

День: 1 понедельник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
для обучающихся 1-4 классов(возраст /-11 лет)

Льготная категория 2 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																			
гтк6	Омлет натуральный	150	13,00	12,30	10,00	159,00	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
гк217	Булочка в ассортименте	60	1,60	2,90	16,00	162,00	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
гтк136	Напиток кофейный с молоком	115	1,50	1,30	22,40	107,00	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
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	200	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	525	18,08	16,70	60,60	486,50	396,80	563,00	40,00	537,00	4,48	31,36	34,22	80,83	5,10	1,21	2,44	231,80	2,94
Обед																			
скурих	Овощи консервированные (огурец)	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
гк25	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом и зеленью	250/15/2	2,00	2,80	25,00	125,00	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
гтк553	Биточек из курицы и говядины	90	15,50	15,90	13,10	235,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
гк302	Каша пшеничная вязкая	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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	927	29,33	24,96	122,40	824,50	1077,0	100,10	327,10	652,10	8,42	17,46	14,78	93,8	0,47	0,19	28,50	20,22	0,66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,41	41,66	183,00	1311,00	1473,8	663,10	367,10	1189,1	12,90	48,82	49,00	174,7	5,57	1,40	30,94	252,0	3,6

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				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																			
гтк6	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	392,0	2,93
гк217	Булочка в ассортименте	60	1,60	2,90	16,00	162,00	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
	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	88,00	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
гк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	10,64	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	575	21,48	23,56	59,2	605,0	404,1	571,0	70,3	680,0	5,07	29	40	77	0,34	1,58	5,62	466,0	3,12
Обед																			
скурих	Овощи консервированные (огурец)	60	0,40	0,05	6,00	42,00	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
гк25	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом и зеленью	250/15/2	2,00	2,80	25,00	125,00	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
гтк553	Биточек из курицы и говядины	100	16,50	17,50	15,10	285,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
гк302	Каша пшеничная вязкая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	897	30,25	27,73	136,27	946,53	1169,0	107,34	367,96	738,90	9,34	17,84	15,49	111,2	0,52	0,20	29,50	27,22	0,66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		51,73	51,29	195,51	1551,53	1573,1	678,34	438,23	1418,9	14,41	46,59	55,50	188,2	0,86	1,78	35,12	493,2	3,78

День: 2 вторник

Льготная категория 2 вариант

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					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																			
таб.8 Скюрихи	Икра кабачковая (пром.)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	197,00	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	0,18	3,80	0,02	0,02	5,00	3,00	0,00
гтк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	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
гк302	Каша ячневая вязкая	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	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
гтк243	Хлеб северный (с ламинариями)	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
Итого:		565	18,9	24,3	88,8	644,8	672,0	228,8	94,5	294,8	5,1	21,6	5,2	75,3	0,2	0,3	21,0	26,8	0,4
Обед																			
скур.г8	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	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
гк38	Солянка домашняя со сметаной и зеленью	260	7,34	2,72	23,21	189,00	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
гтк139	Оладьи из печени с маслом сливочным	100/5	9,00	12,20	20,10	281,00	115,00	7,00	10,00	157,00	4,00	2,70	14,00	100,0	0,14	0,85	17,00	4,02	0,65
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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламинар.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
Итого:		825	25,5	22,3	101,8	799,2	1322,9	304,0	296,7	525,5	10,5	25,2	30,1	271,7	0,6	1,0	70,3	31,1	0,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,4	46,5	190,6	1444,0	1994,9	532,7	391,2	820,2	15,5	46,8	35,3	347,0	0,8	1,3	91,3	57,9	1,1

