

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ «СШ №3»  
  
«СШ №3» \_\_\_\_\_ 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Азбука питания»  
Широканова Е.А.  
\_\_\_\_\_ 2024 гю



**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ, ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ), ОБЕДОВ, ПОЛДНИКОВ.**

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ.**

**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-4 КЛАССЫ И 5-11 КЛАССЫ.**

**2024-2025 год**

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ

№	Наименование блюда	СРБ и ЮН	Выход, г	Липидная энергетиче- ская ценность			Энергиче- ская ценность ккал	Витамины мг					Минеральные вещества мг							
				Жиры	Углевр.	Белки		В1	В2	С	Р	В	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Са	F
<b>1 неделя</b>																				
<b>1 день</b>																				
1	Борщ с капустой и картофелем	110 (22)	200	1,132	2,974	8,563	67	0,03	0,03	0,92	0,02	1,27	27,07	34,58	16,53	0,74	32,99	0,00	0,00	0,71
2	Салатка студени	(13)	10	2,384	2,110	0,090	28	0,01	0,00	0,00	0,04	0,05	4,31	28,82	3,25	0,40	25,93	0,00	0,00	0,44
3	Запеканка из творога, картофеля и моркови	24 (12)	1	0,020	3,000	0,025	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	6,81	0,61	0,01	0,11	0,20	0,00	0,02
4	Сметана	(1)	5	0,400	2,620	0,157	1	0,00	0,00	0,01	3,00	0,01	1,87	3,65	0,38	0,31	2,53	0,00	0,00	0,04
5	Пшеница отварная	(12)	200	16,414	13,564	90,936	791	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,88	1,57	0,58	0,38	1,87	0,00	0,00	0,05
6	Сметана	(1)	20	0,413	2,403	0,226	26	0,00	0,00	0,30	12,00	0,05	15,45	30,01	1,57	0,30	10,13	0,00	0,00	0,16
7	Масло сливочное	(12)	5	0,085	3,408	0,381	31	0,00	0,00	0,00	20,00	0,09	1,20	1,50	0,00	0,01	1,50	0,00	0,00	0,00
8	Каша из ячменя ов	(17)	200	0,169	0,047	25,558	403	0,01	0,01	1,75	0,07	0,07	6,90	7,50	4,50	0,42	7,00	0,00	0,00	0,13
9	Батон пшеничный с отрубями	(10)	30	1,167	0,720	1,341	19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
10	Хлеб "Дарницкий"	(12)	30	1,673	0,310	13,480	63	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	6,00	31,80	7,50	0,90	31,80	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>				<b>24,132</b>	<b>23,343</b>	<b>161,828</b>	<b>738</b>	<b>0,08</b>	<b>0,07</b>	<b>10,11</b>	<b>33,11</b>	<b>1,51</b>	<b>80,83</b>	<b>116,23</b>	<b>38,91</b>	<b>1,64</b>	<b>114,78</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>2,32</b>
<b>2 день</b>																				
1	Суп гороховый	139 (22)	250	4,063	4,587	16,173	127	0,17	0,06	4,60	0,00	1,93	30,23	92,49	33,18	1,71	88,24	0,01	0,00	1,67
2	Салатка студени	(17)	16	7,030	5,780	0,053	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	5,06	78,10	4,43	0,30	28,68	0,00	0,00	0,13
3	Запеканка из творога, картофеля и моркови	24 (12)	1	3,020	0,000	0,058	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	6,81	0,61	0,31	0,11	0,20	0,00	0,02
4	Жареная курица с картофелем и капустой	426 (24)	200	13,658	15,819	16,800	272	0,15	0,12	10,20	0,10	2,48	27,81	200,52	47,84	2,86	191,30	0,01	0,00	3,36
5	Салат фруктовый	707 (22)	250	1,112	0,165	72,967	98	0,06	0,06	32,00	0,00	0,00	31,68	22,62	19,14	0,30	21,50	0,00	0,00	0,53
6	Хлеб "Дарницкий"	(12)	30	1,115	0,201	4,868	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,90	31,20	5,00	0,62	21,20	0,00	0,00	0,00
7	Хлеб пшеничный	(17)	30	2,193	0,280	14,981	71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,18	46,13	14,31	1,13	45,58	0,00	0,00	1,23
<b>Итого:</b>				<b>24,828</b>	<b>26,336</b>	<b>12,423</b>	<b>650</b>	<b>0,53</b>	<b>0,44</b>	<b>47,33</b>	<b>0,19</b>	<b>4,47</b>	<b>112,23</b>	<b>114,44</b>	<b>119,32</b>	<b>7,37</b>	<b>287,07</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>7,94</b>

3 день																				
1	Щи из свежей капусты с картофелем	124 (22)	200	4,180	0,135	0,150	08	0,04	0,07	10,01	0,05	1,37	28,16	32,82	34,27	0,54	21,34	0,00	2,30	0,61
2	Сонник отварный	357 (13)	10	2,015	5,187	0,054	55	0,09	3,28	0,00	0,00	0,27	1,73	27,74	4,21	0,38	27,74	0,00	5,50	0,51
3	Салат из петрушки, укропа паричами	24 (12)	1	0,300	0,000	0,260	0	0,00	0,01	0,40	0,00	0,30	1,90	0,21	0,84	0,01	0,77	0,01	5,00	0,02
4	Салатные	11	10	0,207	1,241	0,313	11	0,00	1,60	0,02	0,00	0,20	7,74	5,31	0,70	0,02	5,06	0,00	0,00	0,09
5	Голень запеченная	429 (12)	50	13,204	20,763	3,077	293	0,10	0,60	2,28	2,30	1,73	22,03	104,08	22,08	1,51	184,08	0,01	0,00	3,45
6	Пюре картофельное	472 (18)	150	2,513	4,168	19,203	125	0,12	0,13	10,38	15,30	0,14	28,48	81,77	28,42	1,04	70,97	0,01	0,00	1,25
7	Комплт из клубники и смородины пржи	4шт (17)	200	0,352	0,183	22,585	93	0,01	0,01	32,00	0,00	0,54	68,17	17,27	9,90	0,05	11,94	0,00	0,00	0,38
8	Хлеб пшеничный	(12)	20	1,207	0,189	0,560	44	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	6,18	27,49	8,18	0,08	26,23	0,00	0,00	0,70
9	Хлеб "Дружба"	(12)	20	1,115	0,207	0,946	42	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	4,40	21,20	5,00	0,02	21,20	0,00	0,00	0,60
10	Орехи свежие	(7)	150	1,014	0,568	11,015	56	0,02	0,00	270,00	0,00	0,00	63,20	51,00	57,50	1,20	51,00	0,00	0,00	1,50
Итого:				22,717	35,879	71,608	743	0,44	0,38	323,17	23,80	2,78	297,89	446,54	158,81	6,57	428,28	0,03	0,01	9,37
4 день																				
1	Суп картофельный с колбасой	4шт (7)	200	3,704	6,180	10,542	113	0,10	0,12	13,81	0,07	0,24	25,51	87,63	22,51	1,15	87,63	0,01	0,00	2,01
2	Салат из петрушки, укропа паричами	24 (12)	1	0,300	0,000	0,055	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,90	0,01	0,01	0,01	0,77	0,00	0,01	0,02
3	Грудка куриная в соусе	175	100	11,189	15,943	3,826	209	0,04	0,14	0,80	4,14	1,44	14,43	124,48	15,46	1,00	134,03	0,10	0,00	0,29
4	Салат из авокадо	469 (12)	150	4,751	4,200	34,428	180	0,05	0,09	0,00	21,00	0,22	12,95	46,77	5,25	1,54	46,77	0,00	0,00	1,06
5	Напиток из плодов шиповника	705 (22)	200	0,254	0,116	21,252	67	0,01	0,01	50,00	0,00	0,27	5,40	1,39	1,39	0,28	1,32	0,00	0,00	0,04
6	Хлеб пшеничный	(12)	30	1,311	0,248	12,841	68	0,04	0,04	0,00	0,00	0,20	0,24	43,74	12,27	1,50	79,74	0,00	0,00	1,06
7	Батон пшеничный с орехами	101	25	1,489	0,602	1,118	16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				22,188	27,189	84,264	574	0,30	0,40	47,07	33,84	2,77	69,26	311,78	60,71	4,32	308,33	0,02	0,00	4,47

5 день																			
1 Суп-пюре домашний	148 (22)	200	1 056	3,867	10 204	83	0,03	0,03	0,48	0,01	1,66	13,57	26,64	0,43	0,19	25,82	0,00	1,00	0,01
2 Зелень петрушки, укропа порубанная	24 (3)	4	0,020	0,000	0,365	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	0,81	0,61	0,01	0,77	0,00	0,00	0,02
3 Грудин куриная отварная	(7)	10	2,466	0,472	2,924	13	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	1,58	0,41	0,11	0,01	0,38	0,00	0,00	0,01
4 Шампиньоны свежие	387 (12)	100	9,740	30,285	4,025	328	0,40	0,40	1,11	15,92	2,82	20,83	139,70	21,51	1,41	130,40	0,01	0,00	2,56
5 Рис отварной	461 (12)	150	2,072	4,405	24,863	192	0,03	0,04	0,00	10,80	0,23	5,53	72,30	23,51	0,48	58,97	0,00	0,00	1,48
6 Нарезанное тертое сливочное см	(7)	200	0,595	0,040	16,126	73	0,00	0,01	9,60	0,00	0,07	4,73	1,45	1,20	0,19	3,79	0,00	0,00	0,41
7 Батон пшеничный порубленный	(8)	30	1,787	0,720	1,341	19	0,30	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
8 Масло "Дарницкое"	(12)	15	0,837	1,155	6,740	32	0,02	0,03	0,00	0,00	0,00	3,45	15,50	1,78	0,47	15,90	0,02	0,00	0,45
<b>Итого:</b>			<b>10 594</b>	<b>42,433</b>	<b>75,466</b>	<b>740</b>	<b>0,48</b>	<b>0,49</b>	<b>11,50</b>	<b>32,13</b>	<b>4,56</b>	<b>50,89</b>	<b>258,42</b>	<b>58,66</b>	<b>2,97</b>	<b>358,64</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>5,22</b>
6 день																			
1 Суп из овощей	126 (21)	300	1,400	2,586	7,739	88	0,06	0,05	6,82	0,00	1,50	16,21	16,90	16,04	0,54	34,30	0,02	0,00	0,64
2 Лук репчатый	(1)	5	0,420	0,025	0,157	7	0,00	0,00	0,01	1,30	0,01	3,47	2,65	0,39	0,01	2,53	0,00	0,00	0,04
3 Зелень петрушки	(12)	10	2,368	2,118	0,000	29	0,01	0,00	0,00	0,04	0,05	4,51	25,82	0,78	0,49	25,59	0,00	0,00	0,44
4 Зелень петрушки, укропа порубанная	24 (12)	4	0,020	0,000	0,025	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	0,81	0,61	0,01	0,77	0,00	0,00	0,02
5 Колбаса свиная	(7)	30	5,582	11,506	10 340	207	0,19	0,21	0,72	1,96	2,14	25,57	166,09	37,02	1,86	158,47	0,00	0,00	3,91
6 Фарш свиной с мясом и грибами	461 (12)	150	6,091	5,340	24,502	711	0,21	0,24	0,00	12,63	0,49	13,85	181,17	20,02	4,05	172,84	0,00	0,00	3,60
7 Нарезанное курица	(7)	200	0,677	0,058	16,036	75	0,00	0,00	0,77	0,00	0,85	15,03	27,57	14,57	0,48	29,57	0,00	0,00	0,46
8 Хлеб пшеничный	(12)	45	2,415	0,321	17,124	81	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	12,30	54,38	16,36	1,30	52,46	0,00	0,00	1,41
<b>Итого:</b>			<b>23 271</b>	<b>25,333</b>	<b>87,998</b>	<b>1 772</b>	<b>0,50</b>	<b>0,55</b>	<b>8,71</b>	<b>17,60</b>	<b>5,04</b>	<b>106,04</b>	<b>498,38</b>	<b>207,46</b>	<b>8,75</b>	<b>478,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>10,61</b>

2 неделя																				
1 день																				
1	Уго розовоскоп (из крошки рыбы)	256 (27)	200	7,037	4,572	11,756	116	0,07	0,08	6,72	14,40	0,17	16,00	50,56	21,19	0,56	48,18	0,00	0,00	0,90
2	Колбасы московские	475 (13)	50	10,182	14,000	9,426	268	0,12	0,09	0,94	0,80	2,10	15,57	148,05	24,57	2,43	448,00	0,01	0,00	2,79
3	Сметана стандарт	459 (14)	150	4,797	4,000	34,428	856	0,04	0,03	0,00	21,00	0,37	12,58	48,22	6,28	0,84	46,22	0,00	0,00	1,06
4	Надпись из вымытой	(17)	700	0,169	0,047	25,598	800	0,01	0,00	3,75	0,07	0,07	3,97	7,98	6,50	0,47	7,50	0,00	0,00	0,19
5	Хлеб пшеничный	(12)	30	1,871	0,242	12,841	61	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	2,24	44,24	12,07	1,50	39,34	0,00	0,00	1,06
6	Хлеб "Дарницкий"	(12)	30	1,873	0,210	12,480	63	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	5,90	51,80	7,50	0,60	51,80	0,00	0,00	0,90
	Итого:			25,668	23,335	107,688	742	0,16	0,13	14,47	36,67	1,14	73,77	329,81	80,67	6,62	321,58	0,01	0,01	4,35
2 день																				
1	Сыр вытопленный с колбасой	40 (15)	200	3,204	6,180	10,942	112	0,17	0,17	11,87	0,07	0,24	25,57	87,00	37,54	1,15	87,82	0,01	0,00	2,61
2	Зелень петрушка, укропа подорожник	24 (17)		0,020	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,96	0,01	0,01	0,01	0,07	0,00	0,00	0,02
3	Калачи с изюмом-сливочные	442 (22)	100	12,445	13,068	7,454	202	0,05	0,02	3,10	12,12	0,45	19,36	154,20	22,55	2,24	147,11	0,01	0,00	2,73
4	Хлеб отрубной	465 (12)	150	3,072	4,444	34,562	192	0,03	0,04	0,20	16,22	0,23	5,55	72,10	23,51	0,48	68,97	0,00	0,00	1,46
5	Нашинк. анжуйский	808 (22)	200	0,000	0,000	12,000	50	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,20
6	Хлеб пшеничный	(12)	30	1,115	0,290	14,201	74	0,05	0,05	3,20	0,00	0,00	10,78	48,11	14,11	1,15	48,96	0,00	0,00	1,23
7	Хлеб "Дарницкий"	(12)	30	1,115	0,207	5,988	42	0,02	0,02	0,50	0,00	0,00	4,80	21,20	5,00	0,62	21,20	0,00	0,00	0,60
	Итого:			22,469	24,717	85,687	672	0,28	0,26	14,67	37,06	0,94	64,16	384,26	68,45	5,84	371,18	0,02	0,01	8,06
3 день																				
1	Борщ с капустой и картофелем	110 (22)	200	1,122	2,974	6,962	67	0,01	0,01	5,90	0,00	1,27	23,57	33,84	16,21	0,71	32,32	0,00	0,00	0,60
2	Сметана	(15)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,00	3,02	6,00	0,02	7,74	3,21	0,78	0,02	5,20	0,00	0,00	0,69
3	Зелень петрушка, укропа подорожник	24 (12)		0,020	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,36	0,01	0,01	0,01	0,07	0,00	0,00	0,02
4	Хлеб отрубной	(12)	10	2,364	2,318	0,000	29	0,01	0,00	0,00	0,04	0,01	4,51	20,82	2,23	0,42	25,59	0,00	0,00	0,44
5	Битки Рассольные	(10)	50	0,199	11,220	12,410	192	0,12	0,13	0,00	0,00	0,62	12,50	147,01	26,72	2,42	136,29	0,01	0,00	2,41
6	Гречка отварная рассольная с мяс.	460 (12)	150	6,993	5,040	34,902	211	0,21	0,24	0,00	12,60	0,43	13,48	411,17	130,67	4,05	172,84	0,01	0,00	3,09
7	Сок фруктовый	707 (22)	200	1,112	0,100	22,967	58	0,06	0,06	12,00	0,00	0,00	31,68	22,62	19,14	0,52	21,58	0,00	0,00	0,53
8	Хлеб "Дарницкий"	(12)	30	1,115	0,207	8,988	42	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	4,80	21,20	5,00	0,62	21,20	0,00	0,00	0,60
9	Биток вытопленный с петрушкой	(11)	30	1,587	0,720	1,341	18	0,04	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			24,527	23,688	89,528	648	0,47	0,49	38,34	18,22	2,46	101,60	434,43	192,83	8,26	415,43	0,02	0,01	9,01



4 день																			
1 Суп картофельный	133 (22)	200	3 733	3 658	13 418	102	0,12	0,07	3,08	0,00	1,54	24,16	11,96	26,54	1,37	70,59	0,01	0,00	1,34
2 Зелень петрушки, укропа поринем	24 (12)	1	0 020	0 000	0 055	0	0,00	0,00	0 40	0 00	0 00	1 96	0 81	0 01	0 01	0 77	0 20	0 00	0 02
3 Горошек вареный целерган	01	10	2 148	0 468	0 000	13	0,00	0,00	0 00	0 00	0 00	0 85	0 13	0 04	0 01	0 12	0 20	0 00	0 00
4 Пшеница отварная	1121	200	16 414	13 564	50 930	191	0,00	0,00	0 00	0 00	0 00	9 66	1 90	0 58	0 08	1 87	0 20	0 00	0 05
5 Масло сливочное	00	5	0 052	2 899	0 014	27	0,00	0 00	0 00	12 00	0 04	4 90	1 30	0 00	0 01	1 23	0 20	0 00	0 03
6 Сметана	17	10	0 207	1 241	0 213	11	0,00	0 00	0 02	6 00	0 02	7 70	5 31	0 78	0 02	6 06	0 20	0 00	0 08
7 Чипсы из сульфурата	100 (24)	200	0 472	0 066	23 480	96	0 02	0 00	0 00	0 00	0 00	0 40	0 00	0 00	0 04	0 00	0 00	0 00	0 00
8 Батон пшеничный с отрубями	10	40	2 979	1 190	2 206	33	0 02	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00
9 Хлеб "Шарлотка"	112	20	1 673	0 310	13 400	83	0 02	0 01	0 00	0 00	0 00	5 90	7 80	7 50	0 20	31 80	0 00	0 00	0 00
<b>Итого:</b>			<b>27 429</b>	<b>23 517</b>	<b>883 282</b>	<b>738</b>	<b>0,07</b>	<b>0 00</b>	<b>4 10</b>	<b>18 00</b>	<b>8 81</b>	<b>52 55</b>	<b>115 31</b>	<b>36 06</b>	<b>7 46</b>	<b>111 94</b>	<b>0 01</b>	<b>0 00</b>	<b>2 42</b>
5 день																			
1 Рассольник помидорами с перловкой	112 (27)	200	1 945	4 060	12 944	94	0 04	0 02	13 40	0 00	1 20	14 12	57 43	20 71	0 28	57 49	0 00	0 00	1 02
2 Зелень петрушки, укропа поринем	24 (12)	1	0 020	0 000	0 056	0	0,00	0 00	0 40	0 00	0 00	1 96	0 81	0 01	0 01	0 77	0 00	0 00	0 02
3 Кондитерская	1121	10	2 304	2 118	0 000	29	0 01	0 00	0 00	0 00	0 00	4 51	7 80	3 23	0 40	20 59	0 00	0 00	0 44
4 Сметана	17	5	0 100	0 620	0 167	7	0 00	0 00	0 01	3 00	0 01	3 87	2 65	0 39	0 01	2 53	0 00	0 00	0 04
5 Кусочки овощей (фасоль (крупа С))	200 (14)	200	43 974	23 146	23 249	307	0 21	0 13	29 22	0 90	3 88	20 41	127 05	48 24	2 32	204 54	0 01	0 00	1 56
6 Пшеница из муки	17	200	0 677	0 058	19 544	83	0 00	0 00	0 77	0 00	0 85	18 07	29 57	14 17	0 50	29 57	0 00	0 00	0 45
7 Хлеб "Шарлотка"	112	50	2 789	0 317	27 496	106	0 06	0 08	0 00	0 00	0 00	11 30	51 20	12 50	1 55	51 20	0 00	0 00	1 30
8 Батон пшеничный с отрубями	01	40	2 631	1 079	2 012	28	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 30	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00
<b>Итого:</b>			<b>24 151</b>	<b>31 568</b>	<b>80 827</b>	<b>744</b>	<b>0 17</b>	<b>0 48</b>	<b>47 80</b>	<b>9 94</b>	<b>6 71</b>	<b>60 44</b>	<b>327 04</b>	<b>69 87</b>	<b>6 57</b>	<b>401 49</b>	<b>0 02</b>	<b>0 01</b>	<b>5 41</b>

6 день																				
1	Суп картофельный с рисом	134 (12)	300	1,173	1,674	12,170	69	0,06	0,07	5,228	5,76	0,12	14,14	47,78	13,80	0,54	42,13	0,00	0,00	0,81
2	Зеленый лук жареный (уроло пармезан)	24 (12)	1	0,000	0,000	0,005	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	0,41	0,81	0,21	0,77	0,00	0,00	0,02
3	Салат из отварных	(12)	10	2,089	5,264	0,163	50	0,08	0,08	0,00	0,00	0,07	5,04	25,70	4,43	0,32	28,68	1,00	0,03	0,27
4	Котлеты "Рыбий"	(12)	90	9,685	13,937	1,021	209	0,10	0,21	0,20	3,93	1,14	42,48	177,02	36,40	1,80	158,88	0,01	0,00	4,14
5	Пюре картофельное	472 (12)	190	2,410	4,128	14,203	125	0,12	0,13	10,38	10,30	0,14	38,48	60,77	28,42	1,04	79,92	0,01	0,00	4,59
6	Минерал из тропических фруктов	701 (12)	200	0,754	0,118	14,827	10	0,01	0,01	52,00	0,00	0,27	3,32	1,38	1,32	0,27	1,33	0,00	0,00	0,04
7	Хлеб "Шариком"	(12)	50	4,782	0,517	22,482	105	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	11,50	53,00	12,62	1,50	50,00	0,00	0,00	1,50
8	Хлеб пшеничный	(12)	25	2,113	0,220	14,811	75	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	10,76	48,11	14,31	1,19	45,80	0,00	0,00	1,20
	Итого:			21,041	25,978	96,869	704	0,66	0,61	68,64	24,58	2,75	127,71	427,68	117,87	6,84	424,28	0,04	0,01	8,82

Всего: 4466 : 12 = 705 ккал

Всего: 288,588 : 12 = 24,049 грамм белка

Всего: 297,468 : 12 = 24,789 грамм жира

Всего: 1197,528 : 12 = 99,794 грамма углеводов

Всего: 4,66 : 12 = 0,38 мг витамина B1

Всего: 4,54 : 12 = 0,38 мг витамина B2

Всего: 651,09 : 12 = 54,26 мг витамина C

Всего: 286,81 : 12 = 23,90 мг витамина A

Всего: 39,72 : 12 = 3,31 мг витамина E

Всего: 1159,79 : 12 = 96,65 мг кальция

Всего: 4140,84 : 12 = 345,07 мг фосфора

Всего: 1230,65 : 12 = 102,55 мг железа

Всего: 68,50 : 12 = 5,72 мг магния

Всего: 4037,27 : 12 = 336,44 мг калия

Всего: 0,29 : 12 = 0,02 мг йода

Всего: 0,08 : 12 = 0,01 мг селена

Всего: 81,40 : 12 = 6,78 мг фтора

Технолог

Примечание:

1 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПДП. Изд. 1983 г.

