

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МАОУ «СОШ №3»  
 С.В.Дектерева  
«  »    2024 г



УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор  
ООО «Академия питания»  
 В.Ю.Лыкова  
«  »    2024 г



# ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 5-11 КЛАССОВ  
С ЗАБОЛЕВАНИЕМ «Сахарный диабет»  
МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА МЕГИОН  
(НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

День: 1 понедельник

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст /-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг					Расчет углеводов	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г		ХЕ
<b>Завтрак</b>																					
гтк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.без сахара	205	5,56	7,77	32,00	245,0	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65	0,58	
гтк243	Хлеб дарн. с колбасными изделиями и сыром	70	4,50	6,90	10,56	192,00	19,10	147,80	32,20	155,7	0,80	0,00	2,90	0,14	0,07	0,06	0,01	74,00	0,25	2,30	
гк37	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	3,77	2,50	6,12	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50	0,50	
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20	0,63	
	<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>14,53</b>	<b>17,27</b>	<b>56,18</b>	<b>626,28</b>	<b>483,28</b>	<b>545,80</b>	<b>212,20</b>	<b>208,10</b>	<b>2,35</b>	<b>9,70</b>	<b>12,26</b>	<b>209,8</b>	<b>0,48</b>	<b>0,38</b>	<b>51,57</b>	<b>248,0</b>	<b>3,60</b>	<b>4,01</b>	
<b>Обед</b>																					
гтк 29	Салат из свеклы отварной	60	0,80	3,10	4,60	67,00	125,70	21,00	12,00	22,00	1,10	2,30	0,25	7,20	0,01	0,01	5,00	0,00	0,00	0,38	
гтк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,00	4,10	12,00	73,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65	1,00	
гтк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	90/50	10,80	11,10	8,00	176,00	259,00	140,00	22,00	340,00	2,00	5,30	2,70	37,50	0,12	0,12	4,00	0,02	0,20	0,90	
гк296,2004	Каша перловая рассыпчатая	100	7,60	5,61	24,80	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01	2,07	
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56	
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24	
	<b>Итого:</b>	<b>960</b>	<b>25,50</b>	<b>24,45</b>	<b>71,08</b>	<b>656,43</b>	<b>1024,9</b>	<b>243,20</b>	<b>341,90</b>	<b>888,90</b>	<b>10,04</b>	<b>17,82</b>	<b>9,83</b>	<b>82,20</b>	<b>0,57</b>	<b>0,19</b>	<b>41,00</b>	<b>20,28</b>	<b>0,86</b>	<b>6,15</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>40,03</b>	<b>41,72</b>	<b>127,26</b>	<b>1282,7</b>	<b>1508,1</b>	<b>789,00</b>	<b>554,10</b>	<b>1097,0</b>	<b>12,39</b>	<b>27,52</b>	<b>22,09</b>	<b>292,0</b>	<b>1,05</b>	<b>0,57</b>	<b>92,57</b>	<b>268,3</b>	<b>4,5</b>	<b>10,2</b>	

для обучающихся 5-11 классоввозраст старше 12 лет

С заболеванием сахарный диабет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг					Расчет углеводов	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г		ХЕ
<b>Завтрак</b>																					
гтк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.без сахара	205	5,56	7,77	32,00	245,0	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65	0,58	
гтк243	Хлеб дарн. с колбасными изделиями и сыром	70	4,50	6,90	10,56	192,00	19,10	147,80	32,20	155,7	0,80	0,00	2,90	0,14	0,07	0,06	0,01	74,00	0,25	2,30	
гк37	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	3,77	2,50	6,12	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50	0,50	
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие( мандарины)	130	0,70	0,10	7,50	32,30	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20	0,63	
	<b>Итого:</b>	<b>605,00</b>	<b>14,53</b>	<b>17,27</b>	<b>56,18</b>	<b>620,58</b>	<b>483,28</b>	<b>545,80</b>	<b>212,20</b>	<b>208,10</b>	<b>2,35</b>	<b>9,70</b>	<b>12,26</b>	<b>209,8</b>	<b>0,48</b>	<b>0,38</b>	<b>51,57</b>	<b>248,0</b>	<b>3,60</b>	<b>4,01</b>	
<b>Обед</b>																					
гтк 174	Салат из свеклы с яблоками	100	1,30	5,16	12,50	101,70	209,50	35,00	20,00	36,70	1,80	3,83	0,41	12,00	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00	1,04	
гтк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,00	4,10	12,00	73,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65	1,00	
гтк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	100	12,25	13,00	9,50	295,00	195,00	170,50	27,50	425,00	2,50	5,90	3,00	41,70	0,15	0,01	5,00	0,03	0,01	0,79	
гк296,2004	Каша перловая рассыпчатая	100	7,60	5,61	24,80	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01	2,07	
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56	
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24	
	<b>Итого:</b>		<b>27,45</b>	<b>28,41</b>	<b>80,48</b>	<b>810,13</b>	<b>1044,7</b>	<b>287,70</b>	<b>355,40</b>	<b>988,6</b>	<b>11,24</b>	<b>19,95</b>	<b>10,29</b>	<b>91,2</b>	<b>0,61</b>	<b>0,08</b>	<b>45,30</b>	<b>20,29</b>	<b>0,67</b>	<b>6,70</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>41,98</b>	<b>45,68</b>	<b>136,66</b>	<b>1430,7</b>	<b>1527,9</b>	<b>833,50</b>	<b>567,60</b>	<b>1196,7</b>	<b>13,59</b>	<b>29,65</b>	<b>22,55</b>	<b>301,0</b>	<b>1,09</b>	<b>0,46</b>	<b>96,87</b>	<b>268,3</b>	<b>4,27</b>	<b>10,71</b>	