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					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																			
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	328,00	19,20	35,00	11,70	0,40	0,03	0,30	6,30	0,03	0,03	8,30	4,00	0,00
гтк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	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
гк302	Каша ячневая вязкая	180	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
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	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
гтк243	Хлеб северный (с ламинариями)	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
Итого:		635	21,5	28,3	84,4	719,5	866	248,5	227,5	474,5	7,8	21,8	7,8	68	0,3	0,4	25,3	28,4	0,4
Обед																			
таб.8 Скюрихи	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,10	0,20	8,00	26,00	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
гк38	Солянка домашняя со сметаной и зеленью	260	7,34	2,72	27,21	189,00	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
гтк139	Оладьи из печени с маслом сливочным	120/5	13,00	15,50	25,00	357,00	120,00	8,00	12,00	159,00	5,00	2,80	15,00	110,0	0,15	0,86	20,00	4,50	0,65
гтк15	Рагу овощное	180	5,40	8,04	18,00	175,00	544,80	37,00	25,00	92,00	1,10	4,32	0,23	30,00	0,59	0,05	9,00	0,86	0,00
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламинар.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	25,00	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
Итого:		915	30,97	27,01	126,69	943,15	1515,3	318,38	309,89	551,87	12,25	26,32	31,26	293,4	1,14	1,03	83,29	31,56	0,65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,42	55,26	211,12	1662,7	2381,3	566,83	537,39	1026,3	20,00	48,10	39,10	361,1	1,47	1,40	108,59	59,96	1,00

День: 3 среда

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мк
Завтрак																			
гтк37	Сырники из творога со сгущенным	160	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
гтк243	Батон столовый	30	13,20	13,70	15,58	235,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
гтк103	Какао с молоком	200	3,70	6,30	27,56	209,00	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	1,80	0,03
гтк38	Фрукты свежие(яблоко)	110	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
	Итого:	500	19,4	20,3	59,1	510,5	460,5	207,3	54,6	318,4	2,1	45,6	40,6	399	5,3	0,2	3,4	19,8	0,6
Обед																			
гтк473	Салат из белокочанной и морской капусты	60	1,00	6,12	1,08	44,00	33,00	33,00	28,00	21,60	2,28	750,00	0,20	150,0	0,02	0,03	21,60	2,00	0,00
гтк 270	Борщ Украинский со сметаной и зеленью	250/10/2	1,07	3,79	14,53	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
гтк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	185/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк9	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	26,98	80,00	10,18	12,00	3,40	14,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,14	0,03	200,00	0,00	0,00
	Итого:	907	20,38	28,06	111,07	805,35	747,18	170,48	158,05	316,45	7,56	764,43	6,66	244,7	0,62	0,28	250,67	121,3	0,65
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		39,81	48,36	170,21	1315,85	1207,7	377,78	212,65	634,9	9,63	810,1	47,26	643,4	5,88	0,52	254,02	141,07	1,24

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мк г
Завтрак																			
гтк37	Сырники из творога со сгущенным молоком	180	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
гтк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	13,20	13,70	15,58	255,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
гтк103	Какао с молоком	200	4,40	7,56	40,00	275,00	73,40	15,80	10,00	51,84	1,15	0,88	0,00	14,52	0,08	0,20	0,03	2,16	0,04
гтк 9	Фрукты свежие(яблоко)	120	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
	Итого:	530	21,6	21,6	74,1	600,5	515,7	224,9	59,5	343,8	2,6	48,7	40,8	413	5,3	0,4	11,9	30,2	0,6
Обед																			
гтк473	Салат из белокочанной и морской капусты	60	1,00	6,12	1,08	44,00	33,00	33,00	28,00	21,60	2,28	750,00	0,20	150,0	0,02	0,03	21,60	2,00	0,00
гтк 270	Борщ Украинский со сметаной и зеленью	250/10/2	1,07	3,79	14,53	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
гтк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	200/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк9	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	26,98	80,00	10,18	12,00	3,40	14,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,14	0,03	200,00	0,00	0,00
	Итого:	957	20,38	28,06	111,07	805,35	747,18	170,48	158,05	316,45	7,56	764,4	6,66	244,7	0,62	0,28	250,67	121,27	0,65
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		42,02	49,62	185,15	1405,85	1263	395	218	660	10	813	47	658	5,9	0,6	262,5	151,4	1