7 - Техника - технологическая карта

12 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПДП 1994г

13 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПДП 1987г

22 - Сборник рецептур блюд и кулинар. изделий для ПДП при общешк. школе» 2004 г

27 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПДП, 1981 год

30% от суточной потребности





ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ с 7-11 лет (2 смены)

№	Полное название блюда	СРБ в кг	Выход в	Надлежащие нормы			Энергетическая ценность	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг							
				Сельс	Железо	Углевод		B1	B2	С	А	Е	Ca	P	Mg	K	Na	Cl	F	
																				г
1 неделя																				
1 день																				
1 завтрак																				
1	Творог с яблоки паровые	0,1	35	0,325	0,365	1,275	7	0,02	0,02	0,15	0,04	0,27	0,40	3,10	7,00	3,33	4,18	0,04	0,00	0,21
2	Угощи из пшеницы	437 (22)	100	12,462	13,727	3,113	185	0,74	0,01	0,40	0,19	1,35	16,98	136,77	18,45	27,1	122,74	0,87	0,00	1,30
3	Грибы отварные (подливкой с сметаной)	48 (14)	100	6,400	6,543	24,000	211	0,37	0,34	0,00	0,60	3,45	1,90	191,17	170,97	4,05	112,84	1,07	0,00	3,40
4	Чай с сахаром	229 (12)	730	0,157	0,000	8,142	78	0,04	0,00	0,04	0,00	1,00	4,87	1,73	5,85	0,14	8,62	0,10	3,00	0,22
5	Батон восточный	0,1	10	1,287	0,778	1,541	18	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	Суп куриный	88 (7,6)	170	0,411	0,226	8,604	40	3,07	0,17	15,00	0,03	0,74	43,00	11,40	13,25	0,12	20,40	2,10	0,00	0,30
Итого:				22,334	19,773	27,574	497	8,28	0,34	24,79	17,79	2,71	81,97	247,81	483,18	7,74	140,80	8,00	0,01	8,90
2 завтрак																				
1	Сыр с маслом	0,12	83	3,470	0,096	1,834	6	0,00	0,07	4,20	11,04	0,16	10,41	43,00	8,40	0,30	10,00	0,00	0,00	3,00
2	Сыр с маслом «Доминиканский»	171 (72)	740	1,124	0,414	6,464	47	0,04	0,00	0,83	0,30	1,27	27,07	34,10	15,23	0,74	37,80	0,00	0,40	0,71
3	Булочки с сахаром	0,21	10	3,264	2,110	0,730	79	0,01	1,00	0,00	0,74	0,00	3,31	26,60	1,75	0,40	25,48	0,70	0,30	0,44
4	Запеканка творожная с яблоками и сахаром	28 (12)	1	0,170	0,000	0,340	3	0,00	0,00	3,40	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,01	0,77	0,00	11,00	0,17
5	Сметана	0,1	5	0,705	0,020	0,147	7	0,00	0,00	3,00	1,00	0,00	2,87	2,80	0,20	0,01	2,23	0,10	0,00	0,04
6	Печенье овсяное	1 (2)	200	16,414	17,538	40,938	747	0,00	0,00	3,00	3,70	0,00	9,44	1,97	0,50	0,00	1,67	0,10	0,00	0,00
7	Сметана	0,1	20	3,415	2,482	0,820	26	0,00	0,00	0,00	19,00	0,00	15,48	10,01	1,57	3,00	13,13	0,20	1,00	0,18
8	Масло сливочное	0,171	7	3,335	3,408	0,147	37	0,00	0,00	0,00	18,00	0,00	1,28	1,50	0,00	0,01	1,10	0,00	0,00	0,11
9	Чай с сахаром и лимоном	0,15	350	0,165	0,000	35,280	100	0,00	0,00	3,75	0,00	0,00	9,07	1,50	0,50	0,40	0,70	0,00	0,00	0,15
10	Батон восточный с изюмом	0,1	20	1,190	0,480	1,670	13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
11	Хлеб «Дарницкий»	0,12	20	1,174	3,277	1,500	47	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	21,30	0,20	0,00	21,20	0,00	0,00	0,40
12	Булочки с сахаром	0,12	140	0,870	0,324	14,720	92	0,04	0,00	10,00	0,00	3,10	24,00	16,50	13,23	1,50	10,50	0,00	0,00	0,40
Итого:				23,857	28,519	111,774	101	3,14	0,10	29,31	15,71	1,47	117,63	142,13	66,31	5,00	118,60	3,01	0,00	3,27
Итого за день:				46,191	48,292	139,348	1218	11,42	0,44	54,10	33,50	4,18	199,60	489,76	219,48	13,10	161,71	8,01	0,01	9,17

2 день																			
1 группа лиц																			
1 Орудья лесные горючие	012	30	0,363	0,328	0,717	4	0,51	0,34	2,10	0,00	0,00	2,10	0,39	4,30	0,55	5,00	0,00	0,00	0,70
2 Плоды и семена	403(17)	780	11,663	26,381	33,188	24	0,25	0,35	0,53	0,00	2,71	24,00	187,32	45,73	1,74	174,71	11,07	0,00	1,94
3 Лесостроение	403(17)	767	0,769	0,809	8,921	20	3,00	0,35	1,10	0,00	0,01	3,00	8,52	4,54	0,74	4,14	0,00	0,00	0,91
4 Выточка лесной	18	44	2,464	0,868	1,169	25	3,00	0,30	0,34	0,00	0,01	0,01	0,30	0,30	0,30	0,01	0,00	0,00	1,31
5 Орудья лесные	308(132)	180	8,544	3,451	10,155	69	3,00	0,00	0,00	0,00	0,64	10,40	25,90	19,73	2,88	27,88	1,00	0,00	0,18
<b>Итого:</b>			15,807	27,728	51,803	146	8,34	0,37	11,74	0,00	3,45	66,44	250,44	73,88	6,38	221,66	4,87	0,00	4,87
2 группа лиц																			
1 Товары лесные горючие	07	45	1,424	1,117	2,140	12	0,04	0,04	15,00	0,00	0,10	4,40	19,80	47,80	0,24	13,60	0,00	0,00	0,34
2 Лес горючий	170(22)	714	4,883	4,587	16,177	127	0,17	0,09	4,88	0,00	1,84	16,73	87,48	37,18	1,71	80,24	8,01	0,00	1,87
3 Лесостроение	170	18	0,099	4,264	1,151	46	1,04	0,74	8,70	0,00	0,01	4,36	28,71	4,47	3,12	26,64	0,00	0,00	0,13
4 Земельный участок, выделенный	24(11)	1	0,004	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,40	0,00	1,86	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,02
5 Железные изделия на поездах	436(22)	230	13,859	10,819	14,638	273	0,15	0,12	10,20	8,16	3,48	21,21	27,70	41,00	3,00	191,32	0,01	0,00	3,36
6 Сп. фруктов	107(122)	230	1,812	0,104	22,817	84	0,36	0,00	22,70	0,00	0,00	31,82	77,87	15,14	3,52	21,28	0,00	0,00	0,22
7 Лес "Лесостроение"	171	40	2,700	0,117	27,488	184	0,08	0,00	0,00	0,00	2,70	14,10	24,00	12,30	1,15	53,28	0,00	0,00	1,70
8 Лес "Лесостроение"	171	44	2,717	0,170	14,261	61	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	13,80	21,00	10,40	1,60	38,21	0,01	0,00	1,58
9 Прочие	18	10	1,864	1,814	18,887	50	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,10
<b>Итого:</b>			24,137	28,445	171,618	807	4,61	0,49	62,71	8,16	4,36	130,61	475,28	140,31	9,13	458,18	0,02	0,01	9,64
<b>Итого за день:</b>			40,044	56,173	183,421	1416	8,95	0,86	74,45	8,16	8,01	197,05	725,72	214,19	15,51	679,84	0,02	0,01	14,51



6 день																				
1 группа (маш)																				
1	Техническая подготовка	(7)	190	27,434	13,827	12,998	366	0,08	0,08	0,27	0,39	1,00	265,86	212,19	15,74	1,57	237,82	0,07	0,07	0,84
2	Матрица (руководитель)	(12)	29	1,288	3,032	13,880	49	0,01	0,01	0,20	0,07	0,04	85,40	46,89	0,85	0,04	45,90	0,00	0,00	1,20
3	Матрица (технический)	679 (17)	327	3,205	3,000	8,525	21	0,00	0,00	1,16	0,00	0,01	1,08	6,52	4,58	0,78	6,13	0,00	0,00	0,00
4	База (технический)	(3)	28	1,181	8,450	2,594	17	0,00	0,30	0,30	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Матрица (технический)	353 (30)	700	8,572	2,964	16,894	61	0,04	0,00	10,30	0,00	0,80	36,30	32,06	24,00	4,63	37,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				23,748	18,909	13,159	144	0,14	0,11	11,87	0,84	1,77	314,70	298,47	28,65	345,72	0,04	0,01	16,31	
2 группа (маш)																				
1	Старший специалист (руководитель)	(1-2)	80	8,400	0,050	1,404	4	0,00	0,00	4,21	0,00	0,36	10,30	13,70	8,40	0,38	18,00	0,00	0,00	0,00
2	Старший специалист (технический)	401 (7)	200	3,704	6,190	10,547	11	0,10	0,10	1,87	0,07	0,24	23,57	37,53	22,51	8,10	37,04	0,00	0,00	1,00
3	Участники (технический, персонал, персонал)	34 (13)	1	0,000	0,000	0,333	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,90	2,80	0,61	3,01	0,71	0,00	0,00	0,00
4	Группа (технический, персонал)	(7)	100	11,788	11,844	7,828	30	0,00	0,14	0,00	4,14	1,14	18,40	136,48	18,00	9,00	104,00	0,00	0,00	0,00
5	Специалист (технический)	401 (17)	160	8,781	5,100	18,408	18	0,40	0,00	0,00	21,00	0,00	10,50	48,20	8,00	0,84	49,20	0,00	0,00	1,00
6	Матрица (технический, персонал)	705 (30)	300	0,354	0,116	21,267	87	0,01	0,01	27,00	0,00	0,27	5,40	1,30	1,26	0,00	1,26	0,00	0,00	0,00
Итого:				23,210	8,468	33,219	65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,70	47,70	11,25	1,40	41,70	0,00	0,00	1,00
1	Матрица (технический)	(12)	49	2,717	8,370	18,261	91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,60	61,30	16,40	1,50	59,01	0,01	0,00	1,00
2	Матрица (технический)	(12)	150	8,577	8,564	14,051	61	0,04	0,36	15,00	0,00	0,30	24,00	18,90	13,50	3,50	16,50	0,00	0,00	0,00
Итого:				26,194	27,799	125,040	858	0,40	0,36	66,27	0,00	3,40	118,47	114,50	100,00	3,87	41,20	0,00	0,00	7,46
Итого за день:				54,942	44,708	118,199	1404	0,57	0,47	97,87	0,84	5,17	433,17	413,97	111,88	16,71	794,67	0,04	0,01	23,77

5 день																				
1 время суток																				
1	Темпты сивана	17	32	3279	0,036	1,030	6	0,02	2,03	1,50	0,20	0,36	4,20	7,46	3,06	0,27	1,80	0,77	0,00	0,18
2	Звук на курной курор. в сиван	17	80	13,607	1,094	11,771	114	0,03	8,00	0,75	2,34	1,24	145,45	112,41	32,73	1,21	108,33	0,3	0,30	2,82
3	Темпты сивана	17	120	3,610	4,160	19,203	125	0,12	0,12	10,38	15,20	0,74	36,18	83,77	26,42	1,34	78,83	0,21	0,20	1,77
4	Темпты сивана	17	200	0,190	0,200	4,747	20	0,30	0,00	0,04	0,00	0,30	4,73	7,18	3,62	1,74	6,87	0,30	0,20	0,70
5	Звук на курной курор. в сиван	17	25	1,507	0,237	10,787	317	0,33	0,04	0,00	0,00	0,20	7,70	74,4	13,22	0,93	32,78	0,30	0,20	1,48
6	Варны	17	27	0,740	0,740	20,954	33	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00	0,77	1,00	0,30	0,20	0,00
Итого:				15,184	10,838	73,447	488	0,72	0,78	18,87	17,81	0,48	188,48	288,52	71,78	0,77	247,87	0,82	0,81	3,42
2 время суток																				
1	Салат на курной курор. в сиван	18	30	2,579	3,158	3,731	74	0,21	0,01	2,01	3,00	0,48	13,00	12,09	14,38	0,67	31,66	0,81	1,00	1,34
2	Звук на курной курор. в сиван	18	100	1,838	1,838	18,264	83	0,02	0,02	3,48	3,01	0,85	13,51	16,81	6,43	0,25	23,62	1,80	0,80	0,01
3	Звук на курной курор. в сиван	18	121	1,423	3,760	0,004	7	0,00	0,00	3,40	3,00	0,00	1,58	7,31	0,41	1,01	0,17	0,00	3,00	0,02
4	Звук на курной курор. в сиван	18	77	1,140	3,473	0,771	13	0,00	0,00	0,71	0,00	0,00	1,38	0,41	0,71	0,01	0,74	0,00	0,00	0,00
5	Звук на курной курор. в сиван	18	180	4,148	24,794	4,000	704	0,40	0,80	1,11	14,07	2,80	20,00	130,72	71,31	1,41	118,10	1,01	0,00	2,50
6	Звук на курной курор. в сиван	18	190	3,772	4,100	14,387	190	0,70	0,70	17,20	0,71	0,00	77,13	25,11	0,48	88,31	0,20	0,00	1,48	
7	Звук на курной курор. в сиван	18	200	0,000	0,040	16,126	73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,73	7,44	3,24	0,10	3,28	0,00	0,70	0,00
8	Звук на курной курор. в сиван	18	20	1,187	0,720	1,341	19	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				21,226	40,996	77,886	790	0,41	0,48	11,41	17,14	0,93	168,41	318,31	70,18	1,11	310,10	0,02	0,01	6,14
Итого за день:				40,180	50,834	148,881	1278	0,52	0,72	31,471	40,951	1,41	348,89	606,83	141,96	1,88	557,97	0,84	0,81	10,56



6 дань																				
1 период учета																				
1	Салон ТРЦ "ТРИ" с мебелью	10	70	0,000	1,000	0,450	70	0,00	0,00	1,41	0,00	0,00	7,57	14,86	4,76	0,78	14,15	0,00	0,00	0,00
2	Материалы и услуги по ремонту с/техники	300 (10)	300	0,000	14,400	20,400	320	0,11	0,11	3,14	51,24	1,68	320,85	170,40	20,90	1,17	170,49	0,01	0,00	1,29
3	Класс с мебелью ч/з ремонт	101	300	2,450	3,200	1,450	71	0,04	0,04	1,30	23,00	0,00	100,05	91,00	14,00	0,11	90,00	0,01	0,00	1,00
4	Балки - притолок	131	40	2,150	0,800	1,400	24	0,00	0,00	2,00	2,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Фурты с/техники	417	100	0,140	0,400	14,000	88	0,24	0,00	10,00	3,00	0,00	25,00	17,00	14,00	0,00	17,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				1,800	20,800	26,100	310	0,23	0,21	18,00	71,00	1,78	377,80	288,70	55,90	0,00	288,70	0,00	0,00	0,00
2 период учета																				
1	Супермаркет	135 (12)	200	1,150	3,000	2,700	88	0,04	0,00	6,30	0,00	1,00	10,00	14,00	15,00	0,00	14,00	0,00	0,00	0,00
2	Склад	11	5	0,100	3,000	1,100	7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00
3	Торговая площадь	110	30	3,500	7,100	0,000	20	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	20,00	1,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00
4	Торговая площадь - услуги по ремонту	34 (12)	5	1,000	3,000	0,000	0	1,00	3,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Склад с/техники	10	50	0,500	13,500	10,100	200	0,10	0,21	0,70	1,00	2,10	25,00	10,00	37,00	0,00	37,00	0,00	0,00	0,00
6	Генераторная установка с/техники	102 (12)	150	0,900	3,000	34,900	210	0,71	0,21	0,00	12,00	0,00	12,00	10,00	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00
7	Индустриальный клуб	10	200	0,000	10,000	10,000	70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	20,00	10,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00
8	Холодильники	120	20	1,000	0,200	0,200	50	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	4,00	10,00	10,00	10,00	0,00	0,00	0,00
9	Бульвар "СОФИЯ-ТАНА" с мебелью	10	30	2,450	0,800	20,000	170	0,00	0,00	3,00	3,00	0,00	0,00	20,00	4,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				26,100	30,800	60,100	830	0,50	0,50	37,00	80,00	0,00	400,00	313,70	100,00	0,00	313,70	0,00	0,00	0,00
Итого за 2 периода:				40,800	52,000	86,200	1,140	0,74	0,71	55,00	151,00	0,00	777,80	602,40	155,90	0,00	602,40	0,00	0,00	0,00

3 модели																				
дети																				
1 ПРИЕМ ПИЩИ																				
1	Травяной чай	942 (171)	376	11 013	28 091	25 188	474	0,37	0,78	4,52	0,00	2,17	24,09	181,38	10,75	1,74	118,77	0,00	0,00	3,64
2	Чай с лимоном	879 (171)	327	8 204	3 000	8 905	107	0,30	0,00	1,74	0,00	3,01	7,06	8 521	4 504	0,78	877	0,00	0,00	0,03
3	Ванна из морской соли	101	24	1 151	8 470	1 064	73	0,24	0,00	0,00	0,00	8 184	0,00	0,33	0,39	1,18	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Будильник	125	150	0 507	8 164	14 023	0,2	0,34	0,04	15 03	0,00	0,00	24,00	16 507	13 508	3,30	16 507	0,00	0,00	0,43
Итого:				13 595	37 525	33 660	327	0,37	0,80	16 49	0,00	1,04	33,14	212,34	43,79	2,81	285,34	0,00	0,00	4,14
2 прием пищи																				
1	Пюре овсяное	177	80	0 408	0 658	1 434	3	0,32	0,00	4 22	0,00	0 05	10 20	19 73	3 40	0 70	10 00	0 00	0 00	0 42
2	Упа растительн (из крахмала)	299 (271)	300	1 073	4 177	11 756	116	0,37	0,04	5 77	0 47	0 17	16 00	40 46	21 15	0 04	16 47	0 30	0 03	0 96
3	Белковый напиток	474 (171)	80	10 120	14 308	9 173	204	0,12	0,00	3 94	0 20	2 10	16 57	194 33	24 87	1 43	148 44	0 07	0 04	1 74
4	Сладкий напиток	488 (171)	150	4 791	4 700	24 408	1457	0 39	0 04	3 00	21 80	0 87	12 50	45 22	8 25	11 94	40 74	0 00	0 00	1 00
5	Измельчен овощи-сыр	10	200	0 149	0 341	24 599	173	0 34	0 00	3 70	0 07	0 21	9 27	7 72	6 54	0 47	7 50	0 00	0 00	1 00
6	Сладкий напиток	172	80	1 871	11 289	17 881	87	0 24	0 00	3 00	0 00	0 00	0 28	47 24	12 27	1 02	38 34	0 00	0 00	1 04
7	Воды	10	24	0 978	0 459	14 297	84	0 30	0 00	3 70	0 00	0 00	0 30	3 34	8 00	11 00	0 00	0 00	0 00	0 00
Итого:				25 941	23 739	114 345	773	0 34	0 31	12 62	26 67	1 30	16 57	312 01	87 40	5 98	337 74	0 00	0 00	5 20
Итого за день:				38 536	61 264	171 004	424	0 74	0 72	33 30	36 67	6 30	51 71	524 35	148 29	11 80	641 12	0 00	0 00	10 34

2 день																					
Итого по акции																					
1. Долгосрочные облигации	432 (13)	110	6 808	15 177	17 985	309	0 17	0 17	1 96	1 96	1 96	34 53	10 1 96	19 25	1 96	101 83	0 31	3 09	1 99		
2. Краткосрочные облигации	4 12 (13)	120	2 810	4 184	12 222	125	0 12	0 12	10 38	10 38	10 38	1 4	28 48	85 17	28 42	1 96	19 87	0 31	3 03	1 99	
3. ЧИП с облигациями	625 (12)	200	1 154	0 000	3 742	70	0 00	0 00	0 34	1 00	1 00	4 62	7 14	3 83	0 74	6 85	0 30	0 00	0 07		
4. Кредитные облигации	121	30	1 611	2 244	12 641	61	1 04	0 04	0 80	0 30	0 07	8 24	21 24	17 77	1 47	34 34	0 30	0 00	1 08		
5. Итого:	896 (22)	155	1 053	2 115	2 262	64	1 05	0 07	1 82	38 30	1 03	217 60	189 27	77 09	0 13	108 21	0 27	3 06	4 92		
Итого:			12 442	21 704	61 008	403	8 25	3 29	13 52	52 88	1 09	303 67	446 88	59 77	4 37	287 11	0 83	0 11	9 12		
2 группа акций																					
1. Газпром нефть	27 (3)	09	0 977	1 801	6 346	44	0 01	0 01	3 89	0 80	0 87	21 36	19 21	13 83	1 02	28 21	0 00	2 00	0 48		
2. Газпром нефть	10 (1)	29	3 094	6 140	10 547	1 1	0 14	0 14	11 01	0 61	0 24	25 37	17 43	22 51	1 15	27 87	0 11	8 99	7 31		
3. Газпром нефть	24 (3)		0 308	1 085	11 011	4	0 81	0 81	0 40	0 68	0 00	1 84	0 81	0 81	1 01	0 11	0 00	8 84	0 42		
4. Газпром нефть	112 (11)	19	1 145	13 546	7 131	261	0 00	0 00	0 40	13 19	0 45	19 30	154 20	33 30	3 34	141 11	0 01	0 00	7 71		
5. Итого:	483 (13)	158	3 075	4 482	34 883	187	0 13	0 04	0 00	18 29	0 23	4 91	12 80	23 51	3 48	144 97	0 00	0 00	1 48		
6. Газпром нефть	896 (22)	200	0 098	0 000	13 628	87	0 00	0 00	0 00	0 00	1 00	0 44	0 44	0 00	0 04	0 00	1 00	0 00	0 00		
7. Газпром нефть	121	24	2 174	11 290	18 891	71	0 24	0 14	0 00	0 38	0 00	11 78	48 11	14 31	1 10	40 30	0 00	0 00	1 00		
8. Газпром нефть	171	15	1 952	0 347	15 196	74	0 04	0 04	0 00	1 00	0 00	4 60	17 10	8 74	1 08	21 18	0 00	0 00	1 00		
9. Газпром нефть	121	200	0 678	0 717	18 128	81	0 08	0 08	10 00	0 00	3 00	10 00	22 00	18 00	4 00	37 00	0 00	0 00	3 00		
Итого:			24 364	37 446	121 164	813	8 27	0 30	40 43	31 86	3 16	126 80	463 37	171 04	11 19	479 00	0 00	0 00	9 39		
Итого за день			38 006	48 154	142 174	1322	8 20	0 64	54 10	89 83	5 68	437 63	647 25	211 83	16 09	626 88	0 00	0 00	18 71		