День: 2 вторник

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рег.		D,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
скур.18	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	1,90	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	0,00	0,00	0,16
гтк151	Рагу из говядины	200	19,24	20,68	20,00	416,88	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00	1,68
гтк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.) без сахара	200	0,44	0,05	2,51	12,25	8,00	4,20	1,19	9,00	0,21	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00	0,21
гтк239	Хлеб северный (с ламин)	25	1,16	0,23	10,25	41,00	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35	0,85
	<b>Итого:</b>	<b>712</b>	<b>21,39</b>	<b>21,06</b>	<b>34,66</b>	<b>482,13</b>	<b>846,00</b>	<b>47,04</b>	<b>107,19</b>	<b>322,25</b>	<b>5,6</b>	<b>7,29</b>	<b>1,98</b>	<b>69,59</b>	<b>0,29</b>	<b>0,15</b>	<b>107,00</b>	<b>9,30</b>	<b>0,35</b>	<b>2,90</b>
<b>Обед</b>																				
гтк185	Салат "Нежность"	60	2,28	4,86	4,50	70,80	73,90	19,20	19,80	33,60	0,60	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3,00	0,91	0,31	0,37
гтк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	7,34	2,72	23,21	119,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00	1,93
гтк132	Зразы рубленные из говядины	90	11,81	15,60	9,50	265,00	227,60	28,00	24,00	273,00	2,00	5,79	0,50	60,50	0,08	0,09	6,00	0,08	0,00	0,80
гтк15	Капуста тушеная	150	1,80	2,30	10,80	109,00	423,30	90,00	29,00	59,00	1,20	4,49	0,44	14,96	0,04	0,05	27,00	0,11	0,00	0,90
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гк14	Компот из яблок без сахара	200	0,16	0,16	4,24	19,04	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00	0,35
	<b>Итого:</b>	<b>830</b>	<b>26,69</b>	<b>26,08</b>	<b>71,03</b>	<b>675,82</b>	<b>1091,2</b>	<b>384,68</b>	<b>319,99</b>	<b>628,57</b>	<b>7,25</b>	<b>32,48</b>	<b>20,82</b>	<b>227,8</b>	<b>0,48</b>	<b>0,30</b>	<b>60,29</b>	<b>27,30</b>	<b>0,31</b>	<b>5,91</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48,1</b>	<b>47,14</b>	<b>105,69</b>	<b>1158,0</b>	<b>1937,2</b>	<b>431,72</b>	<b>427,18</b>	<b>950,82</b>	<b>12,9</b>	<b>39,77</b>	<b>22,80</b>	<b>297,4</b>	<b>0,77</b>	<b>0,45</b>	<b>167,29</b>	<b>36,60</b>	<b>0,66</b>	<b>8,81</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углевод	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рег.		D,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,10	0,20	4,68	24,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00	0,39
гтк151	Рагу из говядины	225	21,00	22,30	25,00	475,00	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00	1,68
гтк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.) без сахара	200	0,44	0,05	2,51	12,25	8,00	4,20	1,19	9,00	0,21	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00	0,21
гтк239	Хлеб северный (с ламин)	25	1,16	0,23	10,25	41,00	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35	0,85
	<b>Итого:</b>	<b>782</b>	<b>23,70</b>	<b>22,78</b>	<b>42,44</b>	<b>552,25</b>	<b>942,6</b>	<b>60,44</b>	<b>118,39</b>	<b>346,65</b>	<b>6,4</b>	<b>7,59</b>	<b>2,11</b>	<b>76,3</b>	<b>0,31</b>	<b>0,16</b>	<b>120,00</b>	<b>9,30</b>	<b>0,35</b>	<b>3,13</b>
<b>Обед</b>																				
гтк185	Салат "Нежность"	100	3,80	8,10	7,50	118,00	118,00	19,20	19,80	33,60	0,60	5,43	6,85	25,80	0,04	0,10	5,00	1,51	0,52	0,63
гтк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	7,34	2,72	23,21	159,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00	1,93
гтк132	Зразы рубленные из говядины	100	16,80	17,80	9,50	295,00	252,80	28,00	24,00	273,00	2,00	6,43	0,60	67,20	0,08	0,01	6,00	0,08	0,00	0,80
гтк15	Капуста тушеная	180	2,56	3,16	12,00	130,80	507,60	108,00	34,80	70,80	1,44	5,40	0,53	17,95	0,05	0,01	32,40	0,13	0,01	1,00
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гк14	Компот из яблок без сахара	200	0,16	0,16	4,24	19,04	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00	0,35
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>33,96</b>	<b>32,38</b>	<b>75,23</b>	<b>814,82</b>	<b>1244,8</b>	<b>402,68</b>	<b>325,79</b>	<b>640,37</b>	<b>7,49</b>	<b>36,20</b>	<b>23,75</b>	<b>247,8</b>	<b>0,50</b>	<b>0,21</b>	<b>67,69</b>	<b>27,92</b>	<b>0,53</b>	<b>6,27</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>57,66</b>	<b>55,16</b>	<b>117,67</b>	<b>1367,1</b>	<b>2187,4</b>	<b>463,12</b>	<b>444,18</b>	<b>987,0</b>	<b>13,8</b>	<b>43,79</b>	<b>25,86</b>	<b>324,1</b>	<b>0,81</b>	<b>0,38</b>	<b>187,69</b>	<b>37,22</b>	<b>0,88</b>	<b>9,40</b>

День: 3 среда

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг					Расчет углеводов ХЕ
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг лет.	В,мкг г	
<b>Завтрак</b>																				
гтк37	Сырники без сахара со сметаной	180	15,45	12,40	9,26	337,00	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01	0,77
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,66	4,22	10,80	8,00	5,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,05
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	9,50	71,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00	0,79
	<b>Итого:</b>	<b>657</b>	<b>17,31</b>	<b>12,94</b>	<b>29,67</b>	<b>463,72</b>	<b>458,8</b>	<b>137,35</b>	<b>80,20</b>	<b>114,15</b>	<b>1,14</b>	<b>14,32</b>	<b>29,05</b>	<b>78,5</b>	<b>1,16</b>	<b>0,36</b>	<b>60,12</b>	<b>38,80</b>	<b>0,01</b>	<b>2,46</b>
<b>Обед</b>																				
гтк317	Салат "Мозайка"	60	1,00	6,12	12,50	57,00	108,00	33,00	10,00	95,00	1,00	6,90	11,00	22,0	0,03	0,15	3,00	0,10	0,90	1,04
гтк 135.2004	Суп из овощей с мясом	250/15	3,00	4,20	10,20	91,00	413,00	30,00	22,00	53,00	0,80	4,00	2,43	27,40	0,80	0,06	11,00	0,00	0,00	0,85
гтк121/1	Печень по-строгановски	90	8,36	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00	0,49
тк5	Макаронные изделия отварные	150	4,50	2,80	28,71	191,00	51,00	11,00	7,00	36,00	0,01	0,61	0	10,12	0,61	0,02	0,02	0,00	0,03	2,40
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>		<b>21,16</b>	<b>23,26</b>	<b>78,99</b>	<b>612,28</b>	<b>812</b>	<b>109</b>	<b>132</b>	<b>664</b>	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>39</b>	<b>207</b>	<b>1,7</b>	<b>1,4</b>	<b>37,0</b>	<b>5,7</b>	<b>0,93</b>	<b>6,58</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>38,47</b>	<b>36,20</b>	<b>108,66</b>	<b>1076,0</b>	<b>1271,3</b>	<b>245,85</b>	<b>212,20</b>	<b>778,4</b>	<b>9,73</b>	<b>34,1</b>	<b>68,32</b>	<b>285,1</b>	<b>2,90</b>	<b>1,76</b>	<b>97,14</b>	<b>44,53</b>	<b>0,94</b>	<b>9,04</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг					Расчет углеводов ХЕ
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг лет.	В,мкг г	
<b>Завтрак</b>																				
гтк37	Сырники без сахара со сметаной	180	15,45	12,40	9,26	337,00	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01	0,77
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,66	4,22	10,80	8,00	5,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,05
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	9,50	71,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00	0,79
	<b>Итого:</b>	<b>752</b>	<b>17,31</b>	<b>12,94</b>	<b>29,67</b>	<b>463,72</b>	<b>458,8</b>	<b>137,35</b>	<b>80,20</b>	<b>114,15</b>	<b>1,14</b>	<b>14,32</b>	<b>29,05</b>	<b>78,5</b>	<b>1,16</b>	<b>0,36</b>	<b>60,12</b>	<b>38,80</b>	<b>0,01</b>	<b>2,46</b>
<b>Обед</b>																				
гтк317	Салат "Мозайка"	100	1,50	9,20	15,50	94,00	128,00	43,00	13,00	106,00	1,30	10,80	13,00	24,2	0,04	0,17	4,00	0,11	1,10	1,29
гтк 135.2004	Суп из овощей с мясом	250/15	3,00	4,20	10,20	91,00	413,00	30,00	22,00	53,00	0,80	4,00	2,43	27,40	0,80	0,06	11,00	0,00	0,00	0,85
гтк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00	0,50
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03	3,13
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>		<b>22,80</b>	<b>29,30</b>	<b>90,84</b>	<b>687,48</b>	<b>843</b>	<b>121</b>	<b>136</b>	<b>682</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>41</b>	<b>211</b>	<b>1,2</b>	<b>1,5</b>	<b>38,0</b>	<b>5,7</b>	<b>1,1</b>	<b>7,6</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>40,11</b>	<b>42,24</b>	<b>120,51</b>	<b>1151,2</b>	<b>1301</b>	<b>258</b>	<b>217</b>	<b>797</b>	<b>11</b>	<b>38</b>	<b>70</b>	<b>289</b>	<b>2,4</b>	<b>1,9</b>	<b>98,1</b>	<b>44,5</b>	<b>1</b>	<b>10,0</b>

