Оренбургская область - 1 вариант

Таблица 1

Основное меню для детей в возрасте 7-11 лет

№ рецептуры[1]	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин)[2]	140	1,1	0,3	10,5	49
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**625**	**18,5**	**16,7**	**81,7**	**550,5**
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (Расчет: помидор)[4]	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-4с	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	199,7
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**810**	**30,4**	**26,4**	**107,5**	**787,9**
	Итого за день	**1435**	**48,9**	**43,1**	**189,2**	**1338,4**
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-2з	Овощи в нарезке (Расчет: огурец)[4]	30	0,2	0	0,6	3,2
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	100	2,9	2,9	16,5	103,9
54-1о	Омлет натуральный	75	6,3	9	1,6	112,8
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко)[2]	120	0,5	0,5	11,8	53,3
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**595**	**19,7**	**16,6**	**73,5**	**521,8**
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок[1]	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-31хн	Компот из клубники	200	0,1	0	7,2	29,3
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**820**	**29**	**23,1**	**105,5**	**745,4**
[1] - в период с 1 марта заменяется на 54-21з-2020 «Кукуруза сахарная»						
	Итого за день	**1415**	**48,7**	**39,7**	**179**	**1267,2**

№ рецептуры[1]	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Калорийность Ккал
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
Пром.	Фрукт (Расчет: груша)[2]	150	0,6	0,5	15,5	68,3
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**620**	**15,6**	**12,4**	**92,2**	**542,3**
	Обед					
54-4з	Овощи в нарезке (Расчет: перец)[4]	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
54-31м	Оладьи из печени по-кунцевски	90	15,7	10,2	14	210,9
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**790**	**33,7**	**19,4**	**121**	**791,7**
	Итого за день	**1410**	**49,3**	**31,8**	**213,2**	**1334**
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	100	3,6	4,7	17	124,5
54-1т	Запеканка из творога	75	14,8	5,3	10,8	150,6
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин)[2]	100	0,8	0,2	7,5	35
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Пром.	Джем из абрикосов	10	0,1	0	7,2	29
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
	Итого за Завтрак	**555**	**24,6**	**10,9**	**79,4**	**514,1**
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (Расчет: помидор)[4]	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-8с	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**810**	**36,7**	**15,8**	**117,3**	**756,7**
	Итого за день	**1365**	**61,3**	**26,7**	**196,7**	**1270,8**
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый[4]	30	0,9	0,1	1,8	11,1
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5
Пром.	Фрукт (Расчет: банан)[2]	150	2,3	0,8	31,5	141,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**600**	**21,2**	**19,7**	**73,6**	**554,5**
	Обед					
54-28з	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2

№ рецептуры[1]	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,5	14	2,1	188,3
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**790**	**31,3**	**25,6**	**93,7**	**729,8**
	Итого за день	**1390**	**52,5**	**45,3**	**167,3**	**1284,3**
	Суббота, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-23к	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6,9	5,8	32,1	208,3
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко)[2]	150	0,6	0,6	14,7	66,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**635**	**20**	**14,4**	**88,5**	**562,8**
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (Расчет: огурец)[4]	60	0,4	0	1,1	6,3
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-24м	Шницель из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-1соус	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,7	18,6
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**810**	**37,6**	**18,5**	**109,2**	**754,2**
	Итого за день	**1445**	**57,6**	**32,9**	**197,7**	**1317**
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин)[2]	140	1,1	0,3	10,5	49
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**610**	**19,2**	**14,6**	**91,1**	**572,5**
	Обед					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью[1]	60	1	6,1	5,8	81,5
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	**705**	**25,4**	**27,1**	**93,4**	**718**
[1] - в период с 1 марта заменяется на 54-21з-2020 «Кукуруза сахарная»						
	Итого за день	**1315**	**44,6**	**41,7**	**184,5**	**1290,5**
	Вторник, 2 неделя					