3 день																				
1 период битов																				
1	Горю, складной материал	118	30	0,220	0,218	1,425	7	1,00	1,00	16,18	11,92	0,71	7,96	4,86	3,14	3,16	4,88	3,70	8,00	0,40
2	Мало пущены в работу (материал)	431,07	300	0,345	28,498	3,828	271	0,70	0,34	1,80	0,30	1,09	17,11	125,87	70,71	1,78	110,71	1,01	4,00	2,25
3	Материалы и изделия отбыли	469,12	150	0,291	4,207	14,408	186	0,08	0,08	0,00	21,20	0,82	12,58	17,27	0,23	8,84	48,23	3,00	0,70	1,44
4	Число отбитых	629,15	237	0,252	0,700	4,205	27	0,00	0,02	1,16	0,00	0,31	1,06	8,52	4,50	4,79	2,53	8,40	0,70	0,81
5	Число пущенных	1121	300	1,871	0,248	12,841	81	8,04	0,04	0,00	0,20	0,30	5,24	11,78	12,27	1,02	30,34	8,00	6,00	1,00
	Итого			18,448	28,975	87,485	872	9,74	3,43	61,96	21,80	1,72	43,65	278,38	17,48	4,14	218,98	8,00	6,00	8,81
2 период битов																				
1	Курсы и курсы курсов по работе	128,121	80	1,114	0,756	8,402	41	0,71	3,71	7,88	0,70	0,42	1,90	30,82	0,70	0,70	10,70	0,70	0,00	1,40
2	Борьба с ветрами и паразитами	113,123	200	1,152	2,971	8,953	67	0,05	3,00	5,23	0,00	1,37	22,57	37,88	16,31	0,71	37,37	0,00	0,00	2,40
3	Самые	141	10	0,707	1,761	0,713	13	0,00	3,07	0,82	8,00	0,12	7,74	5,11	0,70	0,00	5,80	0,00	0,00	1,00
4	Земля пущены в работу (материал)	24,112	1	0,070	0,000	0,035	0	0,00	8,00	0,42	0,70	3,08	1,30	0,71	0,01	0,77	0,00	0,00	0,00	3,70
5	Горю, складной материал	173	10	2,304	2,118	0,700	70	0,01	0,00	0,80	4,04	1,78	4,51	28,87	3,24	0,40	24,74	0,00	1,00	3,44
6	Биты, расходные	30	90	9,832	11,229	2,874	171	0,13	0,13	0,80	8,00	3,83	14,53	147,18	71,88	2,42	36,87	0,71	1,02	2,98
7	Горю, складной материал	463,114	150	6,990	5,040	34,503	271	0,21	0,14	0,00	13,60	3,48	13,25	187,17	133,82	4,05	172,84	0,71	0,77	1,78
8	Срок работы	581,129	30	0,781	1,830	1,803	74	0,07	0,01	0,00	6,46	3,04	7,88	4,88	3,29	0,34	4,03	3,00	0,00	0,12
9	Срок работы	101,123	300	1,117	3,102	22,867	88	0,38	0,00	37,00	1,00	3,08	3,88	72,82	12,14	0,58	3,58	3,00	0,00	0,73
10	Срок работы "Одноразовый"	112	42	2,241	2,418	12,872	85	0,44	1,34	0,00	1,02	3,08	9,78	42,41	10,00	1,24	12,42	3,00	3,00	1,20
11	Срок работы	219	33	1,811	3,248	12,841	81	0,84	0,34	0,00	0,70	8,00	9,74	41,24	12,27	1,27	38,24	0,00	0,00	1,08
12	Срок работы	480,130	130	2,070	3,168	7,172	33	0,38	0,00	28,00	1,00	8,26	15,86	17,00	11,00	3,14	17,00	3,00	7,00	0,70
	Итого			37,374	35,478	127,587	851	0,81	0,62	78,30	29,21	3,11	167,23	543,27	223,08	90,78	328,13	0,84	3,81	11,89
	Итого за день			44,242	54,453	188,585	1423	1,00	1,13	141,26	44,21	5,63	288,34	778,51	378,56	148,22	746,21	0,08	3,42	18,21

4 день																			
1 период или																			
1 Кредиты рублевые из других групп	07	40	12 175	5 974	11 774	142	0,84	0,05	0,11	3,59	1,23	31,86	54,53	76,51	1,17	61,54	5,01	0,00	1,68
2 Расходы на...	403 172	150	3 072	4 489	34 893	192	0,12	0,24	0,00	78,20	3,23	5,55	72,33	73,24	0,48	53,87	0,00	0,30	1,48
3 Кредиты на...	171	204	3 200	3 847	12 858	14	0,12	0,51	0,52	12,00	3,09	183,66	18,28	17,18	0,11	14,13	0,31	0,30	1,76
4 Кредиты с...	348 1281	150	1 019	8 567	12 155	20	3,09	0,15	57,00	0,00	3,32	13,50	29,55	15,02	0,15	25,02	0,30	0,30	0,45
5 Кредиты с...	147	24	1 506	1 297	12 101	51	2,12	0,54	0,00	0,00	1,00	7,70	58,78	11,22	0,85	37,78	0,30	0,30	1,48
Итого:			31 277	13 152	81 482	596	8,14	0,23	95,73	30,19	9,78	207,76	99 4 11	83,12	2,88	277,84	0,82	0,31	8,52
2 период или																			
1 Товары...	05	80	11 554	0 112	2 180	12	0,04	1,04	85,80	0,60	8,12	8,80	15,00	17,00	0,34	14,30	0,80	0,80	0,38
2 Сум...	128 227	301	3 730	3 669	12 411	102	0,13	1,05	3,88	0,00	1,54	24 14	73 99	26 54	1,37	73 54	0,81	0,70	1 34
3 Задолж...	24 121		0 230	0 000	0 393	0	0,00	0,00	8 48	0,00	0,30	1,20	0 81	0 61	3 11	0 71	0 00	0 00	0 28
4 Задолж...	07	10	2 148	0 488	0 300	13	0,00	0,00	0 00	0 00	1,01	0 84	0 11	0 34	3 01	7 12	0 30	0 11	0 09
5 Задолж...	147	200	78 474	11 284	50 848	281	0,00	0,20	0 10	3 80	0,00	4 88	1 97	0 38	3 09	1 81	0 30	1 30	0 22
6 Задолж...	171	18	2 361	1 447	4 214	13	0,00	0,20	0 00	6 00	0 00	7 74	5 21	0 78	0 00	3 08	0 30	0 00	0 26
7 Задолж...	171	5	3 067	3 868	3 074	27	0 10	0 50	0 00	17 00	0 64	1 00	1 30	0 20	0 71	1 30	0 00	0 00	0 23
8 Задолж...	243 121	200	0 477	8 084	22 486	96	3 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 10	0 23	0 00	0 04	0 00	0 00	0 00	0 00
9 Задолж...	01	20	1 281	0 140	1 311	18	1 10	0 04	0 00	0 00	0 00	0 14	0 00	0 00	0 00	0 04	0 00	0 00	0 00
10 Задолж...	1121	20	1 117	0 201	8 448	17	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 14	0 00	0 00	0 00	21 28	0 30	0 30	0 40
11 Задолж...	07	81	1 307	1 610	1 381	20	0 00	0 10	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 30	0 00
Итого:			81 880	26 944	118 870	811	8,18	8,11	98,12	89,60	1,72	28,84	128 31	48 28	2,88	188 841	0,28	0,30	1,48
Итого за день:			81 740	31 793	701 874	1381	8 14	8 14	78 85	88 78	3 48	266 61	434 31	128 37	5,67	189 11	0,31	0 31	8 00



5 день																				
1 группа лиц																				
1	Получено на счетах за кредитом	367 (27)	100	10,000	38,747	17,060	257	0,08	2,08	0,58	23,29	0,67	202,31	244,23	34,18	1,18	293,27	0,00	0,00	7,91
2	Материалы сданы	1121	30	1,307	0,096	17,290	77	0,02	2,02	0,33	4,00	0,00	95,10	44,72	12,20	0,26	69,79	0,01	0,01	1,90
3	Число ссудов	579 (172)	250	0,359	2,000	8,747	95	0,00	8,00	0,74	0,07	0,00	4,57	7,18	1,87	0,74	4,32	0,00	0,00	0,00
4	Годовые выплаты	191	72	1,488	2,800	1,118	76	0,01	8,00	1,00	0,70	0,00	0,00	0,26	7,00	0,72	0,20	0,00	0,00	0,00
5	Прочие суммы:	369 (175)	780	0,874	0,560	14,096	411	0,14	0,00	2,00	0,14	0,00	84,75	37,00	24,18	8,47	12,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			22,882	16,862	64,000	886	0,14	0,70	16,80	47,58	1,42	300,76	300,76	72,71	6,68	309,63	0,01	0,01	8,32
2 группа лиц																				
1	Операции по кредиту	1120	30	0,400	0,056	1,424	0	0,02	0,02	0,22	0,30	0,00	10,30	18,20	2,47	0,30	18,00	0,30	0,01	0,00
2	Расходы на содержание помещений	137 (23)	230	1,543	4,036	12,044	34	0,00	0,00	10,40	0,00	1,22	14,12	17,47	10,71	3,70	37,45	0,00	0,00	1,94
3	Земельный налог	21 (72)	1	0,070	0,000	0,033	1	0,00	0,00	8,47	0,70	0,37	1,38	0,01	0,01	1,71	8,77	0,00	0,00	0,00
4	Итого по группе	170	161	2,083	4,096	12,461	35	0,02	0,02	8,10	0,00	1,67	25,80	35,68	12,18	4,01	55,52	0,30	0,01	1,94
5	Счета	01	5	1,103	0,000	0,157	7	0,00	0,00	0,01	3,00	0,17	3,87	2,65	0,20	1,01	3,52	0,00	0,00	0,00
6	Годовые выплаты по ссудам	364 (12)	200	10,914	20,145	73,340	237	0,21	0,33	26,27	0,00	3,88	26,41	227,69	40,34	2,32	234,74	3,01	0,00	1,90
7	Нормы на услуги	70	100	0,671	0,250	12,544	82	0,30	0,02	0,71	3,00	0,03	1,52	10,57	14,71	0,50	25,57	3,00	1,70	0,00
8	Абон. "Даринград"	1121	20	1,672	0,312	13,482	53	0,33	0,73	0,00	3,00	0,06	0,90	31,80	7,50	0,50	24,00	0,00	0,00	0,00
9	Ежегодные выплаты по ссудам	101	45	2,241	1,272	7,612	28	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
10	Итого по группе	699 (172)	340	1,880	7,112	24,767	193	0,08	0,00	7,00	3,00	1,87	7,47	70,43	6,47	0,47	70,43	0,00	0,00	0,00
	Итого:			26,972	18,974	88,827	879	0,42	0,72	23,80	8,44	3,29	373,23	400,23	89,19	11,36	409,72	0,01	0,01	9,26
	Итого за день:			50,177	34,378	147,654	1,748	0,56	0,92	40,60	12,62	4,74	417,56	800,77	161,94	18,25	819,35	0,02	0,02	18,17

6.05.00																				
1. прирост массы																				
1	Сабит "СТЕПНОЙ" из породы овцеюй мр	17	42	1.474	5.138	3.661	100	0.23	0.33	2.31	2.01	4.17	1.444	32.68	11.27	0.46	3' 18	0.30	0.30	0.70
2	"Талас" (породы-материалы с млекопитающими)	636 (2)	100	3.104	23.057	8.781	715	0.70	0.28	16.41	0.98	1.94	27.94	121.31	38.34	1.77	13' 21	0.81	0.89	2.47
3	"Ал-Таш" (породы)	325 (12)	100	2.154	2.000	2.742	5	0.70	0.80	0.84	1.20	1.04	4.61	5.18	2.83	0.74	3.85	0.00	0.30	0.02
4	Клуб "Шахматов"	1 (2)	40	2.231	2.414	17.015	25	0.44	1.04	0.60	0.84	1.00	9.20	4.824	10.00	1.24	42.40	0.00	0.00	1.20
5	Фрукты свежие	1 (2)	110	2.874	2.800	15.071	7	0.00	0.86	17.00	2.30	3.34	21.21	18.74	15.30	3.74	18.10	0.00	0.00	1.51
Итого:				12.847	23.246	64.784	1170	0.62	4.28	26.47	0.84	8.11	124.00	251.64	78.14	5.91	734.35	0.32	4.81	4.91
2. Фрукты и овощи																				
1	Сладкий картофель	1 (2) (1)	40	0.400	0.016	0.075	4	0.31	0.01	3.00	0.00	0.00	12.00	14.40	8.40	0.30	14.40	0.00	0.00	0.00
2	Суп картофельный с маслом	126 (22)	200	1.700	1.001	12.470	90	0.36	0.01	9.20	5.73	0.12	14.14	84.18	17.60	3.64	42.12	0.00	0.00	0.81
3	Зеленый горошек, укроп, петрушка	24 (12)	1	0.270	0.000	0.045	0	0.30	0.00	3.40	0.00	0.00	1.00	8.00	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.02
4	Сырники с сахаром	0 (3)	10	0.030	1.460	4.840	18	0.38	0.00	0.00	0.00	0.17	5.00	28.70	4.00	0.40	10.00	0.00	0.00	0.00
5	Каша овсяная	1 (1)	40	0.800	1.440	11.501	200	0.30	0.01	1.40	1.90	2.14	42.40	17.00	18.00	10.00	0.00	0.00	0.00	4.14
6	Пюре картофельное	40 (1 (1))	150	2.400	1.400	12.713	120	0.12	0.42	10.30	12.30	0.94	30.48	81.71	20.43	1.04	19.40	0.01	0.00	0.00
7	Машина (м) для приготовления	100 (1 (1))	200	0.200	0.100	15.001	70	0.01	0.31	52.30	0.00	0.31	5.33	1.70	1.20	0.71	1.33	0.00	0.00	0.00
8	Клуб "Шахматов"	1 (2)	20	1.100	1.200	5.000	40	0.02	0.32	0.40	1.10	0.30	4.50	21.20	5.20	0.60	21.20	0.04	0.00	0.00
9	Клуб "Шахматов"	1 (2)	20	1.200	2.100	8.500	41	0.02	0.02	0.80	0.00	0.00	5.18	27.40	8.10	0.40	10.70	0.00	0.00	0.70
10	Шахматы	100 (1)	40	1.000	1.500	20.000	110	1.00	0.80	0.80	22.80	0.40	1.70	30.70	4.80	0.40	20.80	0.30	0.30	0.10
Итого:				21.680	33.160	187.490	700	0.51	0.63	71.34	46.42	3.25	143.73	450.51	117.30	6.10	415.82	0.34	0.34	0.71
Итого за 6.05.00				24.144	61.406	162.580	2350	1.00	4.90	153.41	46.34	11.11	374.74	672.24	195.88	14.10	645.17	0.66	0.32	14.62

Итого: 15092 · 12 = 1341 кг

Всего: 528.826 · 12 = 44 002 грамм белка

Всего: 567.120 · 12 = 47 200 грамм жира

Всего: 2154.248 · 12 = 187,854 грамм углеводов

Всего: 8.79 · 12 = 0,75 мг витамина В1

Всего: 8.72 · 12 = 0,73 мг витамина В2

Всего: 1306.97 · 12 = 108,80 мг витамина С

Всего: 588.61 · 12 = 49,05 мг витамина А

Всего: 86.81 · 12 = 7,21 мг витамина Е

Итого: 2018.98 · 12 = 242,26 мг кальция

Всего: 3258.34 · 12 = 688,19 мг фосфора

Всего: 2343.96 · 12 = 196,13 мг железа

Всего: 159.20 · 12 = 12,72 мг цинка

Всего: 8862.39 · 12 = 611,13 мг натрия

Всего: 0.61 · 12 = 0,05 мг йода

Всего: 0.78 · 12 = 0,01 мг серы

Всего: 173.02 · 12 = 14,63 мг фтора

Технолог

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ с 7-11 лет (1 смена)

№	Наименование блюда	Средняя порция, кг	Количество, г	Пользовательная энергетическая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Белки, г					Минеральные вещества, мг						
				Белки	Жиры	Углеб.		В1	В2	В	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	К	Na	Cl
<b>1 неделя</b>																			
<b>1 день</b>																			
<b>1 прием пищи</b>																			
1	Грибы свежие, отварные	10	30	0,375	0,180	1,211	1	0,40	0,27	0,73	1,08	0,30	0,40	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	
2	Утка, тушка, отварная	4,37 (22)	180	12,160	17,727	3,114	183	0,04	0,27	0,48	0,18	1,88	16,38	129,77	18,37	0,01	1,21,54	1,01	
3	Фасоль отварная, размоченная с соевым маслом	40,5 (21)	170	8,440	0,340	34,427	211	0,21	0,34	0,08	12,84	0,48	1,98	181,17	120,67	4,01	1,21,44	1,01	0,01
4	Пюре картофельное	4,28 (13)	160	0,128	0,000	0,718	30	0,00	1,00	0,04	0,10	0,00	4,03	1,18	0,03	0,14	0,20	1,00	0,00
5	Картофель отварной	10	30	1,207	0,120	1,347	50	0,10	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,10	0,00
6	Бурый рис отварной	10,8 (12)	120	0,311	0,120	0,504	49	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>				71,778	19,774	47,938	497	0,46	0,54	0,47	12,78	0,40	18,30	187,81	183,18	1,00	1,61,44	0,01	0,01
<b>2 неделя</b>																			
1	Орехи очищенные	10	30	0,900	0,250	1,150	8	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	
2	Картофель отварной с морковью	1,0 (22)	200	1,122	0,824	0,923	87	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
3	Салат овощной	1 (2)	10	0,364	0,118	0,482	19	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
4	Запеканка творожная, укропа, петрушки	2 (12)	70	0,022	0,080	0,055	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5	Сметана	1 (2)	5	0,123	0,040	0,127	7	0,00	0,00	0,01	0,00	0,01	0,07	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	
6	Пюре картофельное	1 (4)	200	1,418	1,584	16,300	201	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
7	Сыр мягкий	1 (1)	25	2,412	2,402	0,628	30	0,00	0,00	0,00	12,00	0,25	15,48	10,01	1,51	0,00	17,15	0,00	
8	Магги сливочные	1 (2)	5	0,055	0,000	0,001	21	0,00	0,00	0,00	20,00	0,25	1,28	1,00	0,00	0,01	1,00	0,00	
9	Натто из соевых бобов	1 (1)	200	0,188	0,007	21,408	100	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
10	Батон французский с изюмом	1 (1)	70	1,181	0,480	0,894	14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
11	Рисовый суп с морковью	1 (2)	25	1,112	1,401	0,990	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
12	Бурый рис отварной	1 (2)	150	0,500	0,164	1,054	62	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого:</b>				33,891	34,518	111,774	781	0,14	0,12	0,12	29,21	0,11	1,87	112,53	142,18	0,01	1,08,65	0,01	
<b>Итого за неделю:</b>				45,120	48,298	149,240	1279	0,48	0,47	0,47	84,18	0,78	4,34	154,58	199,78	0,01	4,61,21	0,01	

2 день																				
1 прием пищи																				
1	Каша из гречки на молоке с маслом	252 (17)	200	4 641	7 248	33 096	270	0,08	0,07	0 57	33 86	0,42	178 87	120,91	11 13	0,47	99 14	0,01	0 78	2 36
2	Чай с сахаром	176 (12)	200	0 509	0 000	0 024	37	0 00	0 00	1 18	3 00	0 87	7 08	8 52	+ 58	0 74	8 12	0 00	0 00	2 05
3	Биточка из творога	07	07	1 191	2 467	0 824	13	0 00	0 00	0 00	3 00	0 00	0 00	0 00	0 30	0 00	0 58	0 04	0 30	0 00
4	Салат с мясом и овощами	07	07	4 117	15 404	20 844	245	0 53	0 30	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 30	0 04	10 24	11 07	0 32	0 00
5	Фрукты свежие	348 (20)	148	11 747	3 267	15 722	26	0 21	0 30	0 00	0 00	0 04	10 40	25 02	19 71	0 04	15 82	10 04	0 14	2 48
Итого:				18 112	31 887	78 714	552	0 88	0 87	9 68	26 62	1 07	164 26	154 82	80 81	4 87	137 88	0 02	0 38	7 90
2 прием пищи																				
1	Творог с сахаром порезанный	171	53	0 258	3 177	2 186	12	0 74	0 04	15 00	0 80	0 12	6 82	15 88	17 00	0 24	14 02	0 18	0 10	0 20
2	Суп гороховый	139 (27)	243	4 802	8 447	18 712	127	0 17	0 66	4 62	0 00	1 04	10 14	42 48	33 18	1 71	88 24	0 21	0 20	1 80
3	Салат из овощей	07	10	2 074	2 268	0 053	50	0 00	0 00	0 00	0 00	0 07	0 20	18 70	4 41	0 12	14 80	0 28	0 20	0 51
4	Запеканка из творога с яблоками	24 (12)	1	0 020	0 000	0 016	0	0 00	0 00	1 40	0 00	0 00	1 80	4 81	8 81	0 01	3 71	0 88	0 70	0 07
5	Картофель тушеный с мясом и овощами	438 (25)	200	12 819	12 819	16 930	272	0 14	0 17	12 20	0 18	1 48	21 01	194 22	42 63	2 80	19 70	0 01	0 00	1 20
6	Суп фруктовый	202 (22)	200	1 117	0 102	27 807	88	0 08	0 04	20 00	0 00	0 30	17 88	23 62	18 11	8 81	27 04	1 00	0 00	0 11
7	Каша гречневая	112	50	2 109	0 517	27 498	138	0 28	0 04	0 00	0 28	0 30	11 22	33 02	12 90	1 67	61 18	0 00	0 00	1 51
8	Каша пшеничная	112	43	2 770	0 210	14 287	47	0 28	0 30	0 00	0 00	0 30	12 06	31 00	10 40	1 00	68 01	0 20	0 00	1 54
9	Пряники	07	30	1 782	1 474	8 887	45	0 04	0 00	0 00	0 00	0 24	0 00	8 00	0 01	0 00	8 14	0 00	0 00	0 00
Итого:				23 917	28 448	121 243	867	0 61	0 18	67 12	0 19	8 28	128 61	475 28	142 91	8 12	488 12	2 80	0 01	9 48
Итого за день:				42 029	60 335	199 957	1419	0 50	0 66	71 80	26 81	0 65	292 86	619 82	182 82	12 99	645 98	0 02	0 01	12 41

