	0,1	0,1	0,025	19,5	0,037	3,37	12,73	2,83	0,056	6,81	0,0002	0	0	
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3	0,28	63	0	0,03	0,18	100	0,65	22	36,8	4,8	0,6	56	0,0008	0,0042	0,45	
№ 382*	Какао с молоком	1/200	4,07	3,53	17,57	118,6	1,57	0,055	0,17	24,4	0,1	77,75	54,55	21,33	0,47	76,33	0,001	0,00028	0,1	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13	
Итого завтрак:		500	19,97	20,73	64,35	586,1	2,28	0,395	0,67	226,4	2,369	351,79	326,84	57,42	4,522	265,85	0,0162	0,00938	0,69005	
Обед																				
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	5,02	6	0,21	0,012	0,06	0	0	13,8	14,4	0,81	0,36	0,6	0,002	0	0,009	
№ 82*	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/200/10	1,7	4,9	13,08	87,7	1,54	0,048	0,049	13,52	0,84	70,7	43,68	20,01	0,98	148,24	0,0042	0,00021	0,024	
№ 482***	Запеканка из печени с рисом	1/200	12,66	9,76	6,81	199	8,86	0,19	1,4	1970	6,8	225,62	163,29	14,8	1,6	100,3	0,01	0,016	1,18	
№ 350*	Кисель из плодов или ягод свежих	1/180	0,42	0,11	38,61	157,62	2,43	0,006	0,011	0	0	20,65	18,5	3,85	0,024	32,63	0,004	0	0,005	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2	
Итого обед:		710	19,61	15,49	88,03	572,45	13,04	0,331	1,565	1983,5	7,64	348,17	287,37	46,47	3,017	302,17	0,0296	0,01711	1,423	
Полдник																				
№ 181*	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/150/5	3,3	6,55	29,84	185,02	0,82	0,056	0,011	45,86	0,27	44,46	83,27	14,3	1,8	52,44	0,0078	0,00001	0,08	
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Бифидок)	1/180	5,49	4,51	7,57	94,73	1,32	0,075	0,03	77,26	1,08	132,63	138,31	9,85	0,18	67,26	0,0048	0,0001	0,36	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005	
Итого полдник:		365	11,16	11,36	51,9	349,89	2,14	0,161	0,056	123,12	1,35	183,99	237,68	27,05	1,993	129,6	0,0136	0,00101	0,445	
Итого за день:			50,74	47,58	204,28	1508,44	17,46	0,887	2,291	2333	11,359	883,95	851,89	130,94	9,532	697,62	0,0594	0,0275	2,55805	

* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

день 4
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Завтрак																			
№ 71*	Овощи натуральные свежие (огурец)	1/60	0,21	0,03	0,57	3,6	0,47	0,015	0,006	0	0	5,1	9	2,2	0,015	3,8	0,0009	0	0,003
№ 305*	Рис припущенный	1/150	3,93	4,29	36,66	159,95	0	0,024	0,018	0	0,05	2,41	60,6	17	0,51	40,24	0,0017	0,00001	0,005
№ 234*	Котлеты рыбные	1/90	10,08	11,56	10,26	162,08	0,18	0,032	0,11	19,1	2,93	151,09	93,93	24,27	1,22	170,34	0,0011	0,0046	0,41
№ 365**	Соус белый основной	1/40	0,24	1,4	1,46	19,48	0,11	0,004	0,004	8	0	4,69	3,76	1,13	0,063	6,75	0	0	0,004
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	67,81	1,11	0,03	0,13	8,37	0,1	105,99	47,69	12,89	0,034	129,43	0,007	0,00016	0,065
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Итого завтрак:	570	19,42	18,95	83,43	517,72	1,87	0,165	0,303	35,47	3,08	283,18	252,01	63,12	1,881	367,46	0,0173	0,00567	0,622
Обед																			
№ 57**	Икра кабачковая пром производства для детского питания	1/60	0,72	2,83	7,62	36,5	0,5	0,015	0,03	0	0	24	22,5	5,42	0,042	0,8	0,0024	0	0,01
№ 95**	Суп с рыбными консервами	1/200	6,87	6,72	11,46	133,8	0,29	0,08	0,116	12	1,6	136,24	41,22	7,88	1,51	6	0,0026	0,002	0,025
№ 291*	Плов из курицы	1/200	16,94	12,68	39,06	310,88	3,8	0,1	0,13	19,46	0,75	157,45	175,33	31,81	1,18	84,74	0,0011	0,0033	0,48
№ 389*	Сок вишневый	1/180	1,26	0,36	20,52	90,36	2,52	0,019	0,039	0	0	30,6	32,4	8,1	0,027	65,7	0,0036	0	0,009
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	700	30,14	23,25	103,17	693,67	7,11	0,289	0,36	31,46	2,35	365,69	318,95	60,21	2,812	177,64	0,0331	0,0062	0,729
Полдник																			
Пром. выпуск	Печенье овсяное	1/20	1,87	0,71	11,43	85	0,27	0,09	0,025	6	0	16,3	10	2,3	0,7	0,5	0	0	0,015
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Ряженка)	1/180	5,21	4,49	7,56	91,8	0,53	0,036	0,22	79,82	1,56	163,2	165,6	12,88	0,17	72,54	0,0045	0,0001	0,36
	Яблоко	1/160	0,64	0,64	7,62	75,2	12,23	0,047	0,032	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,44	0,0065	0	0,032
	Итого полдник:	360	7,72	5,84	26,61	252	13,03	0,173	0,277	95,82	1,56	205,1	190,37	29,58	1,89	235,48	0,011	0,0001	0,407
	Итого за день:		57,28	48,04	213,21	1463,39	22,01	0,627	0,94	162,75	6,99	853,97	761,33	152,91	6,583	780,58	0,0614	0,01197	1,758

* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

Дань 5
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
Завтрак																			
№ 14*	Масло порционно	1/10	0,08	4,25	3,13	48	0,21	0	0,01	40	0,012	2,4	3	0	0,25	3	0,0008	0	0,005
№ 15*	Сыр порционно	1/15	4,26	5,32	0	38,66	0,1	0,004	0,054	31,5	0,5	80	40	8,25	0,3	15	0,0005	0,0019	0,017
№ 182*	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	1/180/6	3,59	5,55	30,57	185,07	0,82	0,042	0,11	43,86	0,28	91,86	87,32	21,22	1,9	65,95	0,007	0,002	0,08
№ 376*	Чай с сахаром	1/200	0,07	0,02	15	50	0,03	0	0	0	0	1,1	2,8	1,4	0	4,55	0	0	0,062
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,6	28,98	140,28	0	0,06	0,04	0	0	13,8	32,2	5,8	0,026	19,8	0,0018	0,0018	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого завтрак:	501	14,72	16,1	87,7	514	1,16	0,151	0,244	115,36	0,792	199,66	196,72	40,77	2,516	118,8	0,0185	0,0057	0,371
Обед																			
№ 52*	Салат из свеклы отварной	1/60	0,84	3,6	4,95	55,68	1,99	0,01	0,022	0	0	21,27	24,37	12,41	0,79	8	0,0074	0	0,019
№ 88*	Шницель из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1/200/10	1,97	5,95	8,66	121,44	2,62	0,054	0,049	13,52	0,5	70,32	39,2	17,7	1,46	106,6	0,0025	0,00053	0,036
№ 454***	Котлеты по-хмельовски	1/90	14,85	15,78	12,87	275,02	0,29	0,072	0,13	40,32	0,86	138,81	109,92	20,19	1,51	77,22	0,0029	0,0069	0,37
№ 367**	Соус томатный с овощами	1/40	0,58	2,83	5,03	47,96	0,94	0,011	0,014	16,64	0,03	9,44	14,69	2,39	0,0025	17,8	0	0	0,006
№ 309*	Макаронные изделия отварные	1/150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,025	0	0	4,86	37,17	7,12	0,5	30,3	0,008	0	0,002
№ 388*	Папйток из шлодов шиповника	1/180	0,67	0,27	20,75	88,2	50*	0,011	0,055	0	0	21,33	3,43	2,43	0,063	10,33	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Итого обед:	780	28,11	28,97	99,87	861,55	55,84	0,273	0,33	70,48	1,39	279,93	265,81	67,87	4,3645	267,15	0,0354	0,00833	0,708
Полдник																			
№ 224*	Запеканка из творога с морковью со сливочным молоком	1/150/20	12,01	10,41	43,29	266,59	0,65	0,12	0,37	51,23	2,97	248,44	144,28	36,01	2,65	87,41	0,0004	0,029	0,1
№ 379*	Кофейный папйток с молоком	1/180	3,15	2,67	20,91	90,6	1,3	0,043	0,015	45	0,1	65,77	40	8,2	0,13	64,33	0,007	0,00028	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
	Итого полдник:	380	17,53	13,38	78,69	427,33	1,95	0,193	0,4	96,23	3,07	321,11	200,38	47,11	2,793	161,64	0,0084	0,03018	0,135
	Итого за день:		60,36	58,45	266,26	1802,88	58,95	0,617	0,974	282,07	5,252	800,7	662,91	155,75	9,6735	547,59	0,0623	0,04421	1,214