№ рецептуры[1]	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Завтрак					
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	100	4,3	5,6	17,1	136,4
54-4о	Омлет с сыром	75	9,5	12,6	1,5	157,9
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко)[2]	120	0,5	0,5	11,8	53,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**565**	**19,6**	**19,5**	**67,5**	**523,7**
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (Расчет: огурец)[4]	60	0,4	0	1,1	6,3
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-5м	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**810**	**35**	**17,6**	**111,6**	**744**
	Итого за день	**1375**	**54,6**	**37,1**	**179,1**	**1267,7**
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
Пром.	Фрукт (Расчет: груша)[2]	150	0,6	0,5	15,5	68,3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
	Итого за Завтрак	**620**	**15,5**	**9,9**	**90,2**	**510,3**
	Обед					
54-27з	Морковь отварная дольками	60	0,8	2	4,1	37,6
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
54-7м	Шницель из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,7
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	**765**	**40,4**	**26**	**93,4**	**768,5**
	Итого за день	**1385**	**55,9**	**35,9**	**183,6**	**1278,8**
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	100	4,1	4,6	19,3	135,1
54-1т	Запеканка из творога	75	14,8	5,3	10,8	150,6
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин)[2]	100	0,8	0,2	7,5	35
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Джем из абрикосов	10	0,1	0	7,2	29
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**555**	**25,1**	**10,8**	**81,7**	**524,7**

№ рецептуры[1]	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Обед					
54-28з	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2
54-9с	Суп фасолевый	200	6,8	4,6	14,4	125,9
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	90	15,1	14,3	6	212,8
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**770**	**31,4**	**25,2**	**94,5**	**729,6**
	Итого за день	**1325**	**56,5**	**36**	**176,2**	**1254,3**
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый[4]	30	0,9	0,1	1,8	11,1
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5
Пром.	Фрукт (Расчет: банан)[2]	150	2,3	0,8	31,5	141,8
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**600**	**22,6**	**20,7**	**75,6**	**577,5**
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (Расчет: помидор)[4]	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-29м	Фрикадельки из говядины	90	12,3	10,9	6,1	172
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**810**	**30,7**	**23,2**	**104,5**	**748,5**
	Итого за день	**1410**	**53,3**	**43,9**	**180,1**	**1326**
	Суббота, 2 неделя					
	Завтрак					
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	100	3,6	4,7	17	124,5
54-6т	Сырники	75	14,7	4,3	12,3	146,8
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко)[2]	150	0,6	0,6	14,7	66,6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	**595**	**24,2**	**10,4**	**81,1**	**514**
	Обед					
54-4з	Овощи в нарезке (Расчет: перец)[4]	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-4соус	Соус сметанный натуральный	20	0,6	3,3	1,3	37,2
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**810**	**44,6**	**15,2**	**105,3**	**735,7**

№ рецептуры[1]	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Итого за день	**1405**	**68,8**	**25,6**	**186,4**	**1249,7**
Средние показатели за Завтрак		597,92	20,48	14,72	81,34	539,06
Средние показатели за Обед		791,67	33,85	21,93	104,74	750,83
Средние показатели за период		1389,6	54,3	36,7	186,1	1289,9

Примечание:
№ рецептуры[1] - номера рецептур из перечня блюд;
Фрукт[2] - допускается выдача иных фруктов по сезону;
Овощи в нарезке, горошек зеленый, кукуруза сахарная[4] - допускается выдача иных овощей;

Таблица 2

Информация о пищевой, энергетической и витаминно-минеральной ценности меню

Показатели	Фактические значения по меню	Рекомендуемые значения на сутки	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Энергетическая ценность, ккал	1289,9	2350	54,9
Витамин С, мг	69,6	60	116,0
Витамин В1, мг	0,7	1,2	58,3
Витамин В2, мг	0,9	1,4	64,3
Витамин А, мкг рэ	418,4	700	59,8
Кальций, мг	605	1100	55,0
Фосфор, мг	804,9	1100	73,2
Магний, мг	225,3	250	90,1
Железо, мг	13	12	108,3
Калий, мг	825	1100	75,0
Йод, мкг	130,6	100	130,6
Селен, мкг	62	30	206,7