3 день																					
1 группа ПИМ																					
1	Сурьма с оксидом полиуретана	208 (12)	42	1,270	0,028	0,832	8	0,21	0,01	2,90	118	2,04	8,20	9,62	4,92	0,74	4,46	2,02	2,00	2,42	
2	Кипель с доломитом	428 (13)	80	11,262	12,328	30,824	224	0,21	0,18	1,13	0,74	0,19	21,14	178,00	28,48	2,72	178,80	0,21	2,00	2,32	
3	Магистраль с оксидом алюминия	481 (12)	175	4,781	4,780	34,408	184	0,08	0,07	0,75	21,00	0,02	12,55	90,42	4,14	0,18	48,22	0,74	2,00	1,00	
4	Коррозия на металле на металле	72	700	2,705	2,647	12,858	84	0,03	0,01	0,32	12,00	0,00	12,98	78,20	12,18	0,11	18,21	0,01	0,20	1,21	
5	Галлы на металле	70	70	1,131	0,438	2,854	11	0,00	0,00	0,23	0,00	0,00	8,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	2,10
Итого:				10,837	22,412	33,844	221	0,31	0,21	3,83	55,84	1,64	148,79	212,18	23,20	2,98	208,58	0,97	0,81	0,71	
2 группа ПИМ																					
1	Порок с оксидом алюминия	80	60	0,358	0,058	2,811	14	0,00	0,00	1,70	20	0,00	0,42	4,80	5,20	0,28	9,00	0,00	0,00	0,00	0,10
2	Шлак с оксидом алюминия и оксидом железа	134 (20)	300	1,120	2,125	6,200	26	0,04	0,04	10,84	11,40	1,21	28,10	22,00	14,20	0,24	25,20	0,00	0,00	0,00	0,00
3	Сурьма с оксидом	225 (12)	70	2,812	4,162	0,000	22	0,06	0,06	4,88	0,00	0,01	1,72	27,74	4,71	0,28	27,14	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Зеленый порошок с оксидом алюминия	24 (12)	1	0,027	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Галлы	11	0	0,202	1,241	0,312	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,24	5,71	0,78	0,00	1,04	0,00	0,00	0,00	0,00
6	Галлы с оксидом	438 (12)	85	18,074	21,182	0,017	154	0,10	0,10	7,20	7,20	1,75	22,00	180,40	27,24	1,51	84,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7	Порок с оксидом алюминия	472 (12)	140	2,612	8,188	15,714	120	0,15	0,15	10,50	14,12	0,14	18,40	91,72	26,42	1,04	24,40	1,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				4,938	11,877	27,389	70	0,01	0,01	22,00	3,00	0,14	88,12	17,20	0,80	0,00	11,24	0,00	0,00	0,00	0,00
8	Кипель с оксидом алюминия	112	40	2,412	2,531	15,721	61	0,05	0,05	4,00	3,00	0,00	12,72	54,00	4,30	1,00	51,40	0,00	0,00	0,00	0,00
9	Кипель с оксидом алюминия	112	37	1,072	2,510	15,430	65	0,05	0,05	8,04	3,00	0,00	6,20	11,80	7,30	0,00	51,80	0,00	0,00	0,00	0,00
10	Кипель с оксидом алюминия	71	180	1,082	2,602	12,320	50	0,05	0,05	28,00	3,00	0,00	64,20	54,40	40,80	1,20	54,40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				38,229	35,992	94,447	222	0,25	0,25	46,24	23,40	0,24	258,20	897,10	143,28	2,94	409,60	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день:				58,261	28,484	154,231	443	0,26	0,26	466,81	56,78	1,88	403,84	899,98	284,49	11,29	797,66	0,00	0,00	0,00	0,00



4 думь 1 группа (МЦД)																				
1	Данная-на творчество	17)	150	22 400	14 811	32 086	342	3,09	3,09	0,27	4 841	1 864	205,66	312 15	15,74	1 12	247 83	0,07	0,01	8 46
2	Много студентское	(17)	20	1 260	0 058	10 983	42	7,71	8,01	0,05	4 051	1 014	63 311	45 82	3 50	3 04	45 67	0,00	0,00	1 70
3	Чел с творчество	629 (15)	207	0 209	0 070	0 273	17	0,00	0,00	1,18	0 051	0,01	7 088	8 54	4 36	3 78	8 72	0,00	0 40	0 05
4	Баллы творческий	831	20	1 191	0 440	0 834	72	0,30	7,04	0,07	7 081	0 04	0 04	0 04	0 00	7 08	0 00	0 00	0 00	7 08
5	Занятия талантом	1 369 (20)	243	0 478	0 364	1 9 884	67	0 88	0 70	10 04	0 04	0 04	46 84	27 00	24 00	4 00	31 03	0 10	0 00	0 00
	Итого:			25 748	14 903	73 228	546	0 18	0 11	11 47	8 98	3 74	114 87	188 41	17 09	8 79	185 22	0 14	0 83	10 11
2 группа таланты																				
1	Окружающая среда (художественная)	(17)	87	0 418	4 204	1 434	8	0 02	0 53	4 33	0 00	0 00	10 70	18 00	8 40	0 30	18 40	0 00	0 00	0 00
2	Судебное дело (художественная)	Мат П	200	3 704	4 483	12 542	112	0 2	0 43	43 87	6 87	0 24	25 37	67 47	72 57	1 15	87 80	0 01	3 02	0 01
3	Занятия талантом, уроки творчество	24 (12)	1	0 004	0 000	0 000	0	0 00	0 00	1 44	0 00	0 00	1 94	0 81	0 91	0 01	0 17	0 00	0 00	0 00
4	Группа таланты и школы	(17)	100	11 789	15 643	1 876	243	0 14	0 14	0 04	8 14	1 48	18 43	17 43	14 88	1 32	134 07	0 00	0 00	1 78
5	Специализированные	484 (12)	181	4 191	4 014	8 808	185	0 06	0 06	0 00	7 00	3 82	17 09	46 32	0 73	0 84	61 22	0 00	0 00	1 06
6	На базе из 10000 человек-на	100 (12)	300	0 754	0 110	21 202	87	0 31	0 01	50 00	0 00	0 27	0 46	1 78	1 18	0 38	1 31	0 00	0 00	0 34
7	Клуб "Школа таланты"	(12)	65	2 310	0 460	20 312	63	0 35	0 09	0 00	2 00	0 00	18 75	87 19	17 25	1 40	47 70	0 00	0 00	1 35
8	Занятия талантом	(12)	45	2 717	0 372	19 381	51	0 36	0 06	0 00	0 00	0 00	17 60	47 78	18 40	1 71	53 01	0 00	0 00	1 38
9	Занятия талантом	(12)	130	0 537	0 984	4 853	65	0 34	0 34	15 07	0 00	0 81	14 00	14 50	12 50	0 30	13 50	0 00	0 00	0 45
	Итого:			26 137	27 297	125 868	678	0 43	0 34	84 27	53 85	1 13	116 47	474 86	108 00	3 02	474 20	0 02	0 01	7 40
	Итого за думь:			51 884	44 200	199 096	1 224	0 37	0 35	97 74	60 73	5 87	232 34	612 27	179 09	11 77	659 42	0 16	0 84	17 51

Будиль																				
1 класс (мил)																				
1	Товары сырье - изданны	00	30	2,274	0,090	1,990	0	0,000	0,100	1,200	0,000	0,000	4,170	7,800	4,000	0,270	7,800	0,000	0,000	2,170
2	Здания и сооружения - с/мрем	071	80	12,861	1,894	11,771	174	0,000	2,000	0,150	2,851	1,200	143,400	112,410	22,730	1,270	178,320	0,000	0,000	1,670
3	Платежи и штрафы	412 (1,2)	151	2,610	4,168	0,203	173	0,100	1,110	10,300	10,700	2,140	18,420	91,110	28,470	1,700	79,870	0,000	0,000	1,530
4	Товары с/мрем	021 (1,2)	200	0,190	0,000	0,142	30	0,000	2,000	0,200	0,000	0,000	4,000	7,180	2,800	0,240	8,910	0,000	0,000	0,070
5	Материалы	112	21	1,300	0,200	0,190	51	0,000	2,000	0,300	0,000	0,000	1,000	24,200	17,220	1,650	92,780	0,000	0,000	0,070
6	Б/б/б/б	111	21	0,170	0,170	0,134	11	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
	Итого:			19,146	11,438	21,441	284	0,200	8,200	16,570	11,910	1,440	188,200	265,530	71,240	8,110	263,670	0,000	0,000	5,430
2 класс (мил)																				
1	Сырье из сырья - с/мрем м/з	01 (100)	60	2,370	0,100	2,170	70	0,000	0,000	2,200	0,000	1,200	100,000	13,000	14,300	2,070	71,000	0,000	0,000	1,700
2	Грунт/песок/с/мрем	148 (121)	700	1,810	2,887	18,284	83	0,000	0,000	0,400	0,000	1,400	15,100	28,000	8,400	3,700	29,800	0,000	0,000	0,000
3	Земельный участок - с/мрем	74 (1,2)	1	0,000	0,000	0,000	0	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
4	Здания и сооружения - с/мрем	071	80	2,900	2,410	0,000	11	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	1,200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
5	Сырье из сырья - с/мрем	01 (100)	100	0,100	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
6	Материалы	400 (1,2)	140	1,000	4,400	24,200	190	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	10,000	10,000	0,000	88,000	0,000	0,000	0,000
7	Здания и сооружения - с/мрем	111	200	0,000	0,000	0,000	10	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
8	Здания и сооружения - с/мрем	131	30	1,000	0,700	1,300	18	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	Итого:			21,270	41,987	22,864	284	0,000	0,000	22,600	22,600	1,400	155,400	246,200	70,700	2,700	210,600	0,000	0,000	1,700
	Итого за день:			40,416	53,425	44,305	568	0,200	8,200	39,170	33,910	2,840	343,600	511,730	141,940	10,810	474,270	0,000	0,000	7,130

6 кв.ч																					
1 группа птиц																					
1	Сухая ПТИЦА ПТИЦА с маслом	17	98	0,483	1,900	2,457	39	0,32	0,02	1,41	8,00	3,00	7,51	14,05	5,75	6,22	14,15	0,04	0,00	3,30	
2	Мясо с маслом и зеленью откармливаем	221	422	790	0,999	14,436	28,451	338	0,55	0,11	0,14	51,24	1,00	225,83	176,89	20,90	1,51	1,05	4,8	0,00	3,25
3	Корм с маслом и зеленью	571	220	2,473	2,208	7,477	81	0,04	0,04	1,10	10,700	0,00	120,79	90,34	14,80	0,33	30,30	0,01	0,24	4,84	
4	Бройлеры	131	40	2,342	0,860	1,185	35	1,00	0,38	0,01	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	1,00
5	Бройлеры	112	170	0,247	0,800	14,880	18	0,00	0,00	16,00	0,30	0,30	23,82	17,30	1,42	1,37	17,00	0,00	0,00	1,48	
Итого:				10,866	28,866	64,147	517	0,21	0,21	18,80	11,33	2,38	377,06	298,78	56,66	6,83	288,24	0,47	0,81	5,08	
2 группа птиц																					
1	Сухая птица	125	220	1,193	1,900	1,700	64	0,01	0,01	4,82	0,00	1,48	7,461	23,90	14,04	0,54	14,30	1,00	0,00	1,44	
2	Сухая	11	7	0,174	0,270	0,157	3	0,00	0,00	3,01	0,00	0,01	3,87	7,65	0,24	0,01	7,57	0,00	0,00	3,00	0,04
3	Гусиная птица	1721	10	2,264	2,148	0,302	27	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	4,51	28,89	1,25	3,40	10,59	0,00	0,00	0,44	
4	Утка петушиная утка петушиная	74	171	0,270	0,000	2,055	2	0,30	0,00	0,40	0,20	0,00	1,00	0,01	0,01	0,01	0,17	0,00	0,00	1,02	
5	Курыца, рыба	17	97	0,538	15,174	11,747	38	0,18	0,21	0,72	1,08	7,14	38,57	188,1	17,07	1,88	18,67	0,01	0,00	1,87	
6	Гусиная птица различных пород	462	177	0,998	3,040	34,500	211	0,21	0,24	0,30	2,90	0,40	15,89	161,70	120,62	4,79	112,84	0,01	0,00	3,91	
7	Наседки и утки	171	200	0,077	2,058	18,000	15	0,00	0,00	0,77	0,31	0,00	16,21	24,47	14,77	0,49	29,57	0,00	1,00	0,48	
8	Утка, утка	247	20	0,611	3,248	12,241	61	0,04	0,04	0,80	0,30	0,00	9,24	41,74	12,27	1,03	39,74	0,00	1,00	1,58	
9	Утка из ПТИЦА ПТИЦА с маслом	171	20	1,454	0,073	25,071	172	0,03	0,04	0,43	2,30	1,31	0,90	70,97	4,77	0,49	74,87	0,00	0,00	0,01	
Итого:				25,20	11,029	106,740	824	0,55	0,58	8,10	10,88	7,85	112,51	810,85	388,14	6,89	484,48	0,04	0,01	9,87	
Итого за птиц:				46,076	59,895	174,887	1340	0,76	0,79	27,90	30,38	30,44	489,56	899,63	263,18	13,82	786,72	0,04	0,82	14,95	

		2 недолг																			
		1 день																			
		1 прямые лица																			
1	Класс "Природа" - смешан	07	210	5,810	5,507	38,243	333	0,92	1,13	0,51	24,25	3,17	114,41	157,88	29,72	0,87	150,43	8,01	3,00	4,38	
2	Горный массив с мелкими излучинами	07	200	3,647	3,940	14,547	104	0,24	0,24	1,30	37,00	1,00	120,00	20,00	14,80	0,27	90,00	0,01	8,00	7,90	
3	Сред. излучина	07 (12)	20	4,445	5,027	3,000	53	0,27	0,01	0,14	7,00	0,00	200,00	22,00	11,80	0,14	20,00	3,01	0,01	7,00	
4	Больш. излучина	07	25	1,485	0,920	1,118	18	3,20	0,00	0,00	1,00	1,00	1,00	3,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00
5	Сред. излучина	112	100	0,630	0,677	3,884	18	3,15	0,25	10,00	1,00	0,30	20,00	1,80	11,20	3,00	10,00	0,00	0,00	0,00	3,24
	<b>Итого:</b>			<b>19,284</b>	<b>16,872</b>	<b>78,072</b>	<b>490</b>	<b>2,32</b>	<b>0,27</b>	<b>19,95</b>	<b>44,30</b>	<b>8,61</b>	<b>483,90</b>	<b>187,48</b>	<b>83,90</b>	<b>3,12</b>	<b>180,23</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>8,43</b>	
		2 прямые лица																			
1	Ущелье	112	100	0,414	0,228	14,111	8	3,13	0,23	4,22	1,30	0,00	10,00	18,00	0,40	0,20	10,00	0,20	0,20	2,00	
2	Мел. россыпь (из верхней доли)	105 (11)	200	7,032	4,523	11,756	110	0,07	3,08	6,77	14,93	0,17	10,00	17,00	21,10	0,00	48,00	0,00	0,00	0,00	
3	Батиска. осколки	475 (17)	80	13,182	14,000	5,400	204	0,12	3,00	0,80	0,23	2,10	10,00	14,00	14,00	2,43	140,00	3,00	3,00	2,10	
4	Сред. излучина	400 (12)	150	4,101	4,100	14,800	184	0,08	0,08	1,50	27,00	0,00	10,00	40,00	1,00	0,00	40,00	0,00	0,00	0,00	
5	Больш. излучина	171	200	3,166	0,147	29,000	103	0,01	0,08	3,75	0,17	0,17	0,00	1,00	0,50	0,40	7,50	3,00	3,00	0,10	
6	Сред. излучина	112	30	1,911	0,248	12,000	01	0,00	3,04	0,50	0,00	0,10	0,20	41,20	12,27	1,00	10,00	1,00	1,00	1,00	
7	Надпись	171	25	0,670	0,668	19,380	30	1,00	3,00	3,00	0,00	0,20	0,20	1,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	<b>Итого:</b>			<b>35,003</b>	<b>33,739</b>	<b>114,840</b>	<b>774</b>	<b>0,24</b>	<b>3,11</b>	<b>15,63</b>	<b>35,67</b>	<b>3,33</b>	<b>76,27</b>	<b>117,88</b>	<b>41,47</b>	<b>5,29</b>	<b>301,70</b>	<b>3,00</b>	<b>3,01</b>	<b>6,10</b>	
	<b>Итого за день:</b>			<b>48,461</b>	<b>48,561</b>	<b>194,812</b>	<b>1260</b>	<b>4,26</b>	<b>3,54</b>	<b>35,58</b>	<b>78,97</b>	<b>11,94</b>	<b>520,87</b>	<b>499,49</b>	<b>147,40</b>	<b>11,41</b>	<b>686,82</b>	<b>0,06</b>	<b>0,01</b>	<b>14,87</b>	

2 день																				
1 прием пищи																				
1	Молоко цельное	422 (12)	110	2 800	12,117	10,890	225	0,72	0,12	1,49	1,68	3,35	14,37	122,20	79,75	1,40	161,80	0,01	0,00	1,94
2	Пюре картофельное	472 (12)	150	2 610	4 166	19 233	125	0,72	0,12	10,26	13,70	8,14	16,49	83,77	28,42	1,64	73,97	0,01	0,00	1,52
3	Чай с сахаром	629 (12)	200	0,150	0,000	4 743	30	0,30	0,00	0,00	3,00	1,00	4,42	1,18	2,63	0,14	8,62	0,00	0,20	2,02
4	Клубника свежая	112	30	1 611	0,243	1 281	21	0,84	0,34	0,00	3,00	1,00	9,24	43,24	12,77	1,62	24,24	0,00	0,80	1,06
5	Рисур. в медуп	696 (12)	120	2 052	2 113	4 232	84	0,00	0,30	1,47	24,78	0,00	217,90	184,20	27,60	2,18	182,22	0,02	0,80	4,50
Итого:				13,442	21,703	21,043	493	0,23	0,23	15,32	52,89	3,30	202,67	484,89	96,17	4,27	290,45	0,02	0,81	5,13
2 прием пищи																				
1	Салат из свеклы с яблоками и ке	27 (3)	90	0,577	1 817	8 748	44	0,01	0,01	5,90	0,00	0,07	21,39	22,21	10,82	1,07	70,21	0,00	0,00	1,44
2	Суп картофельный с кабачком	440 (1)	200	1 724	6 784	17 542	114	0,10	0,10	13,87	8,87	0,78	23,27	67,63	26,87	1,19	61,51	0,01	0,00	4,01
3	Запеканка творожная с яблоками	161 (7)	7	0,109	0,000	5,022	4	0,00	0,00	1,43	0,00	0,00	1,98	0,01	0,81	0,17	0,77	0,00	0,00	0,02
4	Картофель запеченный с сыром	442 (25)	100	12 445	3 586	1 431	232	0,05	1,00	3,40	17,18	0,43	13,30	174,29	27,55	2,34	147,11	0,01	1,00	1,73
5	Рис отварной	465 (12)	150	1 012	4 403	34,863	182	0,74	0,01	3,00	16,77	1,23	5,56	12,43	23,53	0,45	64,71	1,00	0,00	1,86
6	Запеканка творожная с яблоками	659 (7)	479	1 189	8,788	1 127,0	57	0,29	0,00	2,00	0,00	3,40	6,47	0,00	4,10	0,38	11,80	1,00	0,00	0,50
7	Клубника свежая	171	25	1 112	0,294	1 467	21	0,82	0,00	0,00	3,00	3,00	10,76	48,17	14,21	1,19	45,90	0,04	0,00	1,73
8	Рисур. в медуп	113	20	1 952	0,267	15 773	24	0,84	0,04	0,00	3,00	3,00	8,00	21,10	8,75	1,88	27,10	0,00	0,00	1,23
9	Фрукты свежие	112	200	0,616	0 753	13 732	84	0,36	0,00	20,00	3,00	8,40	33,00	27,60	18,00	4,40	22,00	0,00	0,00	0,50
Итого:				24,510	27 445	179 286	822	0,27	0,25	40,57	37,09	2,18	129,00	487,27	421,00	14,72	428,10	0,02	0,01	5,99
Итого за день				38,000	49 154	392 374	1325	0,71	0,64	54,10	89,98	5,48	421,61	972,16	217,17	18,99	728,51	0,04	0,82	11,12



3 месяц																				
1 период работы																				
1	Корпус (СВЭД) парового	131	33	6 130	8 028	1 898	7	0,02	0,00	66,00	5,00	2,21	7,48	4,98	1,10	1,10	4 831	0,00	0,70	3 130
2	Место хранения в гараже (замена)	147 (12)	168	8 848	24 788	15 940	27	0,08	0,04	0,00	0,00	1,00	17,15	175,87	70,71	1,36	116,00	0,01	0,00	2 225
3	Машинный отдел (СВЭД) от	428 (12)	150	4 110	4 237	127	149	0,05	0,05	0,00	21,00	0,00	12,00	40,77	6,70	0,04	46,22	0,00	-1,00	1 100
4	Маяк (СВЭД)	529 (12)	170	7 200	6 672	528	10	0,03	0,00	1,70	0,00	0,01	7,00	11,50	4,50	0,00	6,73	0,00	4,00	2 100
5	Клей (СВЭД)	170	17	3 210	6 248	3 038	47	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	8,70	87,20	12,27	1,72	31,34	0,70	0,00	1 100
Итого:				16 880	28 876	11 996	172	0,08	0,09	67,00	21,00	3,72	49,00	208,28	87,80	4,14	218,10	0,97	0,00	8 611
2 период работы																				
1	Корпус (СВЭД) парового	104 (12)	16	1 115	2 298	1 183	90	0,03	0,01	2,00	0,00	0,01	3,00	30,00	1,00	1,00	81,00	0,00	3,00	6 600
2	Борты (СВЭД) парового	110 (12)	270	1 135	7 574	6 439	87	0,23	0,03	0,27	0,00	1,27	21,91	11,88	0,71	32,20	0,00	0,00	0 000	
3	Стекло	11	10	0,207	1,241	1,034	11	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0 000
4	Земля (СВЭД) парового	24 (12)	1	0,320	1,768	1,448	1	0,00	0,00	0,40	0,00	0,10	1,00	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0 000
5	Полы (СВЭД)	112	10	2 000	2 118	118	20	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	4,01	20,00	1,00	0,00	20,00	0,00	1,00	0 000
6	Полы (СВЭД)	10	30	9 812	11 229	12 514	130	0,15	0,10	0,00	0,00	0,00	14,00	142,00	20,00	7,41	10,00	1,01	1,00	2 000
7	Прочие материалы (СВЭД)	483 (12)	130	6 590	5 000	1 590	211	0,11	0,14	0,00	12,00	0,40	10,00	101,11	120,00	0,00	170,00	1,01	0,00	5 000
8	Солн. лампы	507 (12)	20	0 383	1 628	1 245	20	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	2,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0 000
9	Солн. лампы	707 (12)	200	1 112	2 104	2 992	90	0,06	0,06	32,00	3,00	0,00	31,00	22,00	10,00	0,00	31,00	0,00	0,00	0 000
10	Клей (СВЭД)	112	40	3 215	2 414	799	60	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	9,00	42,00	10,00	1,00	42,00	0,00	0,00	1 200
11	Клей (СВЭД)	112	30	4 811	2 200	2 611	51	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	9,00	41,00	10,00	1,00	36,00	0,00	0,00	1 200
12	Феррит (СВЭД)	368 (12)	170	1 878	0 100	1 778	20	0,00	0,00	38,00	3,00	0,00	35,00	11,00	11,00	0,10	17,00	0,00	0,00	0 000
Итого:				27 714	28 479	121 562	451	0,81	0,61	78,00	25,00	5,13	157,00	449,21	222,00	10,10	338,00	0,04	0,01	11 000
Итого за день:				44 294	58 355	198 124	802	1,00	1,12	145,00	46,00	8,85	236,00	715,51	370,00	14,20	746,10	0,04	0,01	19 611