День: 4 четверг

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углеводов	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг		D,мкг
<b>Завтрак</b>																				
скуп.18	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,30
тгк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	3,44	8,58	87,6	0,07	0,11	2,17	49,00	0,00	1,60
тгк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	6,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00	2,16
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тгк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	0,67
таб.9 Сквиринин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	38,00	5,00	0,00	0,63
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>20,24</b>	<b>19,58</b>	<b>74,80</b>	<b>534,92</b>	<b>822,00</b>	<b>248,65</b>	<b>193,75</b>	<b>414,55</b>	<b>5,87</b>	<b>15,69</b>	<b>15,08</b>	<b>280,7</b>	<b>0,38</b>	<b>0,46</b>	<b>43,67</b>	<b>78,40</b>	<b>0,00</b>	<b>6,21</b>
<b>Обед</b>																				
тгк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	1,50	3,12	1,79	43,00	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00	0,15
тгк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00	1,26
тгк142	Сосиска отварная	100	11,40	18,20	5,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00	0,50
тгк72	Овощи по-карпатски	150	2,80	4,60	19,80	217,00	471,00	27,00	29,00	65,42	1,15	4,40	0,24	26,40	0,10	0,06	53,00	1,80	0,06	1,65
тгк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
тгк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	4,35	3,75	8,00	79,50	292,00	180,00	21,00	135,00	0,15	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00	0,70
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>30,42</b>	<b>37,93</b>	<b>68,47</b>	<b>847,78</b>	<b>1238,8</b>	<b>323,20</b>	<b>174,05</b>	<b>480,27</b>	<b>6,06</b>	<b>27,11</b>	<b>7,35</b>	<b>85,2</b>	<b>0,48</b>	<b>0,56</b>	<b>71,00</b>	<b>46,02</b>	<b>0,06</b>	<b>5,82</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>50,66</b>	<b>57,51</b>	<b>143,27</b>	<b>1382,7</b>	<b>2060,8</b>	<b>571,9</b>	<b>367,80</b>	<b>894,8</b>	<b>11,93</b>	<b>42,80</b>	<b>22,43</b>	<b>365,9</b>	<b>0,86</b>	<b>1,02</b>	<b>114,67</b>	<b>124,4</b>	<b>0,1</b>	<b>12,0</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углеводов	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг		D,мкг
<b>Завтрак</b>																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	2,00	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00	0,50
тгк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	13,00	12,00	20,00	180,00	175,60	22,70	5,6	28,40	0,30	4,00	9,50	97,3	0,08	0,12	2,41	54,40	0,00	1,60
тгк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	2,67	3,53	31,06	237,49	198,00	24,06	151,00	253,00	4,00	1,74	3,00	12,00	0,30	0,09	2,00	0,80	0,00	2,50
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тгк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	0,67
таб.9 Сквиринин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	38,00	5,00	0,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>21,71</b>	<b>17,99</b>	<b>78,93</b>	<b>576,39</b>	<b>915,6</b>	<b>266,91</b>	<b>222,60</b>	<b>476,15</b>	<b>6,89</b>	<b>19,44</b>	<b>16,70</b>	<b>304,3</b>	<b>0,51</b>	<b>0,51</b>	<b>53,41</b>	<b>94,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,7</b>
<b>Обед</b>																				
тгк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	100	5,74	4,57	5,10	73,58	99,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,01	0,00	0,11	0,05	10,00	0,00	0,00	0,43
тгк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00	1,26
тгк142	Сосиска отварная	100	11,40	18,20	5,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00	0,50
тгк72	Овощи по-карпатски	150	2,80	4,60	19,80	217,00	471,00	27,00	29,00	65,42	1,15	4,40	0,24	26,40	0,10	0,06	53,00	1,80	0,06	1,65
тгк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
тгк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	4,35	3,75	8,00	79,50	292,00	180,00	21,00	135,00	0,15	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00	0,70
	<b>Итого:</b>		<b>34,66</b>	<b>39,38</b>	<b>71,78</b>	<b>878,36</b>	<b>1287,8</b>	<b>323,20</b>	<b>174,05</b>	<b>480,27</b>	<b>6,06</b>	<b>27,11</b>	<b>7,36</b>	<b>85,2</b>	<b>0,53</b>	<b>0,59</b>	<b>76,00</b>	<b>46,02</b>	<b>0,06</b>	<b>6,10</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>56,37</b>	<b>57,37</b>	<b>150,71</b>	<b>1454,8</b>	<b>2203,4</b>	<b>590,1</b>	<b>396,65</b>	<b>956,4</b>	<b>12,95</b>	<b>46,55</b>	<b>24,06</b>	<b>389,5</b>	<b>1,04</b>	<b>1,10</b>	<b>129,41</b>	<b>140,0</b>	<b>0,06</b>	<b>12,82</b>