Таблица 3

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Хлеб ржаной	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	300	25
Сухари панировочные	-	-	-	3	-	-	-	-	-	3	-	-	5,2	0,4
Хлеб пшеничный	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	540	45
Мука пшеничная в/с	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	5	0,4
Крупа кукурузная	-	20	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	60	5
Крупа манная	-	-	-	5	-	-	-	-	-	5	-	6	15,2	1,3
Крупа овсяная	50	-	-	-	-	-	-	25	-	-	-	-	75	6,3
Крупа пшеничная	-	-	-	-	-	40	-	-	-	25	-	-	65	5,4
Крупа ячневая	-	-	-	22	-	-	-	-	-	-	-	22	44,4	3,7
Крупа пшенная	-	-	50	-	-	-	50	-	-	-	-	-	100	8,3
Огурец	-	28	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28,1	2,3
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	47	-	-	-	-	-	47	-	93	7,8
Джем из абрикосов	-	-	-	10	-	-	-	-	-	10	-	-	20	1,7
Банан	-	-	-	-	150	-	-	-	-	-	150	-	300	25
Груша	-	-	150	-	-	-	-	-	150	-	-	-	300	25
Лимон	-	-	-	-	7	-	-	7	-	-	-	7	22,5	1,9
Мандарин	140	-	-	100	-	-	140	-	-	100	-	-	480	40
Яблоко	-	120	-	-	-	150	-	120	-	-	-	150	540	45
Молоко	100	209	154	55	58	200	234	77	200	53	108	55	1502,1	125,2
Творог	-	-	-	70	-	-	-	-	-	70	-	68	207	17,3
Сыр	16	-	-	-	-	16	-	17	-	-	-	-	48,5	4
Сметана	-	-	-	3	-	-	-	-	-	3	-	3	7,7	0,6
Масло сливочное	10	8	10	8	12	5	10	10	5	8	12	6	102,9	8,6
Яйцо куриное	-	51	-	2	102	-	-	47	-	2	102	3	308,1	25,7
Сахар-песок	10	9	10	13	7	10	10	9	10	13	7	13	119,5	10
Чай черный	1	-	1	1	1	-	-	1	-	1	1	1	8	0,7
Какао-порошок	-	5	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	10	0,8
Кофейный напиток	-	-	-	-	-	5	-	-	5	-	-	-	10	0,8

Наименование пищевой продукции	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Соль йодированная	1	0,7	1	0,7	0,5	1	1	0,7	1	0,7	0,5	0,7	9,4	0,8
Ванилин	-	-	-	0	-	-	-	-	-	0	-	0,01	0	0

Таблица 4

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню обедов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ОБЕД												Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Хлеб ржаной	30	30	30	30	30	30	15	30	15	30	30	30	330	27,5
Хлеб пшеничный	60	68	60	71	60	71	30	71	47	40	74	71	723,3	60,3
Сухари панировочные	-	-	-	10	-	10	-	10	10	-	-	10	49,8	4,2
Мука пшеничная в/с	9	2	15	9	3	1	-	9	1	1	1	3	53,1	4,4
Крупа рисовая	9	54	-	-	-	-	58	-	-	-	4	-	125,4	10,5
Крупа перловая	-	-	50	-	-	-	-	8	-	-	-	-	58	4,8
Крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	69	-	-	-	-	-	-	69	5,8
Фасоль	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	16	1,3
Горох	-	-	-	16	-	-	-	-	75	-	-	75	166	13,8
Макаронные изделия в/с	-	-	8	-	51	-	-	-	-	-	51	-	110	9,2
Картофель(01.09-31.10)	263	22	109	250	-	22	82	209	22	226	82	-	1284,8	107,1
Картофель(31.10-31.12)	281	23	116	266	-	23	87	223	23	241	87	-	1369,6	114,1
Картофель(31.12-28.02)	300	25	124	284	-	25	93	238	25	257	93	-	1463,9	122
Картофель(29.02-01.09)	325	27	134	308	-	27	101	258	27	279	101	-	1586,9	132,2
Огурец соленый	15	-	-	-	-	-	15	-	-	-	15	-	45	3,8
Томат	68	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	-	203,4	17
Свекла(01.09-31.12)	-	40	-	-	82	40	-	-	40	82	-	-	283,6	23,6
Свекла(01.01-31.08)	-	44	-	-	89	44	-	-	44	89	-	-	308,3	25,7
Петрушка (корень)	1	1	-	3	2	1	-	-	1	-	1	1	9,2	0,8
Перец сладкий	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	-	68	135,6	11,3
Огурец	-	-	-	-	-	56	-	56	-	-	-	-	112,5	9,4
Морковь(01.09-31.12)	10	86	22	10	18	13	43	10	94	13	12	10	339,9	28,3
Морковь(01.01-31.08)	11	93	24	11	20	14	46	11	103	14	13	11	369,7	30,8