День: 4 четверг

Льготная категория 2 вариант

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				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																			
таб.8 Сквиржин	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	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
гтк523	Гуляш из птицы в соусе молочном	100	10,12	13,20	15,20	218,00	191,00	391,00	198,7	22,47	1,29	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	30	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
гк6	Отвар из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	26,40	108,0	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	15,00	0,50
таб.9 Сквиржин	Фрукты свежие(яблоко)	130	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
Итого:		540	15,91	19,22	83,45	559,50	1040,0	501,75	302,74	162,72	4,29	11,50	22,34	308,4	0,36	0,38	57,66	126,30	0,79
Обед																			
гтк126	Салат "Витаминный"	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
гк95	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25/2	5,07	5,22	17,68	130,00	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
гтк142	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
гк2	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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
Итого:		827	28,56	30,88	117,47	844,30	1002,1	143,40	312,35	713,85	11,59	6,61	6,65	19,0	0,58	0,18	20,00	20,22	0,01
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,47	50,10	200,92	1403,80	2042,1	645,2	615,09	876,6	15,88	18,11	28,99	327,4	0,94	0,56	77,66	146,5	0,8

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				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																			
скур.г8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100	1,26	0,20	6,33	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
гтк523	Гуляш из птицы в соусе молочном	100	10,12	13,20	15,20	180,00	191,00	391,00	198,7	22,47	1,29	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	30	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
гк6	Отвар из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	26,40	108,0	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	15,00	0,50
таб.9 Сквиржин	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,0	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
Итого:		610	17,86	21,98	91,96	632,04	1136,6	515,15	313,94	187,12	5,04	11,80	22,47	315,1	0,38	0,39	70,66	59,80	0,79
Обед																			
гтк126	Салат "Витаминный"	100	4,00	8,00	2,98	75,00	147,00	11,50	21,00	7,00	0,30	2,46	0,08	26,70	0,02	0,04	5,00	0,00	0,00
гк95	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25/2	5,07	5,22	17,68	130,00	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
гтк142	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
гк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
Итого:		907	31,72	38,70	130,13	943,33	1144,3	147,34	361,01	789,85	12,44	9,44	7,44	63,1	0,59	0,20	20,00	24,22	0,01
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,58	60,68	222,09	1575,37	2280,9	662,5	674,95	977,0	17,48	21,24	29,91	378,2	0,97	0,59	90,66	84,0	0,80

День: 5 пятница

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																			
тк174	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150/10	12,90	10,70	18,50	228,00	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
тгк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	3,88	3,20	12,85	80,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк12	Яйцо отварное	52	1,88	0,20	12,85	60,70	58,10	4,75	16,25	3,25	0,30	0,06	13,51	24,2	0,03	0,18	0,00	0,00	78,00
тгк103	Какао с молоком	200	3,77	2,50	26,00	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
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(мандарины)	130	0,40	0,40	11,00	47,00	278,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	10,00	3,00	0,00
Итого:		442	22,8	17,0	81,2	567,7	740,1	297,6	62,7	61,6	1,9	11,7	43,8	84,0	0,4	0,6	25,1	152,8	80,5
Обед																			
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
тгк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	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
тк22	Рыба(филе) жареное с луком	90	14,67	10,40	31,88	285,00	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
тгк 422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	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
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
тгк434	Кисель фруктовый	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
Итого:		825	26,48	23,71	114,89	822,3	1665,3	323,75	468,37	389,70	8,50	21,56	4,03	130,8	0,83	0,59	96,77	172,8	3,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,31	40,71	196,09	1390,0	2405,4	621,35	531,07	451,30	10,38	33,30	47,80	214,9	1,25	1,14	121,89	325,6	84

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																			
тк174	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	180	14,60	14,27	35,00	337,50	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
тгк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	3,88	3,20	12,85	80,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк12	Яйцо отварное	52	1,88	0,20	12,85	60,70	58,10	4,75	16,25	3,25	0,30	0,06	13,51	24,2	0,03	0,18	0,00	0,00	78,00
тгк103	Какао с молоком	200	3,77	2,50	26,00	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
т.9 Скур.	Фрукты свежие(мандарины)	130	0,50	0,50	11,00	55,90	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
Итого:		622	24,6	20,7	97,7	686,1	740,1	297,6	65,2	74,6	2,5	13,0	44,0	89,0	0,4	0,6	30,1	157,3	80,5
Обед																			
скур.т8	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
тгк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	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
тк22	Рыба(филе) жареное с луком	100	14,67	10,40	35,42	337,00	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
тгк 422	Картофель запеченый по-деревенски	180	3,84	10,30	26,23	223,00	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
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
тгк434	Кисель фруктовый	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
Итого:		905	27,87	25,65	127,65	916,35	1721,7	330,55	468,77	390,80	8,73	22,76	4,15	137,6	0,84	0,61	100,77	176,75	2,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,50	46,32	225,35	1602,43	2461,8	628,15	533,97	465,40	11,26	35,74	48,11	226,6	1,27	1,18	130,89	334,1	84