День: 5 пятница

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Подмкг	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг		D,мк
<b>Завтрак</b>																				
гтк453	Каша молочная овсяная из хлопьев" Геркулес" с маслом сл. без сахара	205	6,10	8,60	19,94	233,50	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06	0,77
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
гк10	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	1,47	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,50	0,50	11,00	72,00	278,00	30,00	13,50	30,0	0,75	3,00	0,45	12,00	0,05	0,03	15,00	7,50	0,00	0,90
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>8,20</b>	<b>9,38</b>	<b>41,24</b>	<b>358,47</b>	<b>502,0</b>	<b>189,25</b>	<b>210,00</b>	<b>81,95</b>	<b>3,15</b>	<b>13,40</b>	<b>4,25</b>	<b>40,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,26</b>	<b>16,56</b>	<b>29,50</b>	<b>0,06</b>	<b>2,52</b>
<b>Обед</b>																				
гтк171	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	6,22	3,92	94,24	128,30	129,96	70,61	130,87	0,66	4,00	1,51	8,80	0,01	0,04	4,32	18,90	0,08	0,50
гк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	13,80	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40	1,15
гтк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	200	17,67	17,40	21,88	265,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01	1,45
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк230	Кисель из кураги без сахара	200	1,04	0,00	11,30	49,36	15,20	28,00	15,00	24,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,34	0,00	130,00	1,68	0,94
гтк31	Пирожок печеный простой с капустой	60	2,50	1,50	20,90	108,00	143,00	16,00	23,00	82,00	1,10	0,20	0,00	0,00	0,09	0,08	0,00	8,00	0,00	1,74
	<b>Итого:</b>	<b>862</b>	<b>34,48</b>	<b>33,26</b>	<b>90,5835</b>	<b>767,582</b>	<b>1125,5</b>	<b>363,03</b>	<b>448,9</b>	<b>549,26</b>	<b>6,656</b>	<b>19,24</b>	<b>12,85</b>	<b>120,2</b>	<b>0,4537</b>	<b>0,7</b>	<b>28,643</b>	<b>198,1</b>	<b>2,17</b>	<b>7,34</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,68</b>	<b>42,64</b>	<b>131,82</b>	<b>1126,1</b>	<b>1627,5</b>	<b>552,28</b>	<b>658,90</b>	<b>631,21</b>	<b>9,81</b>	<b>32,64</b>	<b>17,10</b>	<b>160,2</b>	<b>0,61</b>	<b>0,96</b>	<b>45,20</b>	<b>227,6</b>	<b>2,2</b>	<b>9,9</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углевод	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Подмкг	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг		D,мк
<b>Завтрак</b>																				
гтк453	Каша молочная овсяная из хлопьев" Геркулес" с маслом сл. без сахара	250	7,43	10,48	24,31	284,80	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06	0,77
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
гк10	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	1,47	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,50	0,50	11,00	72,00	278,00	30,00	13,50	30,0	0,75	3,00	0,45	12,00	0,05	0,03	15,00	7,50	0,00	0,90
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>9,53</b>	<b>11,26</b>	<b>45,61</b>	<b>409,77</b>	<b>502,00</b>	<b>189,25</b>	<b>210,00</b>	<b>81,95</b>	<b>3,15</b>	<b>13,40</b>	<b>4,25</b>	<b>40,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,26</b>	<b>16,56</b>	<b>29,50</b>	<b>0,06</b>	<b>2,52</b>
<b>Обед</b>																				
гтк171	Салат из свеклы с сыром	100	5,65	9,36	6,53	127,00	213,80	216,60	117,69	218,12	1,10	6,70	2,52	14,70	0,02	0,00	7,21	31,50	0,02	0,54
гк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	13,80	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40	1,15
гтк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	200	17,67	17,40	21,88	265,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01	1,45
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк230	Кисель из кураги без сахара	200	1,04	0,00	11,30	49,36	15,20	28,00	15,00	24,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,34	0,00	130,00	1,68	0,94
гтк31	Пирожок печеный простой с капустой	60	2,50	1,50	20,90	108,00	143,00	16,00	23,00	82,00	1,10	0,20	0,00	0,00	0,09	0,08	0,00	8,00	0,00	1,74
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>37</b>	<b>36</b>	<b>93</b>	<b>800</b>	<b>1211</b>	<b>450</b>	<b>496</b>	<b>637</b>	<b>7</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>126</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>32</b>	<b>211</b>	<b>2</b>	<b>7</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>46,27</b>	<b>47,66</b>	<b>138,81</b>	<b>1210,1</b>	<b>1713,0</b>	<b>638,92</b>	<b>705,98</b>	<b>718,46</b>	<b>10,25</b>	<b>35,34</b>	<b>18,11</b>	<b>166,1</b>	<b>0,62</b>	<b>0,92</b>	<b>48,09</b>	<b>240,2</b>	<b>2,2</b>	<b>9,9</b>

День: 1 понедельник

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг					Расчет углеводов ХЕ
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г	
<b>Завтрак</b>																				
гткб	Омлет натуральный	150	13,90	14,30	5,00	259,00	176,50	216,00	19,0	257,0	3,00	21,56	27,82	57,20	0,07	0,99	0,30	156,0	2,20	0,40
гтк№233	Сыр Российский порционно	20	4,60	5,90	15,00	72,60	29,00	176,00	9,00	130,0	0,20	0,00	2,90	0,00	0,01	0,06	0,14	52,00	0,19	0,50
гтк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	0,67
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
гтк232	Йогурт фруктовый	115	2,90	3,50	21,30	124,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00	1,70
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>24,68</b>	<b>25,96</b>	<b>59,7</b>	<b>564,5</b>	<b>580,5</b>	<b>795,3</b>	<b>102,5</b>	<b>739,8</b>	<b>5,2</b>	<b>32,0</b>	<b>34,5</b>	<b>85,2</b>	<b>0,3</b>	<b>1,5</b>	<b>3,4</b>	<b>253,8</b>	<b>2,4</b>	<b>4,1</b>
<b>Обед</b>																				
скурихин таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	60	0,00	0,00	3,60	16,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,30
гтк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00	2,04
гтк45	Плов по-узбекски из говядины	200	18,23	21,29	38,15	485,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01	3,10
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,20	0,70	7,50	38,00	155,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00	0,62
	<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>23,8</b>	<b>26,3165</b>	<b>95,461</b>	<b>750,28</b>	<b>1142,7</b>	<b>226,71</b>	<b>390,18</b>	<b>461,36</b>	<b>5,446</b>	<b>23,06</b>	<b>11,04</b>	<b>169,6</b>	<b>0,7845</b>	<b>0,31</b>	<b>60</b>	<b>10,32</b>	<b>0,01</b>	<b>7,86</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48,48</b>	<b>52,28</b>	<b>155,13</b>	<b>1314,8</b>	<b>1723,2</b>	<b>1022,0</b>	<b>492,68</b>	<b>1201,1</b>	<b>10,60</b>	<b>55,02</b>	<b>45,56</b>	<b>254,8</b>	<b>1,12</b>	<b>1,79</b>	<b>63,44</b>	<b>264,1</b>	<b>2,40</b>	<b>11,98</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг					Расчет углеводов ХЕ
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г	
<b>Завтрак</b>																				
гткб	Омлет натуральный	200	16,68	17,16	11,30	310,00	235,30	152,00	26,3	344,0	3,87	28,75	37,09	76,27	0,13	1,32	0,48	392,00	2,93	0,90
гтк№233	Сыр Российский порционно	20	4,60	5,90	15,00	72,60	29,00	176,00	9,00	130,0	0,20	0,00	2,90	0,00	0,01	0,06	0,14	52,00	0,19	0,50
гтк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	0,67
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
гтк232	Йогурт фруктовый	115	2,90	3,50	21,30	124,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00	1,70
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>27,46</b>	<b>28,82</b>	<b>65,97</b>	<b>615,50</b>	<b>639,30</b>	<b>731,25</b>	<b>109,77</b>	<b>826,75</b>	<b>6,02</b>	<b>39,15</b>	<b>43,79</b>	<b>104,3</b>	<b>0,40</b>	<b>1,81</b>	<b>3,62</b>	<b>489,8</b>	<b>3,12</b>	<b>4,62</b>
<b>Обед</b>																				
скурихин таб.8	Овощи консервированные (огурец) порционно	100	0,40	0,05	6,00	26,70	117,03	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	2,50	3,00	0,00	0,50
гтк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00	2,04
гтк45	Плов по-узбекски из говядины	200	18,23	21,29	38,15	485,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01	3,10
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>	<b>865</b>	<b>24,00</b>	<b>25,67</b>	<b>90,36</b>	<b>722,98</b>	<b>1034,5</b>	<b>146,31</b>	<b>362,48</b>	<b>406,66</b>	<b>5,56</b>	<b>19,06</b>	<b>10,44</b>	<b>153,6</b>	<b>0,28</b>	<b>0,26</b>	<b>41,00</b>	<b>3,32</b>	<b>0,01</b>	<b>7,44</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,46</b>	<b>54,49</b>	<b>156,33</b>	<b>1338,5</b>	<b>1673,8</b>	<b>877,56</b>	<b>472,25</b>	<b>1233,4</b>	<b>11,58</b>	<b>58,21</b>	<b>54,23</b>	<b>257,9</b>	<b>0,68</b>	<b>2,07</b>	<b>44,62</b>	<b>493,1</b>	<b>3,13</b>	<b>12,06</b>