Наименование пищевой продукции	ОБЕД												Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Лук репчатый	22	20	10	11	12	10	20	10	11	10	11	10	157,5	13,1
Капуста белокочанная	20	20	-	-	70	20	63	30	20	-	-	70	313	26,1
Томатное пюре	-	6	-	-	1	6	-	-	6	-	4	1	24,4	2
Смородина черная	-	-	-	-	32	-	-	-	-	-	32	-	64,2	5,4
Клубника	-	21	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21,4	1,8
Яблоко	-	20	-	-	-	45	-	-	45	-	-	25	135,4	11,3
Вишня	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	20	1,7
Чернослив	27	-	-	-	-	-	-	-	-	27	-	-	53,5	4,5
Смесь сухофруктов	-	-	-	27	-	-	-	27	-	-	-	-	53,5	4,5
Курага	-	-	21	-	-	-	21	-	-	-	-	-	42,8	3,6
Говядина 1 категории	77	-	-	-	82	-	73	-	87	-	73	-	393,3	32,8
Печень говяжья	-	-	75	-	-	-	-	-	-	88	-	-	162,5	13,5
Куриная грудка (филе)	-	-	-	76	-	76	-	76	-	-	-	76	303,8	25,3
Минтай (филе)	-	76	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75,7	6,3
Молоко	58	30	-	60	-	15	-	80	21	24	-	15	304,3	25,4
Сметана	10	10	-	-	33	20	10	10	10	30	10	30	172,5	14,4
Масло сливочное	1	11	17	1	8	7	8	2	10	8	10	1	85,1	7,1
Масло подсолнечное	12	10	2	11	4	7	10	11	4	12	4	7	92,7	7,7
Яйцо куриное	-	14	17	-	-	-	-	-	-	-	-	-	31,1	2,6
Сахар-песок	7	9	7	7	7	9	10	7	9	7	8	7	93,5	7,8
Соль йодированная	1,3	1,5	1,04	1,05	1	1,05	1,3	1,1	1,05	2,3	1,3	1,1	15	1,3
Лавровый лист	0,1	0,04	0,04	0,14	0,04	0,04	0,04	0,04	0,14	0,04	0,04	0,04	0,8	0,1
Кислота лимонная	-	0,2	-	-	0,1	0,2	0,1	-	0,2	0,1	-	-	0,9	0,1

Таблица 5

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ												Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Хлеб ржаной	55	55	55	55	55	55	40	55	40	55	55	55	630	52,5
Хлеб пшеничный	105	113	105	116	105	116	75	116	92	85	119	116	1263,3	105,3
Сухари панировочные	-	-	-	13	-	10	-	10	10	3	-	10	55	4,6
Мука пшеничная в/с	9	2	15	9	3	1	-	9	1	1	1	8	58,1	4,8
Крупа пшеничная	-	-	-	-	-	40	-	-	-	25	-	-	65	5,4
Крупа перловая	-	-	50	-	-	-	-	8	-	-	-	-	58	4,8
Крупа овсяная	50	-	-	-	-	-	-	25	-	-	-	-	75	6,3
Крупа манная	-	-	-	5	-	-	-	-	-	5	-	6	15,2	1,3
Крупа кукурузная	-	20	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	60	5
Крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	69	-	-	-	-	-	-	69	5,8
Фасоль	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	16	1,3
Горох	-	-	-	16	-	-	-	-	75	-	-	75	166	13,8
Крупа рисовая	9	54	-	-	-	-	58	-	-	-	4	-	125,4	10,5
Крупа ячневая	-	-	-	22	-	-	-	-	-	-	-	22	44,4	3,7
Крупа пшенная	-	-	50	-	-	-	50	-	-	-	-	-	100	8,3
Макаронные изделия в/с	-	-	8	-	51	-	-	-	-	-	51	-	110	9,2
Картофель(01.09-31.10)	263	22	109	250	-	22	82	209	22	226	82	-	1284,8	107,1
Картофель(31.10-31.12)	281	23	116	266	-	23	87	223	23	241	87	-	1369,6	114,1
Картофель(31.12-28.02)	300	25	124	284	-	25	93	238	25	257	93	-	1463,9	122
Картофель(29.02-01.09)	325	27	134	308	-	27	101	258	27	279	101	-	1586,9	132,2
Огурец соленый	15	-	-	-	-	-	15	-	-	-	15	-	45	3,8
Томат	68	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	-	203,4	17
Свекла(01.09-31.12)	-	40	-	-	82	40	-	-	40	82	-	-	283,6	23,6
Свекла(01.01-31.08)	-	44	-	-	89	44	-	-	44	89	-	-	308,3	25,7
Петрушка (корень)	1	1	-	3	2	1	-	-	1	-	1	1	9,2	0,8
Перец сладкий	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	-	68	135,6	11,3
Огурец	-	28	-	-	-	56	-	56	-	-	-	-	140,6	11,7
Морковь(01.09-31.12)	10	86	22	10	18	13	43	10	94	13	12	10	339,9	28,3
Морковь(01.01-31.08)	11	93	24	11	20	14	46	11	103	14	13	11	369,7	30,8