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День: «
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
Завтрак																			
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/60	1,23	1,74	8,87	24,16	0,73	0,006	0,025	8,4	0	5,62	29,88	0,12	0,024	0,68	0,013	0,0009	0,006
№ 210*	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/145/5	10,92	15,12	8,13	267,86	3,24	0,18	0,049	250,04	1,4	99,4	161,74	15,55	1,87	98,46	0,008	0,007	0,8
№ 684***	Чай без сахара	1/180	0,44	0,11	0,088	3,11	0,22	0,0022	0,022	0	0	0,68	0,53	0,88	0	0,66	0	0	0
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Банан	1/160	2,39	0,79	33,6	153,6	12,23	0,064	0,075	20	0	12,8	22,21	67,2	0,6	95,62	0,0056	0	0,16
	Итого завтрак:	600	18,67	18,3	71,858	553,53	16,42	0,3122	0,206	278,44	1,4	132,4	251,39	89,38	2,533	212,32	0,0332	0,0087	1,101
Обед																			
№ 71*	Овощи свежис (помидор)	1/60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,012	0	0	6	21	9	0,048	0,56	0,0023	0	0,012
№ 96*	Рассольник лепниградский со сметаной	1/200/10	1,9	7,06	13,92	125,44	3,7	0,08	0,057	13,52	0,65	84,24	45,38	14,34	1,34	101,2	0,0042	0,00058	0,018
№ 229*	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/100	6,75	4,95	5,8	105	3,73	0,05	0,05	5,82	5,1	209,07	122,19	28,53	1,15	125,21	0,01	0,0097	0,51
№ 128*	Картофельное пюре	1/150	3,1	9,15	17,98	172,85	9,8	0,142	0,114	50	0,1	91,65	87,02	17,4	1,02	106,57	0,0016	0,0003	0,012
№ 348*	Компот из кураги	1/180	0,77	0,045	27,62	114,8	0,6	0,015	0,03	0	0	33,11	21,9	14,55	0,047	108	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	760	17,35	21,925	91,93	652,22	18,13	0,374	0,308	69,34	5,85	441,47	344,99	90,82	3,658	461,94	0,0335	0,01148	0,857
Полдник																			
№ 167**	Запеканка морковная	1/150	4,27	12,52	17,88	142	0,79	0,07	0,09	37,5	0,8	55,75	85,11	17,12	0,44	81	0,0021	0	0,7
№ 596***	Соус молочный	1/20	0,53	0,73	4,13	17,8	0,06	0,06	0,016	13	0,024	2,24	8,48	1,88	0,037	4,54	0,0001	0	0
№ 389*	Сок персиковый	1/180	0,48	0,16	24,62	101,89	1,15	0,017	0,017	0	0	16,2	21,06	5,26	0,33	55,86	0,0032	0	0,11
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
	Итого полдник:	380	7,65	13,71	61,12	331,83	2	0,177	0,138	50,5	0,824	81,09	130,75	27,16	0,82	151,3	0,0064	0,0009	0,815
	Итого за день:		43,67	53,935	224,908	1537,58	36,55	0,8632	0,652	398,28	8,074	654,96	727,13	207,36	7,011	825,56	0,0731	0,02108	2,773