День: 2 вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория

1 вариант С заболеванием сахарный диабет

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углеводов XE	
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рег.		D,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,32
гтк110	Тефтели из говядины с рисом и соусом томатным	130	10,10	11,10	6,20	237,50	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00	1,09
гтк380	Цветная капуста отварная с маслом сл.	150	2,50	5,30	4,20	76,00	174,00	31,00	17,80	51,00	1,40	2,64	0,53	0,88	0,10	0,03	70,00	0,30	0,06	0,35
гтк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,66	4,22	10,80	8,00	5,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,05
	<b>Итого:</b>	<b>537</b>	<b>14,8</b>	<b>16,8</b>	<b>25,1</b>	<b>377,2</b>	<b>542,8</b>	<b>91,2</b>	<b>89,5</b>	<b>172,0</b>	<b>4,5</b>	<b>14,9</b>	<b>4,0</b>	<b>41,5</b>	<b>1,2</b>	<b>0,2</b>	<b>86,5</b>	<b>3,3</b>	<b>0,1</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>																				
гтк551	Салат "Овощной" с луком зеленым 2 вар.	60	1,00	3,10	5,40	54,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,45
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	12,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65	1
гтк 39	Котлета любительская(минтай)	100	9,20	6,75	6,00	261,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01	0,5
гтк 422	Картофель запеченный по-деревенски	150	3,20	8,40	21,86	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65	1,82
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк21	Напиток апельсиновый без сахара	200	0,18	0,00	1,88	8,60	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0	0,16
таб.9	Фрукты свежие(яблоко )	150	0,60	0,60	7,50	42,00	310,00	42,00	20,40	13,20	0,12	2,00	0,20	20,00	0,04	0,06	10,00	4,00	0,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>1025</b>	<b>24,35</b>	<b>26,31</b>	<b>73,82</b>	<b>774,81</b>	<b>1503,4</b>	<b>186,23</b>	<b>234,73</b>	<b>330,41</b>	<b>4,69</b>	<b>81,25</b>	<b>12,82</b>	<b>411,2</b>	<b>0,42</b>	<b>0,59</b>	<b>51,95</b>	<b>5,11</b>	<b>1,31</b>	<b>6,09</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>39,16</b>	<b>43,15</b>	<b>98,93</b>	<b>1152,0</b>	<b>2046,2</b>	<b>277,38</b>	<b>324,23</b>	<b>502,36</b>	<b>9,22</b>	<b>96,19</b>	<b>16,79</b>	<b>452,7</b>	<b>1,61</b>	<b>0,81</b>	<b>138,45</b>	<b>8,41</b>	<b>1,37</b>	<b>8,75</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углеводов XE	
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рег.		D,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	1,00	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00	0,08
гтк110	Тефтели из говядины с рисом и соусом	130	10,10	11,10	6,20	237,50	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00	1,09
гтк380	Цветная капуста отварная с маслом сл.	180	3,00	6,50	5,04	92,00	174,00	31,00	17,80	51,00	1,40	2,64	0,53	0,88	0,10	0,03	70,00	0,30	0,06	0,42
гтк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк27	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,06	0,66	4,22	10,80	8,00	5,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,05
	<b>Итого:</b>	<b>527</b>	<b>16,8</b>	<b>18,0</b>	<b>23,2</b>	<b>397,2</b>	<b>585,8</b>	<b>106,2</b>	<b>92,8</b>	<b>188,8</b>	<b>4,9</b>	<b>17,8</b>	<b>4,2</b>	<b>53,5</b>	<b>1,2</b>	<b>0,3</b>	<b>95,0</b>	<b>13,3</b>	<b>0,1</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>																				
гтк551	Салат "Овощной" с луком зеленым 2 вар.	60	1,00	3,10	5,40	54,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,45
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	12,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65	1
гтк 39	Котлета любительская(минтай)	100	10,20	8,75	6,00	261,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01	0,5
гтк 422	Картофель запеченный по-деревенски	150	3,20	8,40	21,86	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65	1,82
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк21	Напиток апельсиновый без сахара	200	0,18	0,00	1,88	8,60	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0	0,16
таб.9	Фрукты свежие(яблоко )	150	0,60	0,60	7,50	42,00	310,00	42,00	20,40	13,20	0,12	2,00	0,20	20,00	0,04	0,06	10,00	4,00	0,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>1155</b>	<b>25,35</b>	<b>28,31</b>	<b>73,82</b>	<b>774,81</b>	<b>1503,4</b>	<b>186,23</b>	<b>234,73</b>	<b>330,41</b>	<b>4,685</b>	<b>81,25</b>	<b>12,82</b>	<b>411,2</b>	<b>0,4225</b>	<b>0,585</b>	<b>51,95</b>	<b>5,11</b>	<b>1,31</b>	<b>6,09</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,17</b>	<b>46,35</b>	<b>96,97</b>	<b>1172,03</b>	<b>2089,2</b>	<b>292,38</b>	<b>327,53</b>	<b>519,16</b>	<b>9,575</b>	<b>99,09</b>	<b>16,99</b>	<b>464,7</b>	<b>1,6325</b>	<b>0,835</b>	<b>146,95</b>	<b>18,41</b>	<b>1,37</b>	<b>8,58</b>