4. Движение средств																				
1. Прямые вливания																				
1	Бюджетные субсидии на осуществление расходов	(7)	90	13,725	5,474	11,775	140	2,04	3,05	5,11	3,59	1,20	21,00	54,45	10,51	1,13	31,50	0,01	0,04	8,88
2	Государственный	(05) (07)	150	2,872	4,485	11,883	187	0,13	0,24	0,30	18,00	3,70	4,10	73,10	21,61	0,48	88,97	1,00	0,00	1,18
3	Классификационный	(07)	280	2,323	2,647	12,858	84	0,03	0,03	0,52	12,00	0,00	124,80	73,44	12,18	1,11	74,70	1,01	0,00	1,78
4	Муниципальный	(12)	20	1,209	0,217	0,151	21	0,03	0,34	0,29	0,70	0,00	7,70	19,98	0,22	0,69	22,76	0,00	0,00	0,88
5	Источники финансирования	(05) (12) (20)	150	1,114	0,232	10,150	50	0,24	0,28	41,90	0,40	0,30	12,30	35,50	18,30	0,14	28,90	1,00	0,40	0,44
Итого:				29,277	12,133	31,888	830	0,74	0,74	39,73	40,79	1,60	100,70	214,01	33,17	2,86	272,34	0,02	0,21	8,82
2. Прямые отчисления																				
1	Платежи за коммунальные услуги	(7)	10	0,00	1,115	2,180	17	0,04	0,34	15,00	0,10	0,12	0,40	15,00	1,20	0,54	15,00	0,00	0,20	0,20
2	Сумма списаний	(12) (20)	200	3,150	1,860	13,418	104	0,15	0,84	3,80	0,00	1,14	24,10	11,18	26,34	1,37	10,38	0,21	0,80	1,34
3	Средства на содержание имущества	(05) (07)	1	0,00	0,000	0,000	10	0,00	0,00	0,10	0,10	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10
4	Средства на содержание имущества	(7)	10	0,00	0,000	0,000	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,10	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00
5	Платежи за коммунальные услуги	(12)	100	10,000	12,194	50,826	331	1,00	8,00	0,00	3,00	1,00	1,00	1,37	0,34	0,48	1,87	0,00	0,00	0,00
6	Средства	(11)	10	0,00	0,00	0,00	10	0,00	0,00	0,00	8,00	0,00	7,14	3,31	0,74	0,87	5,16	0,00	0,00	0,00
7	Средства на содержание имущества	(05)	5	0,00	0,000	0,000	37	0,00	0,00	0,00	12,00	0,00	1,00	1,30	0,00	0,00	1,25	0,00	0,00	0,00
8	Источники финансирования	(05) (12) (20)	200	0,477	0,256	23,480	98	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	1,10	0,74	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
9	Бюджетные средства на содержание имущества	(12)	10	0,00	0,000	0,000	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
10	Средства на содержание имущества	(12)	20	1,115	2,267	8,986	47	0,13	0,32	0,80	0,20	0,00	4,00	21,70	0,00	0,63	31,20	0,00	0,00	0,00
11	Прочие	(05)	30	0,00	0,000	0,000	11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				27,886	34,860	113,410	611	0,16	0,11	49,18	40,80	1,73	28,40	128,31	45,21	3,68	176,46	0,01	0,00	0,48
Итого за 4 кв.:				46,164	37,193	205,126	1,441	0,43	0,36	78,83	48,79	3,33	76,60	464,38	128,01	6,54	389,11	0,03	0,01	9,30

		3 день																		
		3 ПРИЁМ ЛИШ																		
1	Трумп из тарелки 330мг/шт	137 (12)	150	19,577	16,245	19,980	242	0,19	0,06	0,56	22,566	0,47	0,02	190,01	14,16	6,18	293,61	0,33	0,19	7,41
2	Минерал газирован	192)	36	1,901	0,756	19,290	17	0,72	0,07	0,31	0,30	0,06	96,10	88,70	17,20	1,44	44,70	0,21	0,20	1,50
3	Чай с сахаром	624 (12)	288	0,168	0,008	8,742	38	0,26	0,12	0,08	0,39	0,39	4,64	7,10	1,86	3,74	0,82	0,36	0,23	0,02
4	Шампунь жидкий	10,	24	1,488	1,816	7,119	19	0,26	0,09	0,39	0,39	0,39	0,39	0,39	0,09	1,00	3,00	0,80	0,70	0,00
5	Бурсы свежие	487 (20)	720	4,878	2,484	18,894	82	0,14	0,08	11,00	0,39	0,80	16,08	32,20	24,00	6,70	37,00	0,88	0,17	0,97
Итого:				21,852	18,486	54,984	484	0,14	0,16	14,82	74,58	8,22	380,24	400,89	12,21	6,58	400,14	0,64	0,81	10,93
		3 прием пищи																		
1	Пюре картофельное	112)	90	0,408	2,058	1,454	6	0,07	0,20	4,20	0,00	0,06	10,72	16,30	6,40	0,90	18,00	0,00	1,00	0,04
2	Пюре картофельное с маслом	112 (12)	280	1,542	4,052	17,041	94	0,09	0,19	13,40	0,00	1,82	1,82	51,44	20,10	0,00	82,24	0,00	0,00	1,08
3	Зеленый горошек замороженный	24 (12)	1	0,070	0,000	0,039	0	0,00	1,00	3,40	0,00	1,00	1,88	0,81	0,00	0,01	6,10	0,04	0,00	0,02
4	Пюре картофельное	112)	18	2,084	2,118	0,970	26	0,01	3,00	3,00	4,04	0,26	4,20	26,82	3,23	0,64	10,38	0,00	0,00	0,14
5	Сметана	11)	5	0,102	0,426	0,157	7	0,00	0,00	3,01	3,00	0,01	3,87	7,95	0,38	0,01	2,53	0,00	0,00	0,04
-	Суп картофельный с овощами	184 (12)	264	13,974	29,116	21,349	157	0,21	0,20	58,20	4,90	3,60	26,41	227,85	48,24	3,10	21,44	0,01	0,00	1,64
7	Макаронные изделия	17)	200	0,677	0,324	9,344	41	0,04	0,00	8,10	0,00	0,05	18,01	28,20	14,10	0,50	29,17	0,00	0,00	0,49
8	Клубника	113)	50	1,619	0,216	12,883	33	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	7,50	0,81	17,80	0,20	0,04	0,04
9	Каша кукурузная с маслом	10,	48	2,481	1,579	7,012	39	0,03	0,04	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,30
10	Бурятия Домашняя	160 (25)	40	1,481	0,112	24,197	193	0,24	0,04	0,31	0,00	0,00	1,00	20,40	3,40	0,40	24,44	0,00	0,00	0,04
Итого:				26,523	38,520	84,032	652	0,42	0,38	46,20	9,54	10,60	95,92	424,23	188,71	6,80	479,12	0,82	0,81	5,79
Итого за день:				92,327	84,273	182,826	1248	0,58	0,82	96,92	57,92	12,72	455,39	824,12	180,24	17,21	824,18	0,88	0,82	16,82

В. день																				
1 прием пищи																				
1 Салат "ГРЕК" (на разный овощной м/б)	17	80	17,76	9,198	7,698	15,2	0,17	0,07	1,81	0,01	0,07	15,46	22,27	11,27	0,86	0,14	0,00	0,00	0,10	
2 "Бюст" (булочка вкрута с маслом)	8 (5 шт)	184	4,084	21,267	8,787	376	0,30	0,26	66,81	0,00	3,76	72,58	151,24	20,34	1,77	1,12	0,24	0,00	0,00	0,00
3 Чай с сахаром	125 (12)	308	0,714	0,040	0,743	26	0,12	0,30	0,98	0,00	0,00	4,32	1,13	2,83	0,78	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
4 Хлеб "Дарницкий"	177	48	0,733	3,478	17,673	81	0,14	0,34	0,80	0,00	1,00	0,30	47,47	-0,00	1,24	42,45	0,00	0,00	0,00	0,00
5 Прочие овощи	174	100	0,575	2,434	15,807	72	0,15	0,15	17,00	0,00	2,74	27,20	16,77	-3,40	2,74	16,73	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			12,647	33,248	36,088	270	0,43	0,38	86,47	0,01	8,17	157,85	191,78	78,74	7,80	230,33	0,83	0,01	0,00	0,00
2 прием пищи																				
1 Суповый гороховый супчик	174 (17)	60	0,406	2,064	8,415	8	0,01	0,01	1,00	0,00	0,00	0,80	1,48	8,40	1,14	1,84	0,00	0,00	0,00	0,00
2 Суп с кабачком с маслом	134 (12)	291	1,512	1,84	17,111	60	0,06	0,01	2,58	0,75	0,10	4,14	44,70	17,60	0,14	67,74	0,00	0,00	0,00	0,00
3 Заправка из сметаны, укропа порубаного	44 (10)	7	0,005	0,000	0,035	0	0,00	0,00	3,40	0,00	0,00	1,80	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00
4 Сметана (покрыть на суп)	175	18	0,008	0,200	0,253	44	0,07	0,09	0,00	0,00	0,17	3,08	29,10	4,47	0,10	29,68	1,00	0,00	0,00	0,00
5 Макароны "Тубет"	171	96	0,885	13,377	11,721	229	0,18	0,21	1,00	1,12	2,14	47,48	177,04	26,45	1,80	118,88	0,01	0,00	0,00	0,00
6 Помидор фаршированный	472 (12)	156	1,810	4,188	14,204	124	0,17	0,11	10,48	16,20	0,14	26,45	82,77	26,87	1,00	19,70	0,01	0,00	0,00	0,00
7 Макароны из твердых сортов пшеницы	706 (20)	104	0,754	0,13	16,523	78	0,11	0,01	30,27	3,80	0,21	4,87	1,20	1,78	0,77	1,27	0,00	0,00	0,00	0,00
8 Хлеб "Дарницкий"	113	20	1,154	0,707	8,586	42	0,07	0,07	0,90	3,80	0,00	4,80	21,30	0,28	0,00	31,20	0,00	0,00	0,00	0,00
9 Хлеб пшеничный	113	20	1,207	0,158	8,586	47	0,07	0,07	0,90	0,00	0,00	0,10	27,40	0,18	0,00	28,73	0,00	0,00	0,00	0,00
10 Кухня поварская	122 (8)	45	2,862	4,901	25,490	117	0,08	0,23	0,28	27,57	0,17	12,17	20,45	8,90	0,40	28,71	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			24,588	28,108	107,495	708	0,51	0,47	71,94	48,57	4,75	147,10	458,51	177,34	9,94	415,08	0,04	0,01	0,00	0,00
Итого за день:			34,134	63,248	162,360	878	1,04	0,85	158,41	48,58	12,92	274,95	662,28	196,08	18,04	645,41	0,87	0,02	0,00	0,00

Всего: 16102 : 12 = 1342 ккал

Всего: 526,514 : 12 = 43,876 грамм белка

Всего: 562,268 : 12 = 46,856 грамм жира

Всего: 2245,496 : 12 = 187,133 грамм углеводов

Всего: 8,37 : 12 = 0,70 мг витамина D

Всего: 4,24 : 12 = 0,35 мг витамина B2

Всего: 1307,13 : 12 = 108,93 мг витамина C

Всего: 853,80 : 12 = 71,15 мг витамина A

Всего: 81,66 : 12 = 6,81 мг витамина E

Всего: 4701,84 : 12 = 391,82 мг кальция

Всего: 6141,07 : 12 = 511,75 мг фосфора

Всего: 2324,36 : 12 = 193,70 мг магния

Всего: 151,06 : 12 = 12,59 мг железа

Всего: 8141,71 : 12 = 678,48 мг калия

Всего: 0,43 : 12 = 0,04 мг натрия

Всего: 0,18 : 12 = 0,01 мг соли

Всего: 875,71 : 12 = 72,98 мг фтора

Таблица

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ с 12 лет**

№	Наименование блюда	Средняя калорийность	Выход, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг							
				Белки	Жиры	Углеб.		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Мg	К	К	а	Se	F
<b>1 неделя</b>																				
<b>1 день</b>																				
1	Булочка Домашняя	269 (22)	80	4,937	12,018	41,211	293	0,09	0,09	0,00	0,00	6,13	11,64	47,28	8,74	0,68	47,08	0,00	0,20	1,05
2	Сок фруктовый	107 (23)	200	1,112	0,165	32,967	98	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	31,68	22,52	19,14	0,52	21,58	0,00	0,20	0,51
<b>Итого:</b>				<b>6,049</b>	<b>12,183</b>	<b>64,178</b>	<b>291</b>	<b>0,10</b>	<b>0,09</b>	<b>12,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,13</b>	<b>43,32</b>	<b>69,70</b>	<b>27,89</b>	<b>1,20</b>	<b>68,66</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>	<b>1,56</b>
<b>2 день</b>																				
1	Слойка с творогом и сметаной	110	80	4,337	13,004	30,044	215	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Чай с сахаром	420 (12)	250	0,152	0,000	9,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,82	0,74	6,85	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>				<b>4,489</b>	<b>13,004</b>	<b>39,786</b>	<b>251</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>4,62</b>	<b>7,18</b>	<b>3,82</b>	<b>0,74</b>	<b>6,85</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>3 день</b>																				
1	Сырная палочка	17 (2)	80	8,191	28,466	37,508	471	0,00	0,00	0,16	0,03	11,48	57,34	118,57	16,30	0,85	129,51	0,00	0,00	2,79
2	Напиток изурати	61	200	0,677	0,000	19,944	83	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	18,07	29,57	14,17	0,50	25,57	0,00	0,00	0,48
<b>Итого:</b>				<b>8,868</b>	<b>28,466</b>	<b>57,452</b>	<b>504</b>	<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>0,16</b>	<b>0,03</b>	<b>11,48</b>	<b>75,41</b>	<b>148,14</b>	<b>30,37</b>	<b>1,35</b>	<b>145,08</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>3,27</b>
<b>4 день</b>																				
1	Булочка "Ромашка" с творогом	61	80	9,256	9,509	24,524	210	0,00	0,00	0,04	0,10	3,51	37,23	70,01	6,00	0,54	50,79	0,00	0,00	1,79
2	Кофейный напиток на молоке	17	200	2,309	0,540	12,656	64	0,00	0,00	0,12	12,00	0,00	103,88	78,00	12,18	0,11	74,00	0,00	0,20	1,76
<b>Итого:</b>				<b>11,565</b>	<b>10,049</b>	<b>37,180</b>	<b>274</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,10</b>	<b>3,51</b>	<b>141,10</b>	<b>148,01</b>	<b>24,18</b>	<b>0,65</b>	<b>124,79</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>3,55</b>
<b>5 день</b>																				
1	Булочка сахарная	117	80	4,711	4,889	44,661	343	0,09	0,09	0,00	0,00	2,75	12,17	46,49	8,41	0,64	46,49	0,00	0,00	1,09
2	Напиток изурати	17	200	0,169	0,000	20,599	103	0,00	0,00	3,75	0,00	0,00	9,57	7,50	5,50	0,42	7,50	0,00	0,00	0,19
<b>Итого:</b>				<b>4,880</b>	<b>4,889</b>	<b>65,260</b>	<b>346</b>	<b>0,09</b>	<b>0,00</b>	<b>3,75</b>	<b>0,00</b>	<b>2,75</b>	<b>21,74</b>	<b>53,99</b>	<b>14,91</b>	<b>1,06</b>	<b>53,99</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,28</b>
<b>6 день</b>																				
1	Халодури по-нахичевански	850 (22)	80	3,508	7,660	45,432	165	0,04	0,04	0,08	0,40	0,44	29,50	115,54	17,58	0,52	167,47	0,00	0,00	3,13
2	Чай с сахаром	628 (12)	200	0,159	0,000	9,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,82	0,74	6,85	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>				<b>3,667</b>	<b>7,660</b>	<b>55,174</b>	<b>201</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>0,12</b>	<b>0,40</b>	<b>0,44</b>	<b>34,12</b>	<b>122,72</b>	<b>21,40</b>	<b>1,26</b>	<b>174,32</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>3,13</b>
<b>2 неделя</b>																				
<b>1 день</b>																				
1	Булочка Домашняя	269 (22)	80	4,937	12,018	41,211	293	0,09	0,09	0,00	0,00	6,13	11,64	47,28	8,74	0,68	47,08	0,00	0,00	1,05
2	Сок фруктовый	107 (23)	200	1,112	0,165	32,967	98	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	31,68	22,52	19,14	0,52	21,58	0,00	0,20	0,51
<b>Итого:</b>				<b>6,049</b>	<b>12,183</b>	<b>64,178</b>	<b>291</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>12,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,13</b>	<b>43,32</b>	<b>69,70</b>	<b>27,89</b>	<b>1,20</b>	<b>68,66</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>1,56</b>



2 день																				
1	Слойка с творогом сулещным	(2)	80	4,137	13,094	20,044	215	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Чай с сахаром	879 (12)	200	0,150	0,000	5,742	26	0,00	1,00	0,04	0,00	0,00	4,52	7,18	1,63	0,74	5,85	0,00	0,00	
<b>Итого:</b>				4,496	13,094	26,786	241	0,00	1,00	0,04	0,00	4,52	7,18	1,63	0,74	5,85	0,00	0,00	0,00	
3 день																				
1	Кексикет с сыром	(7)	83	9,745	8,478	21,878	251	0,08	0,08	0,17	0,07	1,89	290,51	190,13	20,62	0,02	190,32	4,02	0,00	1,51
2	Напиток из черной смородины см	(7)	200	0,085	0,040	13,785	58	0,00	0,00	9,60	0,00	0,01	4,20	3,45	3,24	0,17	3,20	0,00	0,00	0,11
<b>Итого:</b>				9,841	8,518	45,431	307	0,08	0,08	9,77	0,07	1,90	294,84	193,76	23,86	1,01	193,68	0,02	0,00	1,62
4 день																				
1	Булочка "ИМПЕРИКА" с корицей	(7)	80	3,926	10,987	40,113	275	0,05	0,05	0,05	0,25	4,50	15,97	41,71	7,63	0,79	39,75	0,00	0,00	0,98
2	Чай с лимоном	829 (12)	200	0,309	0,000	4,973	27	0,00	0,00	1,12	0,00	0,01	7,08	8,52	4,56	0,78	0,13	0,00	0,00	0,05
<b>Итого:</b>				4,126	10,987	45,038	302	0,05	0,05	1,27	0,25	4,51	23,05	50,23	12,19	0,67	40,91	0,00	0,00	1,03
5 день																				
1	Сырники пышки	17 (20)	80	8,143	21,390	24,587	315	0,07	0,17	0,13	6,67	8,61	11,16	104,03	12,60	0,83	104,61	0,01	0,00	2,04
2	Напиток из вишни см	(7)	200	0,100	0,047	25,580	160	0,01	1,50	0,75	0,01	0,07	4,27	7,33	4,50	0,42	7,50	0,00	0,00	0,15
<b>Итого:</b>				8,312	21,397	50,209	475	0,08	1,67	1,88	6,74	8,68	15,76	112,93	17,10	1,25	112,12	0,01	0,00	2,19
6 день																				
1	Булочка "РОСАВКА"	7 (13)	70	4,819	7,715	41,979	257	0,06	0,07	0,08	0,00	1,11	19,78	51,98	8,72	0,79	49,39	0,00	0,00	1,75
2	Коричный напиток на молоке	(7)	200	2,093	7,047	12,878	64	0,03	0,03	0,02	12,00	0,30	105,88	18,30	17,10	0,14	14,70	0,01	0,00	1,76
<b>Итого:</b>				7,123	14,740	54,833	341	0,09	0,14	0,06	12,00	1,41	128,66	130,28	26,40	0,93	124,29	0,01	0,00	3,41

- Всего: 4008 : 12 = 334 ккал**
- Всего: 79,253 : 12 = 6,604 грамма белка**
- Всего: 156,451 : 12 = 13,038 грамма жира**
- Всего: 370,608 : 12 = 47,551 грамма углеводов**
- Всего: 0,82 : 12 = 0,08 мг витамина В1**
- Всего: 0,85 : 12 = 0,08 мг витамина В2**
- Всего: 84,88 : 12 = 7,07 мг витамина С**
- Всего: 48,08 : 12 = 4,09 мг витамина А**
- Всего: 48,88 : 12 = 4,15 мг витамина Е**
- Всего: 1223,22 : 12 = 101,93 мг кальция**
- Всего: 1194,25 : 12 = 99,52 мг фосфора**
- Всего: 227,48 : 12 = 18,96 мг магния**
- Всего: 12,71 : 12 = 1,06 мг железа**
- Всего: 1167,83 : 12 = 97,32 мг калия**
- Всего: 0,10 : 12 = 0,01 мг йода**
- Всего: 0,03 : 12 = 0,00 мг селена**