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 7
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	В	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Sc	F
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/30	0,7	0,03	8,49	40,14	0	0,03	0,015	0	0	5,9	16,1	2,9	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005
№15*	Сыр порционнo	1/15	4,26	5,32	0	38,66	0,1	0,004	0,054	31,5	0,5	80	40	8,25	0,3	15	0,0005	0,0019	0,017
№ 182*	Каша жидкая молочная овсяная с маслом сливочным	1/150/5	3,39	6,98	21,07	160,5	0	0,06	0,03	37,8	0	9,3	22,1	7,12	1,7	0,4	0,002	0,0033	0,009
№ 377*	Чай с лимоном, с сахаром	1/180	0,12	0,02	15,2	62	52,82	0	0	0	0,15	14,2	4,4	2,4	0,35	21,3	0	0	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
№ 389*	Сок яблочный	1/180	0,9	0	18,18	76,32	3,6	0,019	0,019	7,1	0	72	12,6	6,3	0,97	75,5	0,008	0	0,027
	Итого завтрак:	580	10,69	12,59	69,62	412,28	56,52	0,143	0,138	76,4	0,65	188,4	116,13	29,7	3,476	129,1	0,0171	0,0061	0,268
Обед																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	5,02	6	0,21	0,012	0,06	0	0	13,8	14,4	0,81	0,36	0,6	0,002	0	0,009
№ 102*	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/200	4,39	4,21	13,22	108,6	3,66	0,18	0,058	13,52	0,01	34,14	70,48	18,46	1,24	88,26	0,0027	0,00075	0,016
№ 259*	Жаркое по-домашнему	1/200	12,51	17,67	28,94	307,14	3,72	0,019	0,07	0	0,91	144,85	135,14	38,54	2,41	109,14	0,002	0,009	0,99
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,65	0,09	32,01	132,8	0,72	0,015	0,023	0	0	32,47	23,43	17,45	0,044	109,8	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,6	28,98	140,28	0	0,06	0,04	0	0	13,8	32,2	5,8	0,026	19,8	0,0018	0,0018	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	730	24,75	22,99	118,19	746,81	8,31	0,331	0,281	13,52	0,92	249,56	307,05	85,16	4,12	338,1	0,0239	0,01155	1,322
Полдник																			
Пром. выпуск	Мармелад	1/15	1,07	2,5	18,43	65	0,027	0,09	0,19	7	0	0	5,1	3,3	0,07	0,3	0,0012	0	0,017
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/180	3,47	4,5	7,99	73,99	0,85	0,1	0,015	78,3	1,06	134,52	106,39	9,59	0,79	78,98	0,0039	0,0001	0,3
	Апельсин	1/160	0,64	0,32	18,39	78,4	32,35	0,12	0,047	0	0	0,18	15,71	13,83	0,37	84,02	0,0047	0	0,013
	Итого полдник:	355	5,18	7,32	44,81	217,39	33,227	0,31	0,252	85,3	1,06	134,7	127,2	26,72	1,23	163,3	0,0098	0,0001	0,33
	Итого за день.:		40,62	42,9	232,62	1376,48	98,057	0,784	0,671	175,22	2,63	572,66	550,38	141,58	8,826	630,5	0,0508	0,01775	1,92