День: 1 понедельник

Льготная категория 2 вариант

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					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																			
тгк265,	Каша молочная жидкая "Дружба" с маслом сл.	205	8,28	7,98	37,50	304,0	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
тгк243	Бутерброд(батон) с колбасными	60	6,50	8,90	12,80	94,50	195,00	180,00	25,25	133,2	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк37	Какао с витаминами "Витощка"	200	3,77	2,50	26,00	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
тк38	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
	Итого:	565	19,25	19,48	83,80	587,78	659,18	578,00	205,25	185,60	2,05	10,80	14,26	#####	0,45	0,39	51,70	226,00	0,00
Обед																			
тк187	Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	60	0,60	3,20	6,60	45,00	70,20	28,00	16,00	22,00	0,60	0,60	0,10	6,00	0,04	0,01	22,00	0,15	0,00
Сб.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	3,87	4,32	17,20	121,00	322,70	38,50	31,65	106,60	1,23	4,08	0,37	22,43	0,10	0,08	8,00	0,21	0,65
тк75	Биточки по-беларуски	90	15,50	11,20	10,60	231,00	270,00	12,00	16,00	105,00	3,00	6,34	0,00	55,00	0,03	0,12	0,00	0,01	1,10
тк80	Картофель тушеный	150	3,90	7,80	24,30	187,00	408,50	19,00	24,00	60,00	1,85	9,30	6,68	103,9	0,08	0,16	7,00	0,19	0,01
тгк243/1	Хлеб "Пшенич." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
тк21	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00	26,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,00	0,10	0,10	0,01	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	910	28,095	27,07	101,375	797,35	1179,2	118	155,65	314,85	7,956	24,22	10,35	201,4	0,3425	0,395	40	0,56	1,76
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,35	46,55	185,18	1385,13	1838	696,00	360,90	500,45	10,01	35,02	24,61	416	0,79	0,79	91,70	226,56	1,76

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					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																			
тгк265,	Каша молочная жидкая "Дружба" с	205	8,28	7,98	37,50	304,0	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
тгк243	Бутерброд(батон) с колбасными	60	6,50	8,90	12,80	94,50	195,00	180,00	25,25	133,2	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк37	Какао с витаминами "Витощка"	200	3,77	2,50	26,00	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
тк38	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
	Итого:	565	19,3	19,5	83,8	587,8	659,2	578,0	205,3	185,6	2,1	10,8	14,3	215	0,5	0,4	51,7	226,0	3,5
Обед																			
тк187	Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	100	1,00	5,20	15,00	109,00	145,00	30,00	18,00	24,00	1,00	1,00	0,20	10,00	0,05	0,01	24,00	0,16	0,00
Сб.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	3,87	4,32	17,20	121,00	322,70	38,50	31,65	106,60	1,23	4,08	0,37	22,43	0,10	0,08	8,00	0,21	0,65
тк75	Биточки по-беларуски	100	17,50	15,20	17,60	256,70	270,00	12,00	16,00	105,00	3,00	6,34	0,00	55,00	0,03	0,12	0,00	0,01	1,10
тк80	Картофель тушеный	180	6,50	10,80	34,20	224,00	408,50	19,00	24,00	60,00	1,85	9,30	6,68	103,9	0,08	0,16	7,00	0,19	0,01
тгк243/1	Хлеб "Пшенич." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
тк21	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00	26,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,00	0,10	0,10	0,01	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	890	33,095	36,07	126,675	924,05	1254,0	120,00	157,65	316,85	8,36	24,62	10,45	205,4	0,35	0,40	42,00	0,57	1,76
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		52,35	55,55	210,48	1511,83	1913,2	698,00	362,90	502,5	10,41	35,42	24,71	419,9	0,80	0,79	93,70	226,6	5,30