1 квартал																				
1 полугодие																				
1. Вал. добавленная стоимость	456 731	290	7 032	1 678	11 798	118	0,07	0,28	4,17	11,40	0,17	18,03	50,5	21,18	0,98	88,47	3,22	0,04	8,50	
2. Промышленность и строительство	415 128	27	18 182	4 078	9 139	266	0,12	0,39	0,97	0,24	2,18	4,97	146,25	24,87	2,42	148,22	0,27	0,30	1,29	
3. Торговля и общественное питание	447 713	173	4 247	1 202	24 469	125	3,06	0,29	2,09	21,80	8,32	2,29	46,27	4,79	0,84	48,27	0,02	0,00	11,28	
4. Транспорт и связь	17	780	0 198	0 047	24 802	121	2,07	0,20	2,19	0,02	0,24	0,97	1,24	9,80	0,49	1,90	0,02	0,01	2,47	
5. Информационные и коммуникационные технологии	172	30	1 741	1 247	17 821	11	2,06	0,24	2 062	0,02	0 20	0,24	41,24	12,71	1,02	28,74	0,02	0,00	1,07	
6. Итого по отраслям	1 125	40	14 412	1 274	11 984	22	31,4	0,21	8 84	0,03	1,21	0 14	11,40	1,24	2,92	11,40	- 0,01	0,00	0,80	
Итого:			24 048	12 428	121 848	142	0,28	0,22	17,87	21,87	2 28	18,17	219,45	68,87	3,82	211,28	0,02	0,01	4,81	
2 квартал																				
1. Строительство в составе вал. добавленной стоимости	84 111	200	1 204	0 180	1 642	12	3,15	0,17	17,87	0,7	0,24	18,17	219,45	68,87	22,81	1,18	0,76	0,81	1,24	1,21
2. Промышленность и строительство в составе вал. добавленной стоимости	24 117	1	1 002	0 022	0 022	0	8,28	0,08	1,40	2,06	0,20	1,98	3,1	0,2	2,01	4,7	0,02	0,00	0,27	0,02
3. Торговля и общественное питание	447 021	164	5 448	12 888	1 420	127	3,28	0,27	0,20	12,18	11,42	18,12	154,12	27,72	2,74	42,14	0,01	0,00	2,12	2,12
4. Транспорт и связь	484 121	740	1 073	4 497	24 802	121	9,21	0,24	11,84	16,24	12,25	3,10	17,52	22,22	8,89	48,07	0,01	0,00	1,40	1,40
5. Информационные и коммуникационные технологии	164 021	1,22	0 088	0 202	11 074	33	0 88	0,00	0 88	2,08	0,02	0,40	8,18	2,02	0,24	4,74	0,02	0,01	0,01	0,01
6. Итого по отраслям	1 125	74	1 178	0 288	12 948	14	0 88	0,08	0 88	0,02	0,02	10,28	11,11	19,24	1,18	42,20	0,02	0,01	1,01	1,01
Итого по отраслям	74	74	1 178	0 288	12 948	14	0 88	0,08	0 88	0,02	0,02	10,28	11,11	19,24	1,18	42,20	0,02	0,01	1,01	1,01
Итого:			22 889	12 712	121 848	156	0,28	0,24	18,21	21,24	2,41	18,17	219,45	68,87	4,84	211,28	0,02	0,01	4,81	4,81
3 квартал																				
1. Промышленность и строительство	118 021	284	1 112	1 144	12 948	12	0,08	0,28	3,47	4,84	1,27	20,81	20,88	18,14	0,71	33,20	0,01	0,00	2,08	2,08
2. Торговля	172	0	0 002	0 001	0 001	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,21	1,21	3,18	0,82	2,26	0,02	0,00	3,04	3,04
3. Транспорт и связь	24 117	1	1 002	0 022	0 022	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,71	0,02	0,00	3,04	3,04
4. Информационные и коммуникационные технологии	172	0	0 088	0 202	11 074	33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	2,02	0,24	25,20	0,01	0,00	0,01	0,01
Итого по отраслям	84	84	0 278	1 271	12 478	18	0,12	0,12	3,38	0,08	0,02	12,54	14,20	18,72	2,42	136,81	0,01	0,00	2,18	2,18
5. Промышленность и строительство в составе вал. добавленной стоимости	447 021	1,74	4 846	5 068	24 802	121	3,17	0,24	0 20	11,82	0 18	12,74	181,1	170,82	0,02	172,64	0,01	0,00	1,01	1,01
6. Торговля	161 121	200	1 112	1 144	12 948	12	0,08	0,28	3,47	4,84	1,27	20,81	20,88	18,14	0,71	33,20	0,01	0,00	4,20	4,20
7. Транспорт и связь	172	0	1 112	1 144	12 948	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,71	0,02	0,00	3,04	3,04
8. Информационные и коммуникационные технологии	172	0	1 112	1 144	12 948	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,71	0,02	0,00	3,04	3,04
Итого по отраслям	56	56	1 112	1 144	12 948	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,71	0,02	0,00	3,04	3,04
Итого:			24 048	12 428	121 848	142	0,27	0,24	18,24	21,24	2,41	18,17	219,45	68,87	4,84	211,28	0,02	0,01	4,81	4,81
4 квартал																				
1. Строительство в составе вал. добавленной стоимости	104 121	200	1 204	0 180	1 642	12	0,12	0,17	17,87	0,7	0,24	18,17	219,45	68,87	22,81	1,18	0,76	0,81	1,24	1,24
2. Промышленность и строительство в составе вал. добавленной стоимости	24 117	0	1 002	0 022	0 022	0	1 88	0,08	1,40	2,06	0,20	1,98	3,1	0,2	2,01	4,7	0,02	0,00	0,27	0,27
3. Торговля и общественное питание	17	0	1 148	0 488	3 020	12	0 88	0 00	0 00	0 00	0 00	1,98	1,98	4,81	0,81	4,7	0,02	0,00	0,27	0,27
4. Транспорт и связь	112	270	1 074	11 074	24 802	121	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,02	0,00	1,01	1,01	1,01
5. Информационные и коммуникационные технологии	12	0	0 272	1 096	11 074	33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	1,26	0,02	0,00	0,02	0,02
6. Итого по отраслям	172	0	1 274	1 271	12 948	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,02	0,00	0,02	0,02	0,02
7. Промышленность и строительство в составе вал. добавленной стоимости	104 121	200	1 204	0 180	1 642	12	0,12	0,17	17,87	0,7	0,24	18,17	219,45	68,87	22,81	1,18	0,76	0,81	1,24	1,24
8. Торговля и общественное питание	17	0	1 148	0 488	3 020	12	0 88	0 00	0 00	0 00	0 00	1,98	1,98	4,81	0,81	4,7	0,02	0,00	0,27	0,27
9. Транспорт и связь	112	270	1 074	11 074	24 802	121	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,02	0,00	1,01	1,01	1,01
10. Информационные и коммуникационные технологии	12	0	0 272	1 096	11 074	33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	1,26	0,02	0,00	0,02	0,02
Итого по отраслям	172	0	1 274	1 271	12 948	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,98	1,98	4,81	0,81	0,02	0,00	0,02	0,02	0,02
Итого:			21 089	12 411	121 848	142	0,27	0,24	18,24	21,24	2,41	18,17	219,45	68,87	4,84	211,28	0,02	0,01	4,81	4,81

→ 2008																							
1. Вклад в уставный капитал ООО "СЭО"	11.1.07	700	1240	400	1240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2. Авансы выданные (прим. 2008-04)	14.1.11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3. Вклады в уставный капитал	11.2	12	2340	2140	7700	70	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4. Счета	11	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5. Средства на счетах в банках (в т.ч. в кассе)	14.1.11	50	1000	12140	71740	30	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6. Средства в пути	11	10	1000	1000	1000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7. Средства в банках	11.1	30	1000	1000	1000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8. Средства на счетах в банках	11.2	20	1000	1000	1000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого:</b>			<b>14180</b>	<b>14180</b>	<b>84870</b>	<b>70</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>к. баланс</b>																							
9. Средства на счетах в банках	14.1.11	20	1000	1000	1000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10. Средства в пути	14.1.11	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11. Средства в банках	11.1	30	1000	1000	1000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12. Средства на счетах в банках	11.2	20	1000	1000	1000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого:</b>			<b>14180</b>	<b>14180</b>	<b>84870</b>	<b>70</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Средств 8486 : 12 = 706,66 руб	
Средств 100,000 : 12 = 8,33 руб	
Средств 131,000 : 12 = 10,92 руб	
Средств 1157,228 : 12 = 96,44 руб	
Средств 4,88 : 12 = 0,41 руб	
Средств 54 : 12 = 4,5 руб	
Средств 451,08 : 12 = 37,59 руб	
Средств 700,81 : 12 = 58,40 руб	
Средств 29,72 : 12 = 2,48 руб	
Средств 1150,79 : 12 = 95,89 руб	
Средств 483,84 : 12 = 40,32 руб	
Средств 230,88 : 12 = 19,24 руб	
Средств 87,60 : 12 = 7,3 руб	
Средств 4877,77 : 12 = 406,48 руб	
Средств 6,25 : 12 = 0,52 руб	
Средств 0,06 : 12 = 0,05 руб	
Средств 81,40 : 12 = 6,78 руб	
<b>Итого:</b>	



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ в 7-11 лет (1 смена)

№	Наименование блюда	СРЕДНИЙ	Видов	Полезные вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг									
				Белки	Жиры	Углеб.		В1	В2	С	А	Р	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	F		
<b>1 неделя</b>																						
<b>1 день</b>																						
1	Томаты свежие - порция	171	33	0,325	0,096	4,274	7	0,02	0,02	3,75	0,004	0,02	4,20	0,10	7,00	0,32	9,16	0,00	0,00	0,21		
2	Гуляш из говядины	437 (32)	100	12,802	13,727	3,113	185	0,04	0,07	0,40	0,18	1,68	16,50	120,77	18,53	2,07	133,09	0,07	0,00	2,72		
3	Гречка отварная рассыпчатая с мяс.	461 (12)	150	0,960	5,040	24,507	214	0,21	0,24	0,50	13,60	0,45	13,84	141,77	120,67	4,03	172,84	0,07	0,00	1,60		
4	Чай с сахаром	679 (12)	200	0,150	0,000	3,742	38	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	1,18	3,83	0,14	0,25	0,00	0,00	0,32		
5	Батон парижский	05	30	1,767	0,170	1,344	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30		
6	Фрукты свежие	787 (30)	175	0,813	0,270	8,004	40	0,07	0,07	47,00	0,10	0,24	42,00	20,40	13,00	0,12	20,30	0,02	0,00	5,30		
<b>Итого:</b>						<b>22,294</b>	<b>19,778</b>	<b>67,674</b>	<b>497</b>	<b>0,34</b>	<b>0,38</b>	<b>54,75</b>	<b>42,39</b>	<b>2,47</b>	<b>81,87</b>	<b>357,67</b>	<b>163,18</b>	<b>1,24</b>	<b>342,53</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>6,60</b>
<b>2 день</b>																						
1	Каша манная молочная заварная	267 (12)	200	4,847	7,545	43,000	220	0,26	0,07	0,57	20,63	0,40	176,87	170,97	17,10	0,41	80,14	0,07	0,00	1,30		
2	Чай с лимоном	679 (12)	200	0,150	0,000	3,742	37	0,00	0,00	1,16	0,00	0,01	7,03	0,52	4,56	0,75	8,77	0,02	0,00	0,00		
3	Батон парижский	101	20	1,191	0,456	0,694	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00		
4	Среды с мясным бульоном	101	60	4,337	13,004	20,044	215	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
5	Фрукты свежие	368 (10)	160	0,547	0,457	15,755	20	0,03	0,00	6,00	0,00	0,64	30,40	25,60	12,20	3,66	21,00	0,00	0,00	0,45		
<b>Итого:</b>						<b>11,118</b>	<b>21,467</b>	<b>78,714</b>	<b>523</b>	<b>0,09</b>	<b>0,07</b>	<b>9,65</b>	<b>20,63</b>	<b>1,07</b>	<b>224,31</b>	<b>196,03</b>	<b>48,91</b>	<b>4,87</b>	<b>192,86</b>	<b>0,01</b>	<b>1,30</b>	<b>2,98</b>
<b>3 день</b>																						
1	Отурды жареные порционные	724 (12)	40	0,270	0,000	0,050	4	0,01	0,01	2,00	0,00	0,00	4,20	1,50	1,50	0,24	9,00	0,00	0,00	0,40		
2	Колбасы домашние	476 (12)	90	11,525	15,328	10,834	228	0,21	0,18	1,43	0,18	0,10	51,84	170,00	25,48	2,27	178,00	0,04	0,00	0,50		
3	Макаронные изделия отварные	467 (12)	150	4,794	4,207	24,836	195	0,09	0,09	0,00	21,00	0,87	12,54	46,20	8,20	0,84	48,22	0,00	0,00	1,00		
4	Кофейный напиток на молоке	571	200	4,305	2,647	12,858	84	0,00	0,00	0,50	10,00	0,00	106,96	78,30	2,18	0,11	74,70	0,01	0,00	1,70		
5	Батон парижский	101	20	1,191	0,456	0,694	11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00		
<b>Итого:</b>						<b>26,162</b>	<b>32,693</b>	<b>51,644</b>	<b>523</b>	<b>0,33</b>	<b>0,31</b>	<b>3,46</b>	<b>23,18</b>	<b>1,64</b>	<b>148,75</b>	<b>312,18</b>	<b>65,80</b>	<b>1,96</b>	<b>308,58</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>6,77</b>
<b>Итого за день:</b>						<b>26,152</b>	<b>32,687</b>	<b>51,644</b>	<b>523</b>	<b>0,33</b>	<b>0,31</b>	<b>3,46</b>	<b>23,18</b>	<b>1,64</b>	<b>148,75</b>	<b>312,18</b>	<b>65,80</b>	<b>1,96</b>	<b>308,58</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>6,77</b>
<b>4 день</b>																						
1	Запеканка творожная	171	150	21,454	15,027	33,865	264	0,00	0,00	0,21	6,94	1,83	204,80	312,15	25,74	1,53	297,80	0,01	0,01	8,45		
2	Молоко стерилизованное	121	20	1,206	0,030	10,869	45	0,01	0,01	0,20	0,00	0,04	67,40	45,20	0,80	0,04	45,80	0,00	0,00	1,20		
3	Чай с лимоном	679 (12)	207	0,200	0,000	3,925	37	0,00	0,00	1,16	0,00	0,01	7,00	1,17	4,56	0,76	8,17	0,00	0,00	0,00		

4) Барои ҳаҷми	101	20	1,191	0,480	0,194	13	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5) Ҷамъа ба ҳаҷми	358 (340)	250	0,876	0,154	16,694	87	3,00	0,00	10,00	0,00	0,00	18,00	37,00	24,00	4,63	77,00	0,00	0,00	0,60
Иттиҳоди:			25,748	16,908	73,320	543	0,14	0,11	18,83	6,28	2,14	114,37	198,47	18,69	6,85	381,73	0,04	0,01	10,21



<b>5 день</b>																				
1	Сметана сливочная порционная	(75)	39	0,279	0,366	1,060	0	0,32	0,02	7,90	0,00	3,06	4,37	7,80	4,00	0,27	1,80	3,00	0,00	0,18
2	Зрелые яйца куриной породы с салом	(75)	90	13,067	7,884	18,721	124	0,06	0,01	0,15	7,61	1,24	141,45	152,41	22,73	1,21	126,32	0,01	0,00	2,52
3	Глюсе картофельная	472 (47)	150	3,610	4,161	19,205	123	0,13	0,13	10,38	15,30	0,14	36,48	81,71	28,42	1,04	10,04	0,01	0,00	1,55
4	Чеснок сухой	629 (12)	250	0,159	2,202	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	2,83	0,74	6,85	0,00	0,00	0,02
5	Хлеб пшеничный	(12)	45	1,503	3,207	10,761	51	0,09	0,04	0,00	0,00	0,00	7,18	34,76	10,55	0,85	17,79	0,00	0,70	3,68
6	Сахар	(11)	27	0,731	2,711	20,904	91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>				19,154	12,014	12,843	484	0,22	0,24	18,07	17,31	1,44	198,45	203,52	71,90	4,41	253,67	0,02	0,81	5,43
<b>6 день</b>																				
1	Салат "ВЕСТРИЯ" с мясом равангильным	(7)	30	0,433	1,805	7,452	29	0,02	0,02	1,41	0,00	0,69	7,51	14,88	5,73	0,25	14,15	0,04	0,00	0,42
2	Масло сливочное высшего качества с солью	321 (27)	330	9,996	14,436	18,461	328	0,13	0,11	0,14	17,24	1,08	207,85	176,49	20,80	1,17	176,49	0,01	0,00	0,25
3	Чеснок сухой натуральный	(7)	200	2,450	3,000	7,451	67	0,04	0,04	1,70	20,00	0,00	120,09	30,00	14,07	0,11	90,00	0,01	0,00	2,06
4	Батон мясной	(7)	47	2,380	0,360	1,789	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Фрукты свежие	(12)	160	0,541	0,600	14,992	68	0,05	0,05	15,00	0,00	0,12	25,60	17,60	14,42	3,52	17,60	0,00	0,00	0,40
<b>Итого:</b>																				
<b>7 день</b>																				
<b>1 день</b>																				
1	Машина "Дружба" с маслом	(1)	210	5,610	6,287	28,043	236	0,12	0,13	0,51	24,25	0,17	14,41	157,08	29,72	0,9	150,43	0,01	0,00	1,88
2	Горючее дизельное с малым содержанием серы	(1)	200	3,042	3,343	14,044	104	0,24	0,04	1,30	20,00	0,20	120,05	16,00	14,00	0,1	90,00	0,01	0,00	2,60
3	Сыр порционный	97 (12)	200	4,445	5,701	0,000	61	0,01	0,01	0,13	0,04	0,50	200,00	120,00	15,00	0,14	120,00	0,01	0,00	2,00
4	Батон мясной	(8)	25	1,483	0,600	1,118	16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Фрукты свежие	(12)	180	0,615	0,577	14,864	78	0,06	0,05	18,00	0,00	0,38	28,80	15,44	16,20	3,98	19,80	0,00	0,04	0,54
<b>Итого:</b>				15,394	14,812	14,972	482	0,22	0,23	18,44	14,20	0,61	450,30	287,48	48,82	5,13	289,23	0,02	0,04	6,42
<b>2 день</b>																				
1	Корюшка мелкая	422 (12)	110	6,809	15,177	10,390	208	0,12	0,12	1,49	1,98	3,35	24,53	141,53	15,26	1,42	101,60	0,01	0,00	1,69
2	Глюсе картофельная	472 (14)	150	2,610	4,168	19,203	125	0,12	0,12	10,38	15,30	0,14	36,48	81,77	28,42	1,04	19,92	0,01	0,00	1,55
3	Чеснок сухой	629 (13)	200	0,159	0,000	8,743	30	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	2,83	0,74	6,85	0,00	0,00	0,02
4	Хлеб пшеничный	(12)	30	1,311	0,246	12,843	61	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	9,24	47,74	12,27	1,02	38,74	0,00	0,04	1,09
5	Йогурт в упаковке	098 (24)	135	2,054	2,115	9,792	84	1,00	0,00	1,57	28,00	0,00	217,30	169,70	21,00	0,18	169,20	0,00	0,00	4,50
<b>Итого:</b>				12,842	21,789	41,069	492	0,30	0,28	13,42	62,88	3,50	302,87	404,88	56,77	4,31	387,11	0,01	0,04	9,32
<b>3 день</b>																				
1	Перец сладкий порционный	(8)	30	0,320	0,028	1,402	7	0,07	0,00	0,00	0,00	0,21	3,40	4,60	2,10	0,19	4,60	0,00	0,00	0,00
2	Мини пирожки в соусе (свинина)	437 (27)	100	9,340	24,480	3,020	273	0,00	0,34	0,80	0,00	1,09	17,71	125,47	20,71	4,30	119,20	0,01	0,30	2,35

3 Макароны изделия пшеничные	464 (12)	191	4,791	4,730	14,418	195	0,09	0,09	0,30	21,30	0,82	12,59	46,23	8,25	0,84	46,77	0,00	0,00	1,06	
4 Чай с лимоном	629 (12)	207	0,300	0,000	0,925	37	0,00	0,00	1,16	0,30	0,71	7,05	8,52	4,16	0,78	3,13	0,00	0,00	0,06	
5 Хлеб пшеничный	(12)	30	1,811	0,248	12,641	61	0,04	0,01	0,00	0,30	0,00	9,24	41,24	13,27	1,07	36,34	0,00	0,00	1,06	
<b>Итого:</b>			<b>16,469</b>	<b>28,975</b>	<b>61,495</b>	<b>572</b>	<b>0,46</b>	<b>0,49</b>	<b>61,96</b>	<b>21,80</b>	<b>2,72</b>	<b>49,85</b>	<b>206,24</b>	<b>47,88</b>	<b>4,44</b>	<b>218,18</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>4,61</b>	
<b>4 день</b>																				
1 Котлеты рубленные из свинины с луком	(1)	90	3,175	4,474	11,771	149	0,04	0,05	0,11	2,59	1,26	37,09	64,57	16,57	1,13	81,58	0,01	0,00	1,63	
2 Рыб. отварной	495 (12)	159	3,072	4,495	28,963	102	0,00	0,04	0,00	15,20	0,23	3,55	72,10	23,57	0,48	98,67	0,00	0,00	1,46	
3 Кофейный напиток на молоке	(1)	200	2,393	2,617	12,860	84	0,01	0,03	0,52	12,00	0,00	101,86	18,30	12,18	0,11	74,70	0,01	0,00	1,76	
4 Хлеб пшеничный	(12)	25	1,506	0,207	10,701	51	0,03	0,04	0,00	0,10	0,00	7,70	34,26	10,27	0,85	32,78	0,00	0,00	0,63	
5 Фрукты свежие	398 (30)	50	1,014	0,282	10,756	90	0,00	0,00	57,00	0,00	0,30	67,50	25,50	18,50	0,15	29,90	0,00	0,00	0,45	
<b>Итого:</b>			<b>11,074</b>	<b>13,166</b>	<b>49,948</b>	<b>526</b>	<b>0,23</b>	<b>0,28</b>	<b>57,63</b>	<b>10,78</b>	<b>1,73</b>	<b>202,66</b>	<b>275,07</b>	<b>78,93</b>	<b>2,73</b>	<b>293,94</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>6,33</b>	
<b>5 день</b>																				
1 Пудинг из творога запеченный	362 (12)	150	19,577	14,240	18,890	287	0,08	0,08	0,58	22,58	0,67	207,54	233,04	54,16	1,18	293,01	0,03	0,01	7,91	
2 Молоко стерилизованное	(12)	30	1,901	0,056	16,290	73	0,07	0,02	1,30	0,00	0,06	96,10	38,79	10,30	0,06	68,70	0,01	0,00	1,60	
3 Чай с сахаром	529 (12)	200	0,174	0,000	8,742	10	0,00	0,00	1,04	0,20	0,00	4,67	7,15	1,83	0,74	8,85	0,00	0,00	0,00	
4 Тосты жареные	(1)	25	1,480	0,600	11,178	16	0,30	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5 Фрукты свежие	265 (30)	200	0,670	0,254	19,094	67	0,34	0,00	80,00	0,30	0,81	76,03	32,00	24,30	4,69	32,00	0,00	0,00	0,63	
<b>Итого:</b>			<b>23,892</b>	<b>15,154</b>	<b>64,814</b>	<b>494</b>	<b>0,14</b>	<b>0,18</b>	<b>10,92</b>	<b>22,58</b>	<b>1,53</b>	<b>340,24</b>	<b>400,29</b>	<b>73,21</b>	<b>8,38</b>	<b>402,56</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>10,23</b>	
<b>6 день</b>																				
1 Салат "СРЕДНОЕ" нарезанный овощами и др.	(1)	80	1,278	9,108	3,681	102	0,00	0,03	2,81	0,01	4,07	13,44	32,28	11,27	0,48	31,18	0,00	0,00	0,70	
2 Суп: (грибной бульон с мясом)	815 (11)	160	8,306	25,047	8,761	294	0,00	1,36	46,61	0,00	1,36	77,49	131,21	18,34	1,37	131,21	0,01	0,00	2,83	
3 Чай с сахаром	629 (12)	200	0,174	0,000	8,742	32	0,00	1,00	0,04	0,00	0,00	1,67	7,18	3,81	0,74	8,75	0,00	0,00	0,00	
4 Хлеб "Дарницкий"	(12)	40	2,231	0,414	17,073	85	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	5,20	42,40	10,00	1,24	42,40	0,00	0,00	1,79	
5 Фрукты свежие	(14)	120	0,515	0,639	16,907	72	0,00	0,00	17,00	0,00	0,34	27,20	18,70	15,30	3,74	18,70	0,00	0,00	0,51	
<b>Итого:</b>			<b>12,541</b>	<b>33,248</b>	<b>58,083</b>	<b>576</b>	<b>0,42</b>	<b>8,38</b>	<b>68,47</b>	<b>0,01</b>	<b>8,17</b>	<b>132,09</b>	<b>221,36</b>	<b>78,14</b>	<b>7,88</b>	<b>230,50</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>4,31</b>	

Всего: 4218 : 12 = 518 ккал

Всего: 917,009 : 12 = 18,084 грамма белка

Всего: 220,164 : 12 = 18,347 грамма жира

Всего: 861,240 : 12 = 71,770 грамма углеводов

Всего: 3,15 : 12 = 0,26 мг витамина B1

Всего: 1,02 : 12 = 0,25 мг витамина B2

Всего: 387,11 : 12 = 30,59 мг витамина C

Всего: 344,28 : 12 = 28,69 мг витамина A

Всего: 29,93 : 12 = 2,49 мг витамина E

Всего: 2764,64 : 12 = 230,41 мг кальция

Всего: 3696,86 : 12 = 308,07 мг фосфора

Всего: 906,36 : 12 = 75,53 мг магния

Всего: 63,04 : 12 = 5,25 мг железа

Всего: 1609,56 : 12 = 134,13 мг калия

Всего: 0,30 : 12 = 0,02 мг йода

Всего: 0,08 : 12 = 0,01 мг селена

Всего: 61,74 : 12 = 5,14 мг фтора

Текст:



Средства привлеченные и иные	021112	100	8 474	15 905	28 964	219	0,16	0,16	0,00	0,01	18,7	28,41	118,76	16,63	1,46	118,76	0,01	0,00	4,43
<b>Итого:</b>			<b>29 870</b>	<b>15 803</b>	<b>97 818</b>	<b>864</b>	<b>0,29</b>	<b>0,38</b>	<b>1,83</b>	<b>6,34</b>	<b>4,03</b>	<b>193,31</b>	<b>582,00</b>	<b>25 97</b>	<b>4,15</b>	<b>564,28</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>16 74</b>