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

Дет. 8
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Sc	F
Завтрак																			
№ 71*	Овощи натуральные свежие (огурец)	1/60	0,21	0,03	0,57	3,6	0,47	0,015	0,006	0	0	5,1	9	2,2	0,015	3,8	0,0009	0	0,003
№ 304*	Рис отварной	1/150	3,65	5,37	36,68	169,7	0	0,025	0,019	0	0,04	1,36	60,94	14,33	0,52	40,57	0,0015	0,00001	0,013
№ 234*	Биточки рыбные	1/90	8,95	12,15	11,38	160,83	0,18	0,032	0,078	17,97	5,06	151,09	89,7	24,27	1,2	174,09	0,0011	0,0036	0,64
№ 365**	Соус белый основной	1/40	0,24	1,4	1,46	19,48	0,11	0,004	0,004	8		4,69	3,76	1,13	0,063	6,75	0	0	0,004
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	3,15	2,67	20,91	90,6	1,3	0,043	0,015	45	0,1	65,77	40	8,2	0,13	64,33	0,007	0,00028	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Итого завтрак:	570	19,89	22,16	92,17	549,01	2,06	0,179	0,157	70,97	5,2	241,91	240,4	55,76	1,967	306,44	0,0171	0,00479	0,825
Обед																			
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/60	0,86	0,81	3,71	13,76	0,91	0,017	0,012	4,2	0	7,62	9,75	0,14	0,022	0,43	0,0022	0,00001	0,005
№ 112*	Суп с макаронными изделиями, картофелем	1/200	2,05	4,22	17,55	87,2	3,86	0,074	0,04	0	0	23,6	46,18	9,04	1,33	78,5	0,0026	0,00029	0,02
№ 288*	Курица отварная порционно с маслом сливочным	1/90/5	13,1	13,11	3,94	186,75	0,76	0,045	0,1	33,86	0,96	146,61	88,87	19,01	1,18	113,8	0,0011	0,0042	0,19
№ 541***	Рагу овощное	1/150	3,09	4,85	20,78	112,65	9,74	0,04	0,055	0	0,05	83,17	90,21	28,97	1,2	105	0,0017	0	0,0052
№ 388*	Напиток из плодов шиповника	1/180	0,67	0,27	20,75	88,2	50	0,011	0,055	0	0	21,33	3,43	2,43	0,063	10,33	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,6	28,98	140,28	0	0,06	0,04	0	0	13,8	32,2	5,8	0,026	19,8	0,0018	0,0018	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	775	26,49	24,22	105,73	680,83	65,27	0,292	0,332	38,06	1,01	306,63	302	69,49	3,861	338,36	0,0258	0,0063	0,5672
Полдник																			
Пром. выпуск	Вафли	1/20	1,07	2,61	15,43	77	0,21	0,03	0,1	6	0	6,3	10	3,3	0,06	0,3	0,0014	0	0,027
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Бифидок)	1/180	5,49	4,51	7,57	94,73	1,32	0,075	0,03	77,26	1,08	132,63	138,3	9,85	0,18	67,26	0,0048	0,0001	0,36
	Яблоко	1/160	0,64	0,64	7,62	75,2	12,23	0,047	0,032	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,44	0,0065	0	0,032
	Итого полдник:	360	7,2	7,76	30,62	246,93	13,76	0,152	0,162	93,26	1,08	164,53	163,1	27,55	1,26	230	0,0127	0,0001	0,419
	Итого за день:		53,58	54,14	228,52	1476,77	81,09	0,623	0,651	202,3	7,29	713,07	705,6	152,8	7,088	874,8	0,0556	0,01119	1,8112