День: 3 среда

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	С	А,мкг рет.		Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
ттк37	Сырники без сахара со сметаной	180	15,45	12,40	9,26	337,00	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01	0,77
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк37	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	3,77	2,50	6,12	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50	0,50
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,60	0,60	7,50	42,00	310,00	42,00	20,40	13,20	0,12	2,00	0,20	20,00	0,04	0,06	10,00	4,00	0,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>21,22</b>	<b>15,78</b>	<b>33,13</b>	<b>581,78</b>	<b>626,00</b>	<b>307,35</b>	<b>77,10</b>	<b>63,05</b>	<b>2,25</b>	<b>12,22</b>	<b>30,00</b>	<b>76,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,49</b>	<b>25,12</b>	<b>153,8</b>	<b>2,51</b>	<b>2,72</b>
<b>Обед</b>																				
ттк149	Огурец свежий с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	8,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50	0,68
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65	1,67
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	16,90	16,12	30,33	399,00	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00	2,50
ттк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
ттк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>26,99</b>	<b>27,15</b>	<b>80,37</b>	<b>718,23</b>	<b>1314,5</b>	<b>116,18</b>	<b>438,02</b>	<b>513,02</b>	<b>7,81</b>	<b>35,92</b>	<b>20,96</b>	<b>150,1</b>	<b>0,43</b>	<b>0,40</b>	<b>55,60</b>	<b>30,06</b>	<b>2,15</b>	<b>6,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48,21</b>	<b>42,93</b>	<b>113,50</b>	<b>1300,0</b>	<b>1940,5</b>	<b>423,53</b>	<b>515,12</b>	<b>576,07</b>	<b>10,06</b>	<b>48,14</b>	<b>50,96</b>	<b>226,1</b>	<b>0,83</b>	<b>0,89</b>	<b>80,72</b>	<b>183,9</b>	<b>4,66</b>	<b>9,37</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	С	А,мкг рет.		Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
ттк37	Сырники без сахара со сметаной	180	15,45	12,40	9,26	337,00	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01	0,77
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк37	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	3,77	2,50	6,12	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50	0,50
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,60	0,60	7,50	42,00	310,00	42,00	20,40	13,20	0,12	2,00	0,20	20,00	0,04	0,06	10,00	4,00	0,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>21,22</b>	<b>15,78</b>	<b>33,13</b>	<b>581,78</b>	<b>626</b>	<b>307,35</b>	<b>77,1</b>	<b>63,05</b>	<b>2,25</b>	<b>12,22</b>	<b>30</b>	<b>76</b>	<b>0,4</b>	<b>0,49</b>	<b>25,12</b>	<b>153,8</b>	<b>2,51</b>	<b>2,72</b>
<b>Обед</b>																				
ттк149	Огурец свежий с яйцом и луком зеленым	100	7,10	7,10	13,77	129,00	165,80	26,00	13,00	79,00	0,50	23,80	28,40	41,00	0,03	0,15	3,00	0,02	2,00	1,15
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65	1,67
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	16,90	16,12	30,33	399,00	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00	2,50
ттк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
ттк39	Сок томатный	200	1,00	0,10		18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>	<b>865</b>	<b>30,99</b>	<b>29,15</b>	<b>82,98</b>	<b>769,83</b>	<b>1380,8</b>	<b>116,18</b>	<b>438,02</b>	<b>513,02</b>	<b>7,81</b>	<b>45,42</b>	<b>32,31</b>	<b>166,5</b>	<b>0,44</b>	<b>0,43</b>	<b>56,60</b>	<b>30,07</b>	<b>2,65</b>	<b>7,12</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,21</b>	<b>44,93</b>	<b>116,11</b>	<b>1351,61</b>	<b>2006,8</b>	<b>423,53</b>	<b>515,12</b>	<b>576,07</b>	<b>10,06</b>	<b>57,64</b>	<b>62,31</b>	<b>242,5</b>	<b>0,84</b>	<b>0,92</b>	<b>81,72</b>	<b>183,9</b>	<b>5,16</b>	<b>9,84</b>

День 4 четверг

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углевода ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.		Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
скур.18	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	1,90	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00	0,16
тгк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01	0,87
тк 72	Картофель отварной	150	2,50	4,60	19,80	131,00	471,00	16,00	28,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06	1,65
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк10	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	1,47	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>597</b>	<b>17,65</b>	<b>18,18</b>	<b>42,54</b>	<b>388,97</b>	<b>815,00</b>	<b>134,59</b>	<b>223,76</b>	<b>125,49</b>	<b>4,34</b>	<b>8,90</b>	<b>12,24</b>	<b>101,40</b>	<b>0,30</b>	<b>0,18</b>	<b>20,36</b>	<b>112,70</b>	<b>0,07</b>	<b>3,53</b>
<b>Обед</b>																				
тк11	Винегрет овощной	60	0,84	5,06	3,96	73,80	124,50	22,80	11,40	21,60	0,60	1,80	0,15	10,14	0,01	0,02	9,00	0,15	0,00	0,33
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	5,08	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65	1,19
тгк142	Сосиска отварная молочная с соусом	90/50	10,26	16,38	18,00	245,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00	0,75
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01	3,10
тгк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	2,50	2,50	8,00	45,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00	0,70
	<b>Итого:</b>	<b>1295</b>	<b>27,10</b>	<b>35,29</b>	<b>100,37</b>	<b>802,23</b>	<b>1187,3</b>	<b>359,50</b>	<b>325,70</b>	<b>878,85</b>	<b>8,81</b>	<b>30,68</b>	<b>11,16</b>	<b>95,2</b>	<b>0,59</b>	<b>0,58</b>	<b>21,00</b>	<b>64,33</b>	<b>0,66</b>	<b>7,63</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,75</b>	<b>53,47</b>	<b>142,91</b>	<b>1191,2</b>	<b>2002,3</b>	<b>494,09</b>	<b>549,46</b>	<b>1004,3</b>	<b>13,15</b>	<b>39,58</b>	<b>23,40</b>	<b>196,6</b>	<b>0,89</b>	<b>0,76</b>	<b>41,36</b>	<b>177,0</b>	<b>0,7</b>	<b>11,16</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет углевода ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Под,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.		Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,26	0,20	4,68	58,34	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00	0,39
тгк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01	0,87
тк 72	Картофель отварной	180	3,00	5,52	23,76	157,20	471,00	19,20	33,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06	1,98
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
тк10	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	1,47	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>692</b>	<b>18,86</b>	<b>19,20</b>	<b>49,28</b>	<b>461,51</b>	<b>911,6</b>	<b>151,19</b>	<b>239,96</b>	<b>149,89</b>	<b>5,09</b>	<b>9,20</b>	<b>12,37</b>	<b>108,1</b>	<b>0,32</b>	<b>0,20</b>	<b>33,36</b>	<b>46,20</b>	<b>0,1</b>	<b>4,09</b>
<b>Обед</b>																				
тк11	Винегрет овощной	100	2,40	8,10	6,60	123,00	207,50	38,00	19,00	36,00	1,00	3,00	0,25	16,90	0,02	0,04	15,00	0,25	0,00	0,60
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	3,00	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65	1,19
тгк142	Сосиска отварная молочная с соусом	100/50	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00	0,76
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01	3,10
тгк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	2,50	2,50	8,00	45,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00	0,70
	<b>Итого:</b>	<b>1095</b>	<b>29,80</b>	<b>40,15</b>	<b>105,01</b>	<b>872,43</b>	<b>1270,3</b>	<b>374,70</b>	<b>333,30</b>	<b>893,3</b>	<b>9,21</b>	<b>29,80</b>	<b>11,26</b>	<b>101,9</b>	<b>0,60</b>	<b>0,59</b>	<b>27,00</b>	<b>64,43</b>	<b>0,66</b>	<b>7,91</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48,66</b>	<b>59,35</b>	<b>154,29</b>	<b>1333,9</b>	<b>2181,9</b>	<b>525,89</b>	<b>573,26</b>	<b>1043,1</b>	<b>14,30</b>	<b>39,00</b>	<b>23,63</b>	<b>210,0</b>	<b>0,92</b>	<b>0,79</b>	<b>60,36</b>	<b>110,6</b>	<b>0,7</b>	<b>12,00</b>