6 день																				
1	Кухуруза консервированная порциями	104 (12)	50	0,929	0,188	7,027	34	0,71	0,01	2,40	0,00	0,35	2,50	25,00	0,00	0,20	25,00	0,00	0,00	0,50
2	Завтрак на круной груди с сыром	17	100	15,390	6,719	13,079	193	0,09	0,00	0,17	2,90	1,28	161,23	145,89	25,23	1,39	140,14	0,01	0,00	1,13
3	Пюре картофельная	412 (12)	180	3,132	5,002	23,244	150	0,14	0,16	12,45	18,36	0,17	43,77	190,57	34,41	1,24	95,90	0,01	0,00	1,86
4	Чай с сахаром	629 (12)	200	0,158	0,000	0,742	38	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,87	7,18	3,82	0,14	6,85	0,00	0,00	0,02
5	Клубника свежая	112	25	1,509	0,207	10,701	54	0,01	0,04	0,00	0,00	0,00	7,75	34,38	10,27	0,65	12,71	0,00	0,00	0,00
6	Булочки сахарные	172	70	4,174	4,365	19,078	212	0,08	0,00	0,20	0,00	0,01	10,65	48,64	7,06	0,60	40,63	0,00	0,00	0,00
Итого:				29,294	18,921	181,671	670	0,31	0,24	15,66	24,26	4,12	230,46	354,67	60,75	4,98	341,35	0,02	0,01	7,33
7 день																				
1	Салат "ПЕКТРИЙ" с мясом выпеченный	17	60	0,046	0,920	4,903	59	0,03	0,01	2,61	0,54	1,27	15,07	38,33	11,50	0,45	28,33	0,00	0,00	0,64
2	Сосиски вареные	413 (22)	50	4,547	1,233	0,161	140	0,10	0,10	0,00	0,00	0,00	17,20	79,50	10,00	0,90	75,50	0,01	0,00	3,50
3	Мороженый из сливок отварных	491 (12)	190	5,105	4,687	28,621	224	0,08	0,05	0,00	15,86	0,63	30,65	74,28	10,01	1,05	51,78	0,04	0,00	1,27
4	Какао с молоком натуральное	17	200	2,490	2,008	9,158	24	0,04	0,04	1,30	23,00	0,00	20,75	90,00	14,00	0,12	90,00	0,01	0,00	2,00
5	Батон нарезкой	125	50	2,974	1,185	0,236	32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	Жаппурго вымороженая	470 (10)	09	7,090	6,304	12,860	137	0,03	0,15	0,07	7,02	0,37	216,25	148,25	14,50	0,45	138,50	0,01	0,00	2,67
Итого:				23,817	10,431	69,710	546	0,28	0,29	4,88	37,94	1,17	388,67	395,44	60,20	3,26	319,14	0,03	0,01	10,03
2 недели																				
1 день																				
1	Кухуруза консервированная порциями	124 (12)	60	1,115	0,226	8,432	40	0,07	0,01	2,58	0,00	0,42	3,00	25,00	0,00	0,24	25,00	0,00	0,00	0,80
2	Пюре из свинины	403 (12)	200	11,692	26,281	15,188	474	0,12	0,20	0,53	0,00	2,27	24,00	187,32	45,27	1,74	178,74	0,01	0,00	1,64
3	Чай с лимонным	679 (12)	207	0,200	0,000	0,925	37	0,00	0,00	1,16	0,00	0,01	1,08	0,57	4,56	0,78	0,13	0,00	0,00	0,05
4	Батон нарезкой	100	40	2,435	0,960	4,789	29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Булочки домашние	769 (22)	50	3,053	2,113	25,707	167	0,00	0,00	0,00	0,00	1,12	7,38	29,43	6,47	0,43	29,43	0,00	0,00	0,68
Итого:				18,462	34,979	66,960	704	0,19	0,43	4,67	0,00	7,84	41,47	236,27	55,75	3,19	148,36	0,02	0,01	4,97
2 день																				
1	Супчик соевый из овощей	124 (12)	60	0,408	0,056	0,975	6	0,01	0,01	3,00	0,00	0,06	12,60	14,40	8,40	0,36	14,40	0,00	0,00	0,60
2	Торты из мастики с клубиком	427 (12)	110	6,508	15,177	10,993	203	0,12	0,10	1,49	1,56	1,35	24,59	170,50	19,25	1,40	107,90	0,01	0,00	1,96
3	Пюре картофельное	412 (12)	180	3,132	5,002	23,044	150	0,14	0,16	12,45	18,36	0,17	43,77	190,57	34,41	1,24	95,90	0,01	0,00	1,86
4	Чай с сахаром	629 (12)	200	0,158	0,000	0,742	38	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,82	7,18	3,82	0,14	6,85	0,00	0,00	0,02
5	Клубника свежая	112	45	2,717	0,317	14,241	51	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	13,60	51,82	13,40	1,52	55,21	0,00	0,00	1,54
6	Конверты с сахаром	171	60	2,303	2,108	23,757	158	0,00	0,00	0,13	0,00	1,42	187,96	147,74	15,47	0,62	142,74	0,01	0,00	2,69



Wtore:				20,530	27,716	86,769	673	0,40	0,42	17,16	16,99	5,00	290,55	430,19	09,40	5,09	420,79	0,04	0,01	8,80
--------	--	--	--	--------	--------	--------	-----	------	------	-------	-------	------	--------	--------	-------	------	--------	------	------	------

3 день																				
1	Пшеница дробленая	417 (22)	100	9,345	24,498	1,876	277	0,10	0,14	0,45	0,00	1,05	17,71	125,41	70,71	1,76	119,70	0,01	0,20	2,75
2	Макаронные изделия пшеничные	469 (12)	180	5,745	5,540	4,789	234	0,10	0,10	0,00	25,20	0,98	15,11	50,48	9,90	1,01	55,46	0,00	0,20	1,27
3	Наливки из черной смородины см	17	200	0,055	0,040	13,785	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,70	1,45	3,24	0,17	1,29	0,00	0,00	0,15
4	Батон мясной	101	35	1,787	0,732	1,341	19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Пюре из картофеля	101	50	0,702	7,077	25,989	214	0,00	0,00	0,00	0,45	7,33	29,02	92,45	10,24	1,22	92,45	0,01	0,00	2,30
Итого:				23,582	37,278	50,241	782	0,50	0,52	10,45	26,65	0,98	66,54	271,62	44,97	3,74	278,90	0,02	0,04	5,02
4 день																				
1	Крутые рубленные из куриной грудки	47	100	14,523	0,022	15,078	186	0,05	0,05	0,12	2,89	1,34	34,52	71,72	18,34	1,21	68,42	0,04	0,00	1,87
2	Рис отварной	456 (12)	180	3,537	5,784	41,836	231	0,04	0,04	0,00	19,44	0,77	6,88	36,76	24,31	0,58	27,27	0,01	0,00	1,78
3	Чай с сахаром	679 (12)	200	0,203	0,000	8,325	17	0,00	0,00	1,15	0,00	0,01	7,04	6,92	4,50	0,78	8,11	0,00	0,00	0,05
4	Батон мясной	101	25	1,485	0,500	1,118	16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Сыр твердый	17 (30)	43	4,807	16,012	18,211	237	0,06	0,05	0,10	5,05	6,46	65,63	78,47	1,49	0,48	78,48	0,01	0,00	1,53
Итого:				24,511	21,868	81,454	687	0,18	0,15	1,37	27,32	8,08	132,18	245,47	24,56	3,09	237,78	0,07	0,01	5,71
5 день																				
1	Будинг из творога заливной	287 (22)	180	10,862	15,189	25,224	307	0,00	0,00	5,62	24,05	0,71	216,30	112,55	36,46	1,26	112,55	0,01	0,01	8,44
2	Макаронные изделия	112	20	4,191	0,012	5,681	45	0,01	0,01	0,02	4,00	0,02	55,79	24,85	5,02	0,00	39,21	0,00	0,00	1,06
3	Чай с сахаром	625 (12)	200	0,145	0,000	8,742	76	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,00	7,18	3,80	0,74	6,85	0,00	0,00	0,07
4	Пюре из картофеля вареного и томатом	101 (12)	70	5,513	10,056	19,213	184	0,02	0,00	2,56	0,02	3,31	115,05	111,06	15,56	0,77	118,05	0,01	0,00	2,34
5	Фрукты свежие	112	150	0,507	0,584	14,092	43	0,04	0,04	15,06	0,00	0,10	24,00	15,20	13,90	4,30	16,50	0,00	0,00	0,45
Итого за день:				26,812	26,882	77,716	643	0,12	0,12	18,30	24,11	4,35	416,28	487,12	74,28	6,05	484,96	0,04	0,01	12,30
6 день																				
1	Сагана "СТЕГА-СМ" из ржаных пельменей	17	60	1,278	5,108	1,661	102	0,00	0,00	2,81	0,01	4,07	13,44	32,28	11,27	0,45	31,18	0,00	0,00	0,70
2	"Синуп" (пшеница-овес) с маслом	435 (11)	200	10,352	28,859	10,577	345	0,18	0,17	60,28	0,00	4,70	95,69	184,01	47,47	3,21	164,51	0,11	0,07	3,09
3	Чай с сахаром	625 (12)	200	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,00	7,18	3,80	0,74	6,85	0,00	0,00	0,07
4	Батон мясной	101	20	4,191	0,480	5,594	13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Пюре из картофеля	21 (31)	50	1,444	5,524	29,267	183	0,04	0,05	0,00	0,57	1,37	14,13	37,12	3,87	0,51	35,47	0,00	0,00	0,19
6	Фрукты свежие	112	150	0,507	0,584	14,092	67	0,04	0,04	15,30	0,00	0,00	24,00	15,20	17,50	1,30	16,50	0,00	0,00	0,45
Итого:				18,658	44,535	64,348	742	0,50	0,44	141,14	0,59	11,43	142,18	357,03	82,40	7,23	233,29	0,12	0,01	5,15
Всего: 8575 : 12 = 715 экв																				
Всего: 291,660 : 12 = 24,305 грамм белка																				
Всего: 299,700 : 12 = 24,975 грамм жира																				

Всього: 1162,728 : 12 = 96,894 грамм углероду

Всього: 3,98 : 12 = 0,33 мг витамина B1

Всього: 4,02 : 12 = 0,34 мг витамина B2

Всього: 192,50 : 12 = 16,04 мг витамина C

Всього: 242,71 : 12 = 20,23 мгл витамина A

Всього: 71,24 : 12 = 5,94 мг витамина E

Всього: 2741,48 : 12 = 228,12 мг кальция

Всього: 4427,08 : 12 = 368,92 мг фосфора

Всього: 924,25 : 12 = 77,02 мг магния

Всього: 57,95 : 12 = 4,83 мг железа

Всього: 4347,58 : 12 = 359,80 мг калия

Всього: 0,36 : 12 = 0,03 мг йода

Всього: 0,10 : 12 = 0,01 мг селена

Всього: 99,29 : 12 = 8,27 мг фтора

Технолог

Примечания:

1 - Сб.рецептур блюд и кул. изделий для ПАП. Изд. 1983 г.

7 - Техника - технологическая карта

9 - Сборник №14

12 - Сб.рецептур: Блюда и кулинарные изделия для ПАП 1984г.

13 - Сб.рецептур блюд и кулинарных изделий для ПАП 1987г.

17 - Приказ управл.обш.питания Тюменского облнсп №51

22 - Сборник рецептур: Блюда и кулинар. изделия для ПАП при обществ. шк.члх 2004г.

26% от :учебной потребности

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПЬЮТНОЙ КАТЕГОРИИ с 12 лет и старше (2 смены)

№	Наименование блюда	СРЕ в кг	Выход, г	Сладкие вещества, г			Среднее содержание жира, %	Витамин, мг					Минеральные вещества, мг							
				Белки	Жиры	Углеб.		П1	П2	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	К	Na	F	
<b>1 неделя</b>																				
<b>1 день</b>																				
<b>1 прием пищи</b>																				
1	Салаты свежие парижские	(7)	35	0,325	0,065	1,271	1	0,02	0,02	0,35	0,09	0,07	4,90	0,10	7,90	0,32	9,10	0,06	0,00	0,21
2	Гуляш из говядины	477(22)	170	12,162	13,727	3,117	185	0,28	0,01	0,40	0,19	1,58	16,50	130,71	12,579	3,71	133,34	0,01	0,00	7,20
3	Среда отварная раскатанная с м/с	163(182)	180	0,388	0,361	41,403	294	0,26	0,28	0,00	10,12	3,58	10,74	212,40	106,74	4,70	207,41	0,01	0,00	4,42
4	Чай зеленый	629(82)	250	0,150	0,000	0,742	26	0,20	0,00	0,04	0,00	0,00	4,02	7,16	3,83	0,74	6,85	0,00	0,00	0,02
5	Батон нарезаный	10	30	1,767	0,720	1,341	19	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00
6	Фрукты свежие	168(130)	180	0,811	0,226	8,504	40	0,07	0,07	45,60	0,00	0,21	42,00	29,40	12,20	0,12	20,40	0,20	0,00	0,20
<b>Итого:</b>																				
				23,832	20,787	64,475	340	2,40	0,30	54,79	15,21	2,67	84,78	393,86	187,30	8,06	377,10	0,03	0,01	1,33
<b>2 прием пищи</b>																				
1	Омлет свежий	(12)	67	3,406	0,056	1,434	8	0,02	0,02	4,33	0,03	0,06	10,70	12,20	5,40	0,30	18,00	0,00	0,00	0,60
2	Борщ с капустой и картофелем	157(22)	257	1,217	0,717	11,194	64	0,24	0,04	7,40	0,06	1,56	33,84	43,22	20,65	0,62	41,24	0,20	0,00	0,89
3	Пюре картофельное (на суп)	(12)	13	2,364	2,118	0,030	29	0,01	0,00	0,02	0,04	0,05	4,51	25,62	3,25	0,40	25,79	0,00	0,00	0,24
4	Зелень петрушка, укропа пошинки	24(12)	1	0,024	0,000	0,015	0	0,00	0,00	0,45	0,00	0,05	1,90	0,51	0,01	0,01	0,77	0,00	0,00	0,02
5	Сметана	(1)	5	0,103	0,020	0,157	7	0,00	0,00	0,01	3,00	0,01	3,80	2,55	0,26	0,01	2,53	0,00	0,00	0,04
6	Пюре из картофеля	(12)	250	10,518	16,056	43,670	483	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	2,46	0,72	0,10	2,46	0,00	0,00	0,01
7	Сметана	(1)	20	0,413	2,482	0,020	25	0,00	0,00	0,03	12,00	0,05	15,40	10,01	1,57	0,03	10,13	0,00	0,00	0,16
8	Мясцо свиное	(12)	5	0,055	3,408	0,021	21	0,00	0,00	0,20	20,00	0,05	1,20	1,50	0,00	0,01	1,52	0,00	0,00	0,05
9	Напиток из смеси см	(1)	200	0,568	0,347	25,588	103	0,01	0,00	1,75	0,07	0,07	9,97	7,50	6,50	0,42	7,90	0,00	0,00	0,15
10	Батон нарезанный с маслом	(8)	30	1,787	0,720	1,341	19	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00
11	Фрукты свежие	(12)	150	0,507	0,504	14,020	63	0,04	0,04	15,00	0,00	0,20	24,00	18,90	17,50	0,20	16,90	0,00	0,00	0,45
<b>Итого:</b>				27,799	30,887	118,207	360	0,18	0,11	38,79	35,11	2,19	117,11	110,09	58,98	5,91	126,22	0,01	0,00	1,41
<b>Итого за день:</b>				51,630	51,674	182,682	700	0,58	0,41	93,58	70,22	4,86	204,89	223,95	147,28	13,96	503,32	0,04	0,01	2,74

2 день прием пищи																				
1	Зеленый горошек (порция)	124 (12)	60	1,477	0,098	3,393	20	0,06	0,00	2,45	0,00	0,10	10,96	37,38	10,96	0,37	10,88	0,00	0,00	7,13
2	Пюре из свеклы	400 (2)	230	12,168	27,213	40,862	455	0,33	0,36	0,62	0,00	3,03	26,64	199,88	49,89	1,85	190,73	0,01	0,00	3,88
3	Чай с лимонад	679 (12)	207	0,209	0,000	0,325	37	0,00	0,02	1,18	0,00	0,01	7,00	8,50	4,56	0,78	8,13	0,00	0,00	0,05
4	Батон нарезной	101	45	2,681	1,079	2,012	35	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Бурый рисовый	368 (10)	150	0,507	0,424	14,770	85	0,03	0,00	7,54	0,00	0,80	29,50	24,00	18,00	3,45	24,00	0,00	0,00	0,40
	Итого:			17,042	28,545	69,582	696	0,41	0,37	11,68	0,00	3,79	73,70	284,86	83,41	0,44	253,79	0,01	0,01	6,81
2 прием пищи																				
1	Томаты свежие (порция)	071	60	0,558	0,113	2,180	12	0,04	0,04	15,00	0,00	0,12	8,40	15,60	12,00	0,54	15,60	0,00	0,00	0,26
2	Суп гороховый	139 (22)	250	4,664	4,567	48,773	427	0,17	0,06	4,60	0,00	1,30	30,23	92,49	33,18	1,71	88,29	0,01	0,00	1,07
3	Сливки стерилиз. (н.г.г.)	1121	75	4,077	10,519	0,103	111	0,18	0,18	0,09	0,00	0,14	10,12	57,39	8,87	0,64	37,36	0,01	0,00	1,08
4	Зелень петрушка, укропа порция	24 (2)	1	0,000	0,000	0,055	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,90	4,21	0,01	0,01	0,77	0,00	0,00	0,02
5	Жирное (коровье) молоко (полужирное)	438 (22)	250	1,400	17,150	33,703	305	0,17	0,18	12,75	0,19	3,03	34,13	218,34	49,50	3,22	208,30	0,01	0,00	0,68
6	Пюре фруктовое	107 (22)	200	1,113	0,158	22,987	98	0,08	0,04	30,00	0,00	0,00	31,80	22,50	19,14	0,52	21,58	0,00	0,00	0,53
7	Хлеб "Барский"	079	45	2,510	5,405	20,719	47	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	10,19	47,70	11,75	1,40	47,70	0,00	0,00	1,74
8	Хлеб выпеченный	070	45	2,717	0,172	19,261	91	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	13,36	61,86	18,44	1,51	59,01	0,01	0,00	1,56
9	Пряники	101	30	1,382	1,813	18,687	95	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			21,443	34,895	123,597	938	0,72	0,62	64,80	0,19	5,24	133,93	516,81	152,97	9,57	458,56	0,04	0,01	18,24
	Итого за день:			44,485	63,440	193,179	1534	1,13	0,97	78,48	0,19	9,01	282,71	781,67	236,38	16,01	752,15	0,05	0,02	35,07



3 день																				
1 прием пищи																				
1	Огурцы свежие (натертые)	174 (17)	40	0,370	0,058	0,650	4	0,01	0,01	1,00	0,00	0,04	0,20	0,00	0,00	0,24	0,00	0,00	0,40	
2	Каймаги домашние	476 (13)	100	12,864	1,707	12,057	253	0,73	0,70	1,20	0,20	0,87	23,49	19,504	32,75	3,07	197,04	0,01	0,01	0,96
3	Макаронные изделия (твердые)	460 (12)	160	5,740	5,040	41,250	234	0,10	0,10	0,00	0,20	0,98	15,11	35,46	0,00	1,01	25,46	0,00	0,00	1,37
4	Клещинский картофель (не целая)	175	700	7,300	7,647	12,858	54	0,03	0,01	0,52	10,20	0,00	103,06	76,30	12,38	0,11	74,70	0,01	0,00	1,26
5	Сыр твердый	120	40	2,363	0,960	1,760	26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				23,330	25,719	64,624	860	0,37	0,35	3,77	37,40	1,19	163,86	241,21	60,43	4,41	337,61	0,03	0,01	7,38
2 прием пищи																				
1	Пюре, картофель (паровое)	120	60	0,650	0,066	2,811	14	0,00	0,00	170,00	0,00	1,40	4,40	8,00	4,20	0,30	8,00	0,00	0,00	0,10
2	Пюре картофельное с капустой	124 (12)	250	1,490	3,919	7,540	79	0,02	0,04	12,54	0,00	1,52	30,50	41,00	13,71	0,08	39,14	0,00	0,00	0,11
3	Салат из овощей	107 (14)	10	2,015	5,197	0,000	05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,37	1,13	27,74	4,21	0,24	27,74	0,00	0,00	0,51
4	Зелень петрушка, укропа (тарелка)	23 (12)	1	0,020	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	1,90	0,01	0,01	0,13	0,00	0,00	0,00	
5	Сметана	111	10	0,207	1,241	0,213	13	0,00	0,00	0,07	4,00	0,02	2,70	5,10	0,78	0,07	5,00	0,00	0,00	0,05
6	Пюре картофельное	478 (12)	120	20,004	23,073	0,000	288	0,11	0,00	2,54	2,56	1,33	24,48	236,54	24,40	1,00	204,54	0,01	0,00	3,84
7	Пюре картофельное	472 (12)	180	3,732	5,002	23,044	150	0,14	0,16	12,45	8,36	0,17	43,77	130,52	34,11	1,24	95,86	0,01	0,00	1,00
8	Хлеб из муки высшего и второго сорта	400 (7)	200	0,150	0,180	24,560	85	0,01	0,01	32,00	0,00	0,54	66,17	17,07	5,90	0,05	14,94	0,00	0,00	0,00
9	Хлеб пшеничный	172	45	2,717	0,373	15,261	41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	14,86	17,46	10,40	1,32	69,21	0,01	0,00	1,50
10	Хлеб "Дарницкий"	172	50	2,789	0,517	22,156	156	0,06	0,06	0,00	0,00	0,10	11,50	59,00	17,50	1,51	51,00	0,00	0,00	1,50
11	Фрукты свежие	111	150	5,200	0,800	12,300	19	0,00	0,00	216,00	0,00	0,10	64,00	24,40	40,00	1,28	64,40	0,00	0,00	1,00
Итого:				34,468	40,165	111,617	940	0,50	0,50	418,00	28,94	4,74	273,21	570,87	167,51	9,24	564,10	0,04	0,01	12,28
Итого за день:				63,367	65,884	179,535	1544	0,37	0,35	471,77	64,34	4,83	430,87	912,08	298,34	13,67	898,71	0,07	0,02	19,65