День: 2 вторник

Льготная категория

2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
Завтрак																			
гтк516	Салат "Уральский"	60	1,20	3,10	7,80	38,00	180,00	31,20	9,36	32,94	0,47	1,80	0,20	6,00	0,04	0,03	14,70	15,00	0,10
гтк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	13,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
гтк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	6,92	25,88	214,00	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
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
гтк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,0	1,68
	Итого:	535	22,89	24,20	81,26	603,5	708,2	135,5	212,9	408,7	9,1	11,0	4,5	80	0,6	0,7	36,7	145,6	1,8
Обед																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	0,56	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
гтк7	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
гтк4а	Рыба тушеная в томате с овощами	100	5,78	8,10	26,28	238,00	471,0	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,40	0,40	10,00	47,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
	Итого:	935	21,22	22,37	114,92	771,15	2248,4	261,10	217,75	332,75	8,42	15,40	5,77	86,2	0,54	0,29	51,00	49,82	0,12
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		44,11	46,57	196,18	1374,65	2956,6	396,55	430,61	741,44	17,54	26,39	10,27	165,8	1,16	0,94	87,70	195,4	1,90

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
Завтрак																			
гтк516	Салат "Уральский"	100	3,68	4,90	4,01	126,00	300,00	52,00	15,60	54,90	0,79	3,00	0,30	10,00	0,05	0,04	24,50	25,00	0,20
гтк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	13,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
гтк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	5,92	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
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
гтк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,0	1,68
	Итого:	575	25,37	25,00	77,47	712,0	828,2	156,3	219,1	430,7	9,4	12,2	4,6	84	0,6	0,7	46,5	155,6	1,9
Обед																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,50	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
гтк7	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
гтк4а	Рыба тушеная в томате с овощами	130	5,78	8,10	26,28	285,00	471,0	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,40	0,40	10,00	47,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
	Итого:	1025	23,215	25,07	126,835	886,35	2304,8	267,9	218,15	333,85	8,645	16,6	5,89	93,01	0,5525	0,31	55	53,82	0,12
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,59	50,07	204,305	1598,37	3133	424,15	437,25	764,5	18,085	28,79	10,49	176,6	1,1825	0,97	101,5	209,4	2

День: 3 среда

Льготная категория _____

2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																			
гтк37	Сырники из творога со сгущенным	160	14,60	15,60	33,50	365,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
гтк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
гтк103	Какао с молоком	200	3,77	2,50	26,00	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
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,20	0,20	11,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	540	20,5	18,5	83,4	617,0	700,7	269,8	56,3	454,5	6,4	8,2	27,0	164,9	0,6	1,3	63,0	138,6	2,5
Обед																			
гтк4а	Икра свекольная	60	0,80	3,10	7,50	41,00	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
гтк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	199,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
гтк45	Плов по-узбекски из говядины	200	16,23	19,29	38,15	385,00	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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	95,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	760	30,18	33,98	114,03	835,35	1125,6	313,26	454,59	445,16	6,93	20,40	20,36	153,4	0,52	0,26	22,50	0,00	0,01
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50,63	52,48	197,38	1452,33	1826,3	583,01	510,84	899,61	13,33	28,56	47,36	318,3	1,08	1,59	85,50	138,6	2,51

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																			
гтк37	Сырники из творога со сгущенным	170	14,60	15,60	35,70	370,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
гтк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
гтк103	Какао с молоком	200	3,77	2,50	26,00	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
таб.9 Скурихи	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,40	0,40	9,50	43,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	550	20,7	18,7	84,1	625,0	700,7	269,8	56,3	454,5	6,4	8,2	27,0	164,9	0,6	1,3	63,0	138,6	2,5
Обед																			
гтк4а	Икра свекольная	100	1,30	5,16	15,50	68,00	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
гтк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	199,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
гтк45	Плов по-узбекски из говядины	225	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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	95,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	825	32,675	38,0335	122,026	962,35	1209,4	327,26	462,59	459,86	7,63	21,93	20,52	158,2	0,53	0,26	25,80	0,00	0,01
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53,325	56,7335	206,076	1587,33	1910,1	597,01	518,84	914,31	14,03	30,09	47,52	323,1	1,09	1,59	88,80	138,6	2,51