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

Цеп. 9
Сезон: Весна-лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины:					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Sc	Р
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/30	0,7	0,03	8,49	40,14	0	0,03	0,015	0	0	5,9	16,1	2,9	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005
№ 14*	Масло порционно	1/10	0,08	4,25	3,13	48	0,21	0	0,01	40	0,012	2,4	3	0	0,25	3	0,0008	0	0,005
№ 224*	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	1/170/30	7,62	8,5	49,07	252,14	1,36	0,25	0,43	44,07	3,37	281,57	208,86	40,82	3,01	212,4	0,0005	0,009	0,00002
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3	0,28	63	0	0,03	0,18	100	0,65	22	36,8	4,8	0,6	56	0,0008	0,0042	0,45
№ 376*	Чай с сахаром	1/200	0,07	0,02	15	50	0,03	0	0	0	0	1,1	2,8	1,4	0	4,55	0	0	0,062
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Итого завтрак:	500	14,87	16,04	82,65	487,94	1,6	0,34	0,655	184,07	4,032	319,97	288,49	52,65	4,016	292,85	0,0087	0,0141	0,65202
Обед																			
№ 52*	Салат из свеклы отварной	1/60	0,84	3,6	4,95	55,68	1,99	0,01	0,022	0	0	21,27	24,37	12,41	0,79	8	0,0074	0	0,019
№ 98*	Суп крестьянский с крупой со сметаной	1/200/10	1,18	2,17	9,69	88,6	1,6	0,072	0,004	13,52	0	21,36	24,78	7,22	0,81	71,32	0,0025	0,00067	0,017
№ 256*	Мясо тушенное	1/100	15,2	4,77	2,56	225	0,18	0,03	0,09	0	0,91	221,49	179,12	45,83	2,16	74	0,0025	0,0092	0,09
№ 302*	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	4,6	6,09	38,64	243,75	0	0,2	0,11	0	0,05	34,82	203,92	75,82	2,56	109,5	0,0016	0,0007	0,64
№ 348*	Компот из изюма	1/180	0,34	0,075	29,84	122,2	0	0,075	0,021	0	0	20,31	19,35	8,11	0,044	105,1	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	760	26,51	17,365	110,19	857,36	3,77	0,462	0,292	13,52	0,96	336,65	499,04	156,39	6,417	388,32	0,0294	0,01147	1,071
Полдник																			
№ 165*	Залепанка овощная с маслом сливочным	1/150/5	4,27	12,52	18,88	131	0,79	0,08	0,09	37,5	0,8	55,75	85,11	17,12	0,44	81	0,0021	0	0,07
№ 389*	Сок виноградный	1/180	0,54	0,36	20,34	104,76	1,6	0,039	0,019	0	0	3,6	12,6	16,2	0,72	54	0,0036	0	0,018
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
	Итого полдник:	365	7,18	13,18	53,71	305,9	2,39	0,149	0,124	37,5	0,8	66,25	113,81	36,22	1,173	144,9	0,0067	0,0009	0,093
	Итого за день:		48,56	46,585	246,55	1651,2	7,76	0,951	1,071	235,09	5,792	722,87	901,34	245,26	11,606	826,07	0,0448	0,02647	1,81602

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродиформ" 2004

День 10
Сезон: Весна-Лето

№ рецептурн. сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	Г	Se	Р
Завтрак																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	5,02	6	0,21	0,012	0,06	0	0	13,8	14,4	0,81	0,36	0,6	0,002	0	0,009
№ 294*	Котлеты рубленные из курицы	1/90	15,68	15,07	14,64	157,4	0,81	0,18	0,15	48,42	0,74	163,8	72	19,98	1,02	55,78	0,0013	0,0033	0,3
№ 366**	Соев томатный	1/40	0,46	1,68	3,2	29,8	0,095	0,008	0,0072	9,6	0,03	6,35	8,89	0,6	0,0019	0,16	0	0	0,004
№ 309*	Макаронные изделия отварные	1/150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,025	0	0	4,86	37,17	7,12	0,5	30,3	0,008	0	0,002
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,66	3,17	15,81	106,74	1,41	0,049	0,15	21,96	0,09	69,98	49,09	19,19	0,42	68,69	0,0009	0,00025	0,09
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	0	0,03	0,015	0	0	6,9	16,1	2,9	0,013	9,9	0,001	0,0009	0,005
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	20,93	2,73	0,026	7	0,0056	0	0,13
	Итого завтрак:	570	29,48	20,52	86,28	573,19	2,525	0,364	0,4272	79,98	0,86	272,69	218,58	53,33	2,3409	172,43	0,0188	0,00445	0,54
Обед																			
№ 57**	Икра кабачковая пром. производства для детского питания	1/60	0,72	2,83	7,62	36,5	0,5	0,015	0,03	0	0	24	22,5	5,42	0,042	0,8	0,0024	0	0,01
№ 108,109*	Суп картофельный с клецками	1/200	4,39	4,21	13,22	108,6	3,66	0,18	0,058	15	0,02	34,14	70,48	18,46	1,3	88,26	0,0027	0,00075	0,16
№ 268*	Шницель из говядины с маслом сливочным	1/90/5	14,85	15,78	12,87	275,02	0,29	0,072	0,13	40,32	0,86	138,81	109,92	20,19	1,51	77,22	0,0029	0,0069	0,87
№ 321*	Калуста тушеная	1/150	3,09	4,85	10,78	112,65	9,74	0,04	0,055	0	0,05	83,17	60,21	30,97	1,21	106,4	0,0016	0	0,05
№ 350*	Кисель из плодов или ягод свежих	1/180	0,42	0,11	38,61	157,62	2,43	0,006	0,011	0	0	20,65	18,5	3,85	0,024	32,63	0,004	0	0,005
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,6	28,98	140,28	0	0,06	0,04	0	0	13,8	32,2	5,8	0,026	19,8	0,0018	0,0018	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	775	30,19	28,74	122,1	882,66	16,62	0,418	0,354	55,32	0,93	325,07	345,21	88,79	4,152	335,61	0,0238	0,00945	1,302
Полдник																			
Пром. выпуск	Зефир	1/20	1,97	4,5	18,43	95	0,27	0,09	0,19	7	0	6,3	11	3,3	0,07	0,3	0,0012	0	0,017
№ 684***	Чай без сахара	1/180	0,39	0,099	0,079	2,79	0,19	0,0019	0,019	0	0	0,61	0,47	0,79	0	0,59	0	0	0
	Банан	1/160	2,39	0,79	33,6	153,6	12,23	0,064	0,075	20	0	12,8	22,21	67,2	0,6	95,62	0,0056	0	0,16
	Итого полдник:	360	4,75	5,389	52,109	251,39	12,69	0,1559	0,284	27	0	19,71	33,68	71,29	0,67	96,51	0,0068	0	0,177
	Итого за день:		64,42	54,649	260,489	1707,24	31,835	0,9379	1,0652	162,3	1,79	617,47	597,47	213,41	7,1629	604,55	0,0494	0,0139	2,019

* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептур на продукцию для питания детей в домашних образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
НОРМА завтрак 20-25%	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	12-15	0,24-0,3	0,28-0,35	140-175	2-2,5	220-275	220-275	50-62,5	2,4-3	220-275	0,02-0,025	0,006-0,0075	0,6-0,75
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтрак 20-25%</i>	18,1213	17,6038	77,0028	519,393	13,6162	0,27082	0,31882	149,26	2,0723	241,592	240,221	54,484	2,94589	245,142	0,02	0,007488	0,665107
НОРМА обед 30-35%	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25	705-822,5	18-21	0,36-0,42	0,42-0,49	210-245	3-3,5	330-385	330-385	75-87,5	3,6-4,2	330-385	0,03-0,035	0,009-0,0105	0,9-1,05
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней обеды 30-35%</i>	24,304	24,673	102,847	735,129	20,63	0,36463	0,4388	232,736	3,004	338,123	332,721	84,68	3,94125	332	0,03007	0,010472	1,04922
НОРМА полдники 10-15%	7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,25	235-352,5	6-9	0,12-0,18	0,14-0,21	70-105	1-1,5	110-165	110-165	25-37,5	1,2-1,8	110-165	0,01-0,015	0,0003-0,0045	0,3-0,45
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней полдники 10-15%</i>	8,266	9,0739	49,5959	291,727	8,6027	0,17139	0,1918	74,823	1,0904	143,714	146,666	37,177	1,5315	155,451	0,01036	0,004019	0,373
Итого 10 дней норма завтраки, обеды и полдники 60-75%	46,2-57,75	47,4-59,25	201-251,25	1410-1762,5	36-45	0,72-0,9	0,84-1,05	420-525	6-7,5	660-825	660-825	150-187,5	7,2-9	660-825	0,06-0,075	0,018-0,022	1,8-2,25
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки, обеды и полдники 60-75%</i>	50,6913	51,3507	229,4457	1546,249	42,8489	0,80684	0,94942	456,819	6,1667	723,429	719,608	176,341	8,41864	732,593	0,06043	0,021979	2,087327

Суммарные объемы блюд по приемам пищи 7-11 лет

	Завтрак	Обед	Полдник
1 день	640	720	365
2 день	610	800	300
3 день	500	740	370
4 день	600	765	365
5 день	600	785	385
6 день	610	800	385
7 день	640	810	340
8 день	600	805	360
9 день	505	810	300
10 день	506	840	370
Средняя норма	500	700	300
Фактическое среднее значение за 10 дней	581,1	787,5	354