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ												Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Лук репчатый	22	20	10	11	12	10	20	10	11	10	11	10	157,5	13,1
Капуста белокочанная	20	20	-	-	70	20	63	30	20	-	-	70	313	26,1
Томатное пюре	-	6	-	-	1	6	-	-	6	-	4	1	24,4	2
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	47	-	-	-	-	-	47	-	93	7,8
Джем из абрикосов	-	-	-	10	-	-	-	-	-	10	-	-	20	1,7
Смородина черная	-	-	-	-	32	-	-	-	-	-	32	-	64,2	5,4
Клубника	-	21	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21,4	1,8
Яблоко	-	140	-	-	-	195	-	120	45	-	-	175	675,4	56,3
Мандарин	140	-	-	100	-	-	140	-	-	100	-	-	480	40
Лимон	-	-	-	-	7	-	-	7	-	-	-	7	22,5	1,9
Груша	-	-	150	-	-	-	-	-	150	-	-	-	300	25
Вишня	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	20	1,7
Банан	-	-	-	-	150	-	-	-	-	-	150	-	300	25
Курага	-	-	21	-	-	-	21	-	-	-	-	-	42,8	3,6
Смесь сухофруктов	-	-	-	27	-	-	-	27	-	-	-	-	53,5	4,5
Чернослив	27	-	-	-	-	-	-	-	-	27	-	-	53,5	4,5
Говядина 1 категории	77	-	-	-	82	-	73	-	87	-	73	-	393,3	32,8
Печень говяжья	-	-	75	-	-	-	-	-	-	88	-	-	162,5	13,5
Куриная грудка (филе)	-	-	-	76	-	76	-	76	-	-	-	76	303,8	25,3
Минтай (филе)	-	76	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75,7	6,3
Молоко	158	239	154	115	58	215	234	157	221	77	108	70	1806,3	150,5
Творог	-	-	-	70	-	-	-	-	-	70	-	68	207	17,3
Сыр	16	-	-	-	-	16	-	17	-	-	-	-	48,5	4
Сметана	10	10	-	3	33	20	10	10	10	33	10	33	180,2	15
Масло сливочное	11	20	27	9	20	12	18	12	15	16	22	7	188	15,7
Масло подсолнечное	12	10	2	11	4	7	10	11	4	12	4	7	92,7	7,7
Яйцо куриное	-	65	17	2	102	-	-	47	-	2	102	3	339,2	28,3
Сахар-песок	17	18	17	20	14	19	20	16	19	20	15	20	213	17,8
Чай черный	1	-	1	1	1	-	-	1	-	1	1	1	8	0,7
Какао-порошок	-	5	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	10	0,8
Кофейный напиток	-	-	-	-	-	5	-	-	5	-	-	-	10	0,8
Соль йодированная	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	24,4	2
Лавровый лист	0,14	0,04	0,04	0,14	0,04	0,04	0,04	0,04	0,14	0,04	0,04	0,04	0,8	0,1
Кислота лимонная	-	0,2	-	-	0,1	0,2	0,1	-	0,2	0,1	-	-	0,9	0,1
Ванилин	-	-	-	0	-	-	-	-	-	0	-	0,01	0	0