День 4 четверг

Льготная категория

2 вариант

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					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																			
тк16	Салат из свежих огурцов с луком	60	0,70	3,10	1,90	42,00	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
тк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28		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
тк459/1	Напиток "таежный"(чай с брусникой)	200	0,40	0,10	18,40	85,00	56,20	12,50	10,10	15,90	1,10	0,00	0,04	0,52	0,00	0,01	7,50	0,31	0,00
таб.6 Скурихи	Кондитерские изделия	50	1,88	1,50	16,50	85,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
Итого		585	17,28	19,38	76,00	617,50	594,87	55,25	84,10	506,15	9,00	7,52	24,78	171,82	0,34	1,31	36,73	74,12	0,06
Обед																			
тк	Зеленый горошек консер. (порционно)	60	1,50	0,10	6,25	35,00	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
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	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
тк115	Котлеты по-хлыновски с оусом	90/50	109	10,80	11,10	8,00	276,00	259,00	140,00	22,00	340,00	2,00	5,30	2,70	37,50	0,12	0,12	4,00	0,02
тк 35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Шеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
тк206	Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	25,00	128,00	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
Итого:		842	126,245	27,09	114,125	577,05	1258	598,45	316,15	364,25	343,58	33,11	20,64	125,1	37,913	0,656	13,12	55,01	0,48
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		143,53	46,47	190,13	1194,55	1852,9	653,70	400,25	870,4	352,58	40,63	45,42	296,9	38,25	1,96	49,85	129,1	0,54	

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					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																			
тк16	Салат из свежих огурцов с зел.луком	100	3,26	2,20	3,50	75,00	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
тк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
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
тк243	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
тк459/1	Напиток "таежный"(чай с брусникой)	200	0,40	0,10	18,40	85,00	56,20	12,50	10,10	15,90	1,10	0,00	0,04	0,52	0,00	0,01	7,50	0,31	0,00
таб.9 Скурихи	Кондитерские изделия	50	1,88	1,50	16,50	85,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
Итого		655	20,94	19,44	92,11	688,70	650,67	70,85	96,70	537,75	9,91	7,23	24,91	170,38	0,37	1,39	49,75	7,59	0,03
Обед																			
тк	Зеленый горошек консер. (порционно)	100	2,50	0,30	14,00	58,00	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
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	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
тк115	Котлеты по-хлыновски с соусом	100/50	110	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
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Шеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
тк206	Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	25,00	128,00	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
Итого:		927	129,49	31,40	129,76	665,75	1326,0	534,45	346,65	369,8	428,58	33,61	21,25	125,4	42,16	0,72	18,01	56,01	0,49
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		150,43	50,84	221,87	1354,45	1976,7	605,30	443,35	907,5	438,49	40,84	46,16	295,8	42,53	2,11	67,76	63,60	0,52	