День: 5 пятница

Льготная категория

1 вариант

С заболеванием сахарный диабет

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ идентиф.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет мг/деволт ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se	F	B1	B2	C	A,мкг		D,мк
<b>Завтрак</b>																				
гтк265	Каша молочная пшеничная с маслом слив.без сахара	210	10,66	10,00	28,18	363,00	510,40	244,00	46,70	26,00	0,01	5,83	12,12	67,40	2,70	0,09	0,01	14,70	0,30	3,90
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
	Рулет куриный	60	14,10	3,60	0,40	91,00	100,00	29,00	8,00	108,00	1,00	1,70	1,80	6,00	0,04	0,01	9,00	0,06	0,00	0,03
гтк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	0,67
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00	0,60
	<b>Итого</b>	<b>595</b>	<b>28,44</b>	<b>16,06</b>	<b>54,45</b>	<b>600,90</b>	<b>1412,4</b>	<b>526,25</b>	<b>131,70</b>	<b>348,25</b>	<b>2,97</b>	<b>21,93</b>	<b>18,32</b>	<b>117,4</b>	<b>3,30</b>	<b>0,38</b>	<b>30,01</b>	<b>48,56</b>	<b>0,30</b>	<b>6,05</b>
<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>			<b>188,47</b>	<b>173,05</b>	<b>451,45</b>	<b>4978,89</b>	<b>7088,8</b>	<b>3022,7</b>	<b>1427,9</b>	<b>2589,5</b>	<b>37,36</b>	<b>150,35</b>	<b>161,67</b>	<b>1100</b>	<b>8,00</b>	<b>4,4</b>	<b>444,35</b>	<b>976,2</b>	<b>9,35</b>	<b>37,18</b>
<i>в среднем за один день (завтрак)</i>			<b>18,85</b>	<b>17,31</b>	<b>45,15</b>	<b>497,89</b>	<b>708,88</b>	<b>302,27</b>	<b>142,79</b>	<b>258,95</b>	<b>3,74</b>	<b>15,04</b>	<b>16,17</b>	<b>110,0</b>	<b>0,80</b>	<b>0,44</b>	<b>44,44</b>	<b>97,62</b>	<b>0,94</b>	<b>3,72</b>
<b>Обед</b>																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	0,32
гтк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00	344,10	65,30	21,00	68,00	1,08	4,38	2,34	25,30	0,06	0,06	6,20	0,15	0,01	2,00
	Горбуша припущенная	100	20,40	6,40	0,00	140,00	278,00	24,40	36,60	244,00	0,80	44,00	39,00	378,0	0,20	0,09	1,00	0,00	0,00	0,00
гтк15	Рагу овощное	150	4,50	6,70	12,00	121,00	454,00	37,00	25,00	92,00	1,10	3,60	0,19	25,00	0,08	0,04	12,00	0,86	0,00	1,00
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>	<b>1030</b>	<b>33,51</b>	<b>20,03</b>	<b>61,48</b>	<b>514,28</b>	<b>1255,9</b>	<b>154,10</b>	<b>167,80</b>	<b>457,45</b>	<b>4,94</b>	<b>55,98</b>	<b>44,73</b>	<b>447,3</b>	<b>0,46</b>	<b>0,23</b>	<b>30,70</b>	<b>1</b>	<b>0,01</b>	<b>5,12</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>61,95</b>	<b>36,09</b>	<b>115,93</b>	<b>1115,2</b>	<b>2668,3</b>	<b>680,35</b>	<b>299,50</b>	<b>805,70</b>	<b>7,91</b>	<b>77,91</b>	<b>63,05</b>	<b>564,7</b>	<b>3,76</b>	<b>0,61</b>	<b>60,71</b>	<b>50</b>	<b>0,31</b>	<b>8,84</b>
<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>			<b>252,85</b>	<b>262,16</b>	<b>739,69</b>	<b>6529,84</b>	<b>10675</b>	<b>2319</b>	<b>2831,7</b>	<b>5553,7</b>	<b>66,78</b>	<b>267,2</b>	<b>178,27</b>	<b>1612</b>	<b>6,15</b>	<b>4,73</b>	<b>430,70</b>	<b>403,8</b>	<b>7,81</b>	<b>60,88</b>
<i>в среднем за один день (обед)</i>			<b>25,2852</b>	<b>26,2159</b>	<b>73,96883</b>	<b>652,984</b>	<b>1067,5</b>	<b>231,893</b>	<b>283,17</b>	<b>555,37</b>	<b>6,6782</b>	<b>26,72</b>	<b>17,827</b>	<b>161,2</b>	<b>0,6152</b>	<b>0,4728</b>	<b>43,07</b>	<b>40,375</b>	<b>0,781</b>	<b>6,088</b>
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>462,47</b>	<b>453,12</b>	<b>1243,10</b>	<b>12098,6</b>	<b>18785</b>	<b>5488,0</b>	<b>4401,2</b>	<b>8441,8</b>	<b>107,6</b>	<b>493,7</b>	<b>352,5</b>	<b>3096</b>	<b>14,4</b>	<b>9,6</b>	<b>901,5</b>	<b>1384,5</b>	<b>17,8</b>	<b>100,0</b>
<b>Итого в среднем за 1 день</b>			<b>46,25</b>	<b>45,31</b>	<b>124,31</b>	<b>1209,86</b>	<b>1878,5</b>	<b>548,80</b>	<b>440,12</b>	<b>844,18</b>	<b>10,76</b>	<b>49,37</b>	<b>35,25</b>	<b>309,6</b>	<b>1,44</b>	<b>0,96</b>	<b>90,15</b>	<b>138,45</b>	<b>1,78</b>	<b>10,00</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ идентиф.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					Расчет мг/деволт ХЕ	
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se	F	B1	B2	C	A,мкг		D,мк
<b>Завтрак</b>																				
гтк265	Каша молочная пшеничная с маслом слив.без сахара	250	13,00	13,00	34,36	363,00	510,40	244,00	46,70	26,00	0,01	5,83	12,12	67,40	2,70	0,09	0,01	14,70	0,30	3,90
гтк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00	0,85
	Рулет куриный	60	14,10	3,60	0,40	91,00	100,00	29,00	8,00	108,00	1,00	1,70	1,80	6,00	0,04	0,01	9,00	0,06	0,00	0,03
гтк136	Напиток кофейный с молоком без сахара	200	1,88	1,98	8,12	57,40	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	0,67
	Фрукты свежие (мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	16,00	9,00	11,00	2,20	2,00	0,30	8,00	0,03	0,02	10,00	0,00	0,00	0,63
	<b>Итого</b>	<b>635</b>	<b>30,38</b>	<b>18,86</b>	<b>53,13</b>	<b>562,90</b>	<b>1011,4</b>	<b>441,25</b>	<b>99,20</b>	<b>290,75</b>	<b>2,96</b>	<b>17,93</b>	<b>17,72</b>	<b>101,4</b>	<b>2,80</b>	<b>0,33</b>	<b>10,01</b>	<b>38,56</b>	<b>0,30</b>	<b>6,08</b>
<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>			<b>201,5</b>	<b>182,9</b>	<b>477,5</b>	<b>5241,6</b>	<b>7076,4</b>	<b>2936,9</b>	<b>1462,2</b>	<b>2746,2</b>	<b>41,1</b>	<b>160,8</b>	<b>172,4</b>	<b>1152</b>	<b>7,7</b>	<b>4,7</b>	<b>468,8</b>	<b>1161,3</b>	<b>10,1</b>	<b>38,8</b>
<i>в среднем за один день (завтрак)</i>			<b>20,15</b>	<b>18,29</b>	<b>47,75</b>	<b>524,16</b>	<b>707,64</b>	<b>293,69</b>	<b>146,22</b>	<b>274,62</b>	<b>4,11</b>	<b>16,08</b>	<b>17,24</b>	<b>115,2</b>	<b>0,77</b>	<b>0,47</b>	<b>46,88</b>	<b>116,13</b>	<b>1,01</b>	<b>3,88</b>
<b>Обед</b>																				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00	0,50
гтк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00	344,10	65,30	21,00	68,00	1,08	4,38	2,34	25,30	0,06	0,06	6,20	0,15	0,01	2,00
	Горбуша припущенная	100	20,40	6,40	0,00	140,00	278,00	24,40	36,60	244,00	0,80	44,00	39,00	378,0	0,20	0,09	1,00	0,00	0,00	0,00
гтк15	Рагу овощное	180	4,50	6,70	15,00	121,00	544,80	37,00	25,00	92,00	1,10	4,32	0,23	30,00	0,59	0,05	9,00	0,86	0,01	1,25
гтк243/1	Хлеб "дарниц." в/с, хлеб северный(с ламин.)	20/20	3,30	0,44	18,78	92,28	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	1,56
гтк39	Сок томатный	200	1,00	0,10	2,90	18,00	0,00	7,00	12,00	32,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	0,05	0,00	0,24
	<b>Итого:</b>	<b>1100</b>	<b>35,02</b>	<b>20,03</b>	<b>66,98</b>	<b>518,28</b>	<b>1389,7</b>	<b>169,10</b>	<b>171,10</b>	<b>474,25</b>	<b>5,30</b>	<b>59,60</b>	<b>44,97</b>	<b>464,3</b>	<b>0,99</b>	<b>0,27</b>	<b>36,20</b>	<b>11,1</b>	<b>0,02</b>	<b>5,55</b>

<i>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</i>		<i>65,40</i>	<i>38,89</i>	<i>120,11</i>	<i>1081,2</i>	<i>2401,1</i>	<i>610,35</i>	<i>270,30</i>	<i>765,00</i>	<i>8,26</i>	<i>77,53</i>	<i>62,69</i>	<i>565,7</i>	<i>3,79</i>	<i>0,60</i>	<i>46,21</i>	<i>50</i>	<i>0,02</i>	<i>5,55</i>
<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>		<b>300,8</b>	<b>309,2</b>	<b>830,7</b>	<b>7649,5</b>	<b>12210</b>	<b>2576,5</b>	<b>3027,3</b>	<b>6045,8</b>	<b>74,3</b>	<b>364,2</b>	<b>208,3</b>	<b>2059</b>	<b>6,1</b>	<b>5,2</b>	<b>471,3</b>	<b>425</b>	<b>9,2</b>	<b>68,1</b>
<i>в среднем за один день (обед)</i>		<i>30,08</i>	<i>30,92</i>	<i>83,07</i>	<i>764,95</i>	<i>1221,0</i>	<i>257,65</i>	<i>302,73</i>	<i>604,58</i>	<i>7,43</i>	<i>36,42</i>	<i>20,83</i>	<i>205,9</i>	<i>0,61</i>	<i>0,52</i>	<i>47,13</i>	<i>42</i>	<i>0,92</i>	<i>6,81</i>
<b>Итого за 10 дней</b>		<b>502,3</b>	<b>492,1</b>	<b>1308</b>	<b>12891</b>	<b>19286</b>	<b>5513</b>	<b>4489</b>	<b>8792</b>	<b>115,4</b>	<b>525</b>	<b>380,7</b>	<b>3211</b>	<b>13,8</b>	<b>9,9</b>	<b>940</b>	<b>1586</b>	<b>19,2</b>	<b>107,0</b>
<b>Итого в среднем за 1 день</b>		<b>50,23</b>	<b>49,21</b>	<b>130,82</b>	<b>1289,1</b>	<b>1928,6</b>	<b>551,34</b>	<b>448,95</b>	<b>879,20</b>	<b>11,54</b>	<b>52,50</b>	<b>38,07</b>	<b>321,1</b>	<b>1,38</b>	<b>0,99</b>	<b>94,01</b>	<b>158,6</b>	<b>1,92</b>	<b>10,70</b>

Технолог отдела общественного питания

И.И.Корниенко











*0,00* | *0,00*