День: 5 пятница

Льготная категория

2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																			
таб.9 Скурихин	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
гтк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гтк319	Ризотто школьное	150	2,68	5,00	21,35	220,00	242,00	10,00	31,00	84,00	0,60	5,28	20,00	114,0	0,06	0,06	2,52	0,00	0,00
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	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
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	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
	Итого	625	17,7	16,9	86,3	585,0	816,5	238,4	66,3	280,8	2,4	20,4	43,6	402	5,2	0,4	43,7	67	0,8
ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :			192,7	195,9	783,9	5779,7	6788,8	3075,3	1179,3	3210,2	46,7	179,7	260,3	1980	18,5	6,8	341,4	1208,6	90,4
в среднем за один день (завтрак)			19,27	19,59	78,39	577,97	678,88	307,53	117,93	321,02	4,67	17,97	26,03	198,0	1,85	0,68	34,14	120,86	9,04
Обед																			
гтк521	Салат из белокочанной капусты	60	0,50	2,10	10,80	47,00	84,60	11,00	5,00	8,00	0,60	1,80	0,18	10,20	0,01	0,02	14,00	6,00	0,00
гтк17	Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	12,80	102,00	362,70	48,00	27,00	85,00	1,20	5,08	0,37	30,83	0,10	0,08	13,00	0,12	0,65
гтк142	Сосиска отварная молочная	100	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
гтк90	Каша гречневая рассыпчатая 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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	25,00	128,00	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
	Итого:	925	23,79	33,29	112,16	845,67	1194,1	145,50	252,00	497,25	11,08	12,23	6,15	65,2	0,51	0,30	32,00	6,7	0,65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,5	50,2	198,5	1430,7	2010,6	383,9	318,3	778,1	13,5	32,6	49,8	466,8	5,7	0,7	75,7	74	1,4
ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:			377,4	290,6	1210,5	7922,2	13636	2716,4	3025,0	4832,6	426,9	961,0	169,1	1793	48,1	4,6	668,5	544,5	8,8
в среднем за один день (обед)			37,7442	29,057	121,05	792,2152	1363,6	271,64	302,495	483,263	42,69	96,1	16,908	179,3	4,81443	0,4581	66,853	54,445	0,876
Итого за 10 дней			570,1	486,5	1994,4	13701,9	20425	5791,7	4204,2	8042,8	473,6	1140,7	429,4	3773	66,6	11,4	1009,9	1753,1	99,1
Итого в среднем за 1 день			57,01	48,65	199,44	1370,19	2042,5	579,17	420,42	804,28	47,36	114,07	42,94	377	6,66	1,14	100,99	175,31	9,91

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
Завтрак																			
скурихин	Овощи консервированные (огурец)	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
гтк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	13,00	12,00	29,00	189,00	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гтк319	Ризотто школьное	180	4,50	7,50	26,00	274,00	242,00	10,00	31,00	84,00	0,60	5,28	20,00	114,0	0,06	0,06	2,52	0,00	0,00
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	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
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	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
	Итого	605	21,4	21,1	95,6	655,2	708,3	213,0	60,1	266,6	2,4	20,1	43,5	252	5,2	0,4	9,7	70	0,6
ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :			214,65	219,69	840,44	6511,82	7209,6	3145,0	1373,76	3635,06	53,23	182,45	269,35	1847	13,95	7,45	364,19	1339,2	93,90
в среднем за один день (завтрак)			21,47	21,97	84,04	651,18	720,96	314,50	137,38	363,51	5,32	18,25	26,94	184,7	1,39	0,75	36,42	133,92	9,39
Обед																			
гтк521	Салат из свежих фруктов	100	2,50	3,00	16,50	105,00	84,60	11,00	5,00	8,00	0,60	1,80	0,18	10,20	0,01	0,02	14,00	6,00	0,00
гтк17	Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	12,80	102,00	362,70	48,00	27,00	85,00	1,20	5,08	0,37	30,83	0,10	0,08	13,00	0,12	0,65
гтк142	Сосиска отварная молочная	100	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
гтк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	5,51	8,30	31,06	257,00	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
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	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
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	1005	26,71	35,57	123,04	926,15	927,1	146,56	277,00	539,25	11,68	12,52	6,65	67,0	0,61	0,31	33,00	6,9	0,65

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,09	56,62	218,64	1581,35	1635,4	359,56	337,05	805,85	14,10	32,60	50,15	318,7	5,78	0,72	42,68	77	1,23
ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:		386,3	313,3	1260,1	8919,4	13319	2470,3	3127,7	4807,4	515,2	950,1	129,8	1499	47,9	4,3	658,0	498	8,0
<i>в среднем за один день (обед)</i>		38,63	31,33	126,01	891,94	1331,9	247,03	312,77	480,74	51,52	95,01	12,98	149,9	4,79	0,43	65,80	50	0,80
Итого за 10 дней		601,0	533,0	2100,6	15431,2	20528	5615,2	4501,5	8442,5	568,4	1132,5	399,1	3346	61,9	11,8	1022,2	1838	101,9
Итого в среднем за 1 день		60,10	53,30	210,06	1543,12	2052,8	561,52	450,15	844,25	56,84	113,25	39,91	334,6	6,19	1,18	102,22	183,8	8,49

Технолог отдела общественного питания

И.И.Корниенко