4 день																			
1 прием пищи																			
1 Зерновые твердые	67	180	29,881	18,953	29,555	437	0,10	0,41	0,52	0,31	2,27	247,00	374,58	42,68	1,84	157,26	0,03	0,04	10,15
2 Молочо стуженое	1121	30	1,901	0,056	18,290	73	0,52	5,02	0,30	0,00	0,06	95,10	68,70	10,29	0,06	58,70	0,01	0,00	1,30
3 Чай с лимонн	629 (12)	207	9,209	0,000	8,975	37	0,30	4,40	1,16	0,00	0,01	7,08	5,52	4,96	0,78	3,15	0,00	0,00	0,00
4 Продукция	10	45	2,681	4,279	2,012	28	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5 Фрукты свежие	300 (30)	150	0,507	0,420	14,770	65	3,03	0,00	7,50	0,00	0,60	38,50	24,00	18,00	9,45	74,00	0,00	0,00	0,45
Итого:			37,182	78,952	88,937	649	8,15	0,13	9,28	1,33	2,94	377,74	475,79	75,64	0,82	498,18	0,04	0,04	12,48
2 прием пищи																			
1 Супы с овощн. гарнирн	112	60	0,400	0,000	1,434	8	0,02	0,02	4,70	0,00	0,00	10,30	18,00	0,40	0,30	18,00	0,00	0,00	0,00
2 Суп картофельн. с мясом	400 (7)	300	4,630	7,725	13,178	141	0,16	0,16	17,24	40,83	0,30	21,97	109,54	28,14	1,44	100,54	0,31	0,30	2,51
3 Зелень петруш.н. укропн. поррн	24 (12)		0,320	0,000	0,066	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	0,81	0,81	0,01	0,77	0,00	0,00	0,00
4 Груди курчн. в супе	17	100	11,289	15,845	3,620	200	0,04	0,14	0,00	0,14	1,44	14,40	134,49	15,09	1,02	134,03	0,70	0,00	0,29
5 Спагетти алфрндо	420 (12)	187	5,743	5,040	41,789	734	0,10	0,10	0,00	25,72	0,00	15,11	59,46	9,80	1,01	59,46	0,50	0,00	1,27
6 Макароны макар. шп. длинн	700 (22)	200	0,254	0,110	21,702	67	0,31	0,31	02,00	0,00	0,27	5,40	1,29	1,30	0,20	1,33	0,00	0,00	0,04
7 Яичн. "Пармидон"	114	20	1,115	0,207	0,985	42	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	4,68	21,09	0,00	0,62	21,22	0,00	0,00	0,00
8 Хлеб пшеничн	112	25	1,909	0,407	10,751	51	0,02	0,04	0,00	0,00	0,00	7,70	34,30	10,22	0,83	37,78	0,00	0,00	0,38
9 Фрукты свежие	112	150	0,507	4,364	14,013	61	0,04	0,04	19,00	0,00	0,00	24,00	10,40	13,40	3,30	10,50	0,00	0,00	0,45
Итого:			29,479	29,760	114,784	629	0,41	0,51	89,74	48,17	3,35	115,43	381,76	92,85	0,82	389,67	0,02	0,04	6,58
Итого за день:			57,662	50,312	198,341	1449	0,58	0,68	99,32	48,50	6,29	493,17	857,55	168,49	1,64	847,85	0,07	0,07	19,11

6 день																					
1 прием пищи																					
1	Творог нежирный порционный	171	30	0,219	0,050	1,590	6	0,02	0,02	7,50	0,05	0,05	4,25	7,80	5,00	0,27	7,60	0,00	0,00	0,18	
2	Творог из курной грудки с сахаром	171	100	15,400	8,771	13,079	193	0,05	0,05	0,17	7,80	1,20	161,01	147,12	25,25	5,15	140,38	0,01	0,00	2,74	
3	Пюре картофельное	472 (17)	180	1,137	5,007	25,044	150	0,14	0,16	12,45	18,30	0,17	47,77	102,50	34,11	1,24	95,96	0,01	0,00	1,88	
4	Чай с сахаром	625 (12)	200	0,125	0,050	0,750	36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,62	7,10	2,83	0,74	6,35	0,00	0,00	0,07	
5	Клубника свежая	172	30	1,811	0,248	12,841	81	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	9,24	41,24	12,27	1,00	29,24	0,00	0,00	1,00	
6	Вода	171	77	0,730	1,711	20,924	93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого:</b>					21,518	14,768	79,739	616	0,24	0,28	20,18	24,26	1,62	223,44	203,80	11,45	4,62	290,15	0,02	0,01	6,26
2 прием пищи																					
1	Салат из свеклы с морковью	31 (30)	60	2,578	5,108	3,721	71	0,01	0,01	2,01	0,22	1,20	108,07	72,60	14,38	0,67	71,89	0,01	0,00	1,84	
2	Суп-пюре домашний	148 (22)	250	2,737	4,701	17,829	104	0,00	0,04	0,60	0,51	2,06	16,06	13,57	8,03	0,48	32,07	0,20	0,00	0,75	
3	Зеленый болгарский перец порционный	24 (12)	1	0,020	0,100	0,055	0	0,00	0,00	0,40	0,20	0,00	1,40	0,81	0,01	0,01	0,77	0,00	0,00	0,07	
4	Грудка куриная отварная	171	20	4,337	0,903	0,049	26	0,00	0,20	0,02	0,30	0,00	2,79	0,37	0,23	0,07	0,73	0,00	0,00	0,07	
5	Салат из стручковой фасоли	387 (12)	100	5,748	20,285	4,055	329	0,40	1,40	1,11	15,92	2,52	20,65	124,20	21,51	4,41	126,79	0,01	0,00	4,58	
6	Рис отварной	465 (12)	180	1,687	5,394	21,836	231	0,04	2,74	0,20	10,44	0,27	6,66	81,26	28,21	0,56	80,77	0,01	0,00	1,78	
7	Натто из соевой пасты с маслом - СВ	171	200	1,005	0,040	15,126	73	0,00	1,00	9,50	0,00	0,01	4,33	3,85	3,24	0,19	3,29	0,00	0,00	0,11	
8	Батон пшеничный с отрубями	30	35	2,007	0,040	1,767	22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого:</b>					74,968	47,443	12,200	956	0,48	6,60	13,74	26,39	6,47	151,35	227,20	76,64	1,38	321,19	0,22	0,01	8,56
<b>Итого за день:</b>					46,986	62,211	181,989	1093	0,74	0,71	33,90	50,65	8,02	284,79	441,65	138,07	6,00	621,44	0,25	0,01	10,82

8 день																					
1 прием пищи																					
1	Сливки ПЕСТРЫЙ с маслом растительным	(1)	30	0,453	1,960	2,413	25	0,02	0,00	1,41	0,00	0,00	7,51	14,09	5,75	0,22	14,15	0,00	0,00	0,30	
2	Макаронные изделия твердые с сыром	(2)(22)	250	12,436	19,045	30,326	4,10	0,13	2,13	0,17	64,05	1,36	770,22	770,04	29,17	1,41	791,61	0,07	0,00	4,12	
3	Кефир с маслом натуральным	(1)	200	3,453	3,000	7,453	67	0,04	0,04	1,30	20,00	0,00	120,00	40,00	14,00	0,11	90,00	0,01	0,00	2,00	
4	Хлеб - пшеница	(0)	20	1,124	0,480	0,644	13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5	Фрукты свежие	(12)	160	2,541	6,602	14,360	58	0,05	0,05	16,00	0,00	0,21	27,60	17,00	10,42	0,52	17,60	0,00	0,00	0,48	
<b>Итого:</b>					<b>17,168</b>	<b>74,064</b>	<b>78,112</b>	<b>580</b>	<b>0,24</b>	<b>0,24</b>	<b>18,81</b>	<b>61,36</b>	<b>7,54</b>	<b>432,00</b>	<b>347,98</b>	<b>69,17</b>	<b>6,32</b>	<b>343,34</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>6,92</b>
2 прием пищи																					
1	Суп из овощей	(2)(22)	250	1,452	4,451	5,774	65	0,00	0,07	0,52	0,00	1,28	15,70	44,34	13,84	0,68	42,81	0,00	0,00	0,79	
2	Сметана	(1)	5	0,105	0,623	0,107	7	0,00	0,07	0,01	1,00	0,71	3,87	7,44	2,30	0,01	3,53	0,00	0,00	0,04	
3	Говядина отварная	(13)	10	2,064	2,118	6,000	25	0,01	0,00	0,00	0,04	0,05	4,01	26,32	1,70	0,40	25,08	0,00	0,00	0,44	
4	Зелень петрушка, укропа порубленн	24 (12)	1	0,010	0,010	0,055	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,06	0,81	0,01	0,01	0,72	0,00	0,00	0,02	
5	Котлета рыбная	(1)	100	10,560	15,000	11,489	234	0,21	0,20	0,60	2,14	2,58	78,52	104,80	41,13	2,02	126,00	0,21	0,00	4,35	
6	Гречка отварная расквашенная с май	(6)(12)	180	8,100	6,048	41,407	254	0,26	0,28	0,01	15,17	0,50	16,74	317,40	144,74	4,66	207,41	0,21	0,00	4,47	
7	Натяжка из курицы	(7)	200	0,177	0,058	16,030	75	0,00	0,20	0,77	0,00	0,05	16,01	23,57	14,17	0,49	29,57	0,00	0,00	0,46	
8	Хлеб пшеничный	(12)	20	1,202	0,169	0,360	41	0,03	0,03	0,03	0,00	0,00	6,16	37,49	8,18	0,84	76,23	0,04	0,00	0,40	
9	Булочки "РОМАНТЕКА" сдобные	(2)	50	2,454	6,873	23,071	170	0,13	0,04	0,03	2,06	2,81	9,58	76,07	4,17	0,49	74,87	0,00	0,00	0,01	
<b>Итого:</b>					<b>27,970</b>	<b>76,349</b>	<b>118,848</b>	<b>865</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>19,81</b>	<b>72,40</b>	<b>9,36</b>	<b>122,52</b>	<b>540,54</b>	<b>236,04</b>	<b>9,70</b>	<b>516,14</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>11,85</b>
<b>Итого за день:</b>					<b>44,434</b>	<b>130,448</b>	<b>181,557</b>	<b>1444</b>	<b>1,15</b>	<b>0,88</b>	<b>39,41</b>	<b>108,45</b>	<b>14,42</b>	<b>593,54</b>	<b>943,45</b>	<b>296,21</b>	<b>15,03</b>	<b>878,90</b>	<b>0,07</b>	<b>0,02</b>	<b>18,77</b>

2 неделя																				
1 день																				
1 прием пищи																				
1	Плод из свинины	101 (12)	200	11,689	26,201	35,180	124	0,02	0,36	0,53	0,00	2,77	24,05	187,22	42,72	1,74	170,71	0,01	0,00	3,64
2	Мяс. паничем	629 (12)	207	0,207	0,00	5,925	97	0,02	0,00	1,78	0,00	0,01	7,08	1,52	4,54	0,76	3,77	0,00	0,00	0,00
3	Биття порезана	111	20	1,181	0,480	0,894	17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Фрукты свежие	1121	150	0,507	0,564	4,053	63	0,04	0,04	15,00	0,00	0,50	24,00	14,50	15,50	1,30	16,50	0,00	0,00	3,43
Итого:				12,529	27,325	39,086	337	0,07	0,40	16,89	0,00	3,08	55,44	272,24	63,78	5,81	203,34	0,01	0,00	4,14
2 прием пищи																				
1	Оррны свиные	1121	40	0,408	0,034	1,434	5	0,02	0,02	4,20	0,00	0,08	10,20	15,00	8,40	0,50	15,00	0,00	0,00	0,60
2	Мяс. порезанна (из красной рыбы)	285 (27)	250	8,791	5,657	14,894	145	0,09	0,10	0,40	10,00	0,21	20,00	43,13	10,49	1,20	80,22	0,31	0,00	1,12
3	Бол. коты московские	975 (11)	100	11,313	12,964	10,473	227	0,13	0,10	1,00	0,27	2,31	20,44	100,00	21,61	2,70	100,00	0,01	0,00	3,12
4	Салат из овощей	469 (12)	120	5,749	3,040	41,284	234	0,10	0,10	0,00	29,20	0,90	15,31	55,46	9,90	1,01	55,46	0,00	0,00	1,77
5	Пирожки из начинки см	17	200	0,189	0,047	25,589	103	0,01	0,00	3,77	0,07	0,07	0,97	7,90	0,50	0,47	7,90	0,00	0,00	0,15
6	Хлеб "белочный"	171	20	1,811	1,248	12,841	61	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	5,24	41,24	12,27	1,02	39,34	0,00	0,00	1,00
7	Батон	17	20	0,176	0,588	10,028	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				29,914	27,386	175,713	764	0,39	0,34	17,40	43,49	3,66	81,16	330,28	91,18	6,67	345,58	0,01	0,00	7,38
Итого за день:				42,913	54,711	364,713	1460	0,46	0,74	34,29	43,49	6,74	146,60	552,72	154,96	12,48	548,92	0,04	0,00	11,44



2 день																			
1 приём пищи																			
1 Колбасы мясные	422 (12)	119	6,809	15,177	10,990	202	0,12	0,12	1,47	1,59	3,35	34,57	103,50	19,25	1,43	101,90	0,01	0,00	1,94
2 Пюре картофельное	472 (14)	200	2,480	3,350	25,805	185	0,16	0,17	13,84	20,40	0,19	43,64	111,60	37,90	1,38	166,50	0,01	0,00	2,01
3 Чай с сахаром	629 (18)	200	0,155	0,203	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,16	2,83	0,74	6,01	0,00	0,00	0,00
4 Хлеб пшеничный	1120	50	3,018	0,414	21,401	101	0,06	0,07	0,90	0,04	0,00	13,40	64,73	20,44	1,70	64,57	0,01	0,00	1,78
5 Йогурт молочный в стл.уп. <b>Итого:</b>	198 (12)	115	2,053	7,115	8,790	64	0,04	0,00	1,87	26,36	0,00	217,80	169,20	27,00	0,18	189,20	0,00	0,00	4,50
<b>Итого:</b>			15,519	23,263	76,830	536	0,40	0,37	16,98	67,38	3,54	528,99	460,30	109,42	4,39	449,37	0,04	0,01	14,54
2 приём пищи																			
1 Сметана с сахаром в блинчиках	27 (15)	60	0,577	1,401	4,340	44	0,01	0,01	5,90	0,70	0,07	21,58	20,21	10,82	4,00	20,71	0,04	0,00	7,48
2 Суп куриный с колбасой	46 (21)	250	4,630	7,725	13,178	143	0,16	0,16	17,34	1,63	0,30	31,97	104,54	25,14	4,44	100,54	0,01	0,00	2,01
3 Зелень петрушки, укропа порубить	24 (12)	1	0,040	0,000	0,005	0	0,01	0,00	0,40	0,00	0,00	1,96	0,01	0,01	0,75	0,00	0,00	0,00	
4 Подорожник в ягодо-сладком соусе	442 (23)	100	12,443	13,888	7,431	204	0,05	0,02	0,40	12,19	0,45	19,50	154,20	21,58	2,34	147,11	0,01	0,00	2,73
5 Рыб. филе	485 (13)	130	2,887	4,384	41,838	233	0,04	0,04	0,00	19,44	0,17	8,85	95,76	35,21	0,50	83,77	0,01	0,00	1,79
6 Напиток апельсиновый	696 (22)	200	0,000	0,000	13,020	52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	4,30	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	
7 Хлеб пшеничный	1120	15	0,113	0,070	14,951	71	0,06	0,05	0,01	0,00	0,00	10,78	48,11	14,21	1,19	36,90	0,00	0,00	1,23
8 Хлеб "Царский"	1120	15	1,950	0,300	15,730	74	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	8,05	37,10	0,75	1,03	31,10	0,00	0,00	1,01
9 Фрукты свежие	1120	200	0,678	0,752	14,738	84	0,04	0,05	20,00	0,00	0,40	32,00	27,00	18,00	4,40	22,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>			16,080	29,889	131,314	859	0,41	0,25	44,92	42,48	2,28	132,30	478,14	131,29	12,81	485,41	0,04	0,01	10,28
<b>Итого за день:</b>			41,618	53,152	207,144	1428	0,81	0,76	61,04	100,44	5,84	461,49	938,03	239,81	17,59	934,78	0,07	0,02	20,72

3 день																				
1 прием пищи																				
1	Пирог сдобный пористый	101	70	0,330	0,025	1,405	7	0,03	0,02	50,00	0,00	0,21	2,40	4,80	2,10	0,15	4,50	0,00	2,50	0,09
2	Мака тушеное в соусе (сметана)	457 (22)	100	8,748	24,492	3,628	273	0,30	0,34	0,89	0,00	1,89	17,71	125,47	20,71	1,39	119,10	0,01	0,00	2,30
3	Макаронные изделия отварные с	484 (12)	180	2,749	5,090	41,283	214	0,10	0,10	0,00	23,20	0,93	15,41	50,40	9,01	1,01	30,46	0,00	0,00	1,27
4	Чай с лимоном	629 (12)	207	0,709	0,000	6,925	37	0,50	0,00	4,76	0,00	0,01	7,09	8,07	4,56	0,75	8,13	0,00	0,00	0,05
5	Хлеб пшеничный	1121	75	1,509	0,237	10,707	51	0,00	0,04	0,00	0,50	0,00	7,78	34,36	10,22	0,85	32,13	0,00	0,00	0,88
Итого:				17,145	29,774	86,144	381	0,47	0,50	61,64	0,00	2,81	50,01	228,61	47,48	4,34	220,87	0,02	0,00	4,63
2 прием пищи																				
1	Курочка отварная	1004 (12)	60	1,115	0,736	8,432	40	0,01	0,01	7,88	0,50	0,47	1,00	30,00	0,00	0,24	30,00	0,00	0,00	0,63
2	Борщ с капустой и картофелем	110 (22)	250	1,417	2,717	11,731	64	0,03	0,34	7,40	0,00	1,29	22,48	47,75	20,30	0,59	40,40	0,01	0,00	0,87
3	Грибы	11	10	0,207	1,241	0,717	13	0,00	0,50	0,07	0,00	0,02	7,74	4,21	0,78	0,30	3,06	0,00	0,00	0,09
4	Зеленый горошек, укропа пористый	24 (12)	4	0,020	0,000	0,075	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,80	0,51	0,01	0,01	0,71	0,00	0,00	0,00
5	Грибочки отварные	1121	12	2,044	2,114	0,000	29	0,01	0,00	0,00	0,34	0,00	4,54	26,82	3,25	0,40	25,50	0,00	0,00	0,44
6	Биточки Паштетные	35	100	10,924	12,473	17,907	212	0,14	0,14	0,00	0,17	0,70	30,71	154,00	39,07	2,70	151,77	0,01	0,00	3,29
7	Грибы отварные рассыпчатая с мяс	450 (12)	120	3,388	6,046	41,407	254	0,25	0,29	0,00	15,12	0,58	10,74	213,40	114,74	4,86	207,41	0,01	0,00	1,43
8	Суп куриный	1051 (22)	30	0,262	1,636	1,890	23	0,01	0,01	0,06	0,46	0,04	2,88	4,70	2,22	0,09	4,57	0,00	0,00	0,17
9	Сок фруктовый	727 (22)	200	1,112	0,165	21,987	38	0,06	0,06	32,00	0,00	0,00	31,68	22,62	19,14	0,52	21,68	0,00	0,00	0,50
10	Хлеб "Дарницкий"	2125	40	2,201	0,454	17,873	85	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	9,30	42,40	10,00	1,24	42,40	0,00	0,00	1,20
11	Хлеб пшеничный	1121	35	2,113	0,750	14,981	71	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	10,78	48,13	14,71	1,15	45,90	0,00	0,00	1,23
12	Фрукты свежие	385 (30)	810	0,675	0,788	7,170	33	0,06	0,06	18,00	0,00	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10	17,00	0,00	0,00	0,70
Итого:				30,850	28,516	140,238	948	0,88	0,71	98,70	0,00	3,64	180,17	616,75	258,32	12,21	582,54	0,04	0,00	13,11
Итого за день:				47,994	58,290	206,382	1542	1,15	1,21	141,75	0,00	6,45	270,18	845,36	300,80	16,55	812,98	0,06	0,00	17,74

4 день																			
1 прием пищи																			
1) Насыщенный углеводный завтрак	75	100	14,834	5,087	11,039	185	0,06	0,06	0,12	2,51	1,34	34,50	71,72	18,54	1,76	94,43	0,01	0,00	1,67
2) Фас отварной	455 (17)	100	3,687	5,394	41,856	33	0,34	0,34	0,00	18,44	0,27	6,69	86,76	78,21	1,58	42,77	0,01	0,00	1,78
3) Картофель отварной на молоке	171	200	2,353	2,647	12,854	64	0,03	0,03	0,57	17,00	0,09	105,65	58,30	42,10	0,11	74,70	0,01	0,00	1,76
4) Круты свежие	163 (30)	150	4,014	0,282	10,755	90	0,09	0,09	2,700	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15	29,50	0,00	0,00	0,45
5) Яблоко свежее	112	37	3,143	0,230	14,601	74	0,05	0,05	0,03	0,00	0,00	10,75	45,11	14,21	1,15	45,93	0,00	0,00	1,23
Итого:			23,359	14,728	94,726	605	0,26	0,28	99,74	34,32	1,94	215,48	339,34	93,74	5,44	384,24	0,01	0,01	7,96
2 прием пищи																			
1) Томат, мясное ассорти	71	63	0,554	0,113	2,140	12	0,04	0,04	15,00	0,00	0,12	8,40	15,80	12,00	0,54	15,80	0,00	0,00	0,79
2) Суп гороховый	139 (22)	250	4,862	4,567	18,773	52	0,17	0,06	4,60	0,00	1,40	20,23	92,45	33,18	1,71	69,24	0,01	0,00	1,67
3) Зелень петрушка укроп порубленный	29 (12)	1	0,026	1,000	0,055	0	0,00	0,00	0,40	0,50	0,00	1,30	0,11	0,21	0,01	0,77	0,00	0,00	0,02
4) Груда курица отварная на суп	17	10	2,148	1,465	0,000	13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,65	0,13	0,04	0,01	0,10	0,00	0,00	0,00
5) Петрушка порубленная	12	250	20,518	46,025	61,670	469	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,08	2,40	3,72	0,10	2,40	0,00	0,00	0,07
6) Цветная	111	15	0,310	1,861	3,470	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	11,82	7,95	1,17	0,04	1,59	0,00	0,00	0,43
7) Масло сливочное	101	5	0,052	2,859	0,074	27	0,00	0,00	0,00	17,00	0,04	1,06	1,20	0,00	0,01	1,25	0,00	0,00	0,03
8) Петрушка порубленная	101 (22)	200	0,117	0,066	23,480	96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
9) Яблоко порубленное с орехами	101	25	1,489	0,804	1,115	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
10) Хлеб "Дарницкий"	112	20	1,115	0,207	8,938	42	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	4,60	21,20	5,00	0,52	21,20	0,00	0,00	0,60
11) Приправы	101	30	1,382	0,113	19,881	35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			32,724	28,468	126,492	938	0,22	0,13	20,82	21,66	2,82	10,98	141,65	52,72	3,06	317,24	0,01	0,00	2,89
Итого за день:			56,083	43,196	221,218	1543	0,48	0,41	120,56	56,32	4,76	326,46	481,39	146,46	8,50	701,48	0,02	0,01	10,85

3 день																				
1 прием пищи																				
1	Тудыч из творога зеленочем	342 (12)	180	33,492	1,008	22,252	328	0,10	0,10	0,10	27,10	0,70	247,07	251,82	41,01	1,42	251,82	0,03	0,01	9,45
2	Молоко стуженое	172	30	1,901	0,090	16,790	21	0,02	0,02	0,20	0,00	0,00	36,10	68,70	10,20	0,06	68,70	0,01	0,00	1,90
3	Чай с галетом	602 (12)	200	0,150	0,000	2,742	26	0,00	0,00	0,34	0,00	0,00	4,62	7,18	2,23	0,74	6,05	0,00	0,00	0,03
4	Батон нарезной	101	20	1,482	0,800	1,118	16	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30
5	Фрукты свежие	308 (30)	200	0,070	0,564	19,624	07	0,04	0,50	10,00	0,00	0,60	38,00	32,00	24,00	4,00	32,00	0,00	0,00	0,50
Итого:				27,717	16,302	68,596	563	0,16	6,12	19,04	27,10	1,68	380,74	459,48	75,44	6,82	459,48	0,04	0,01	17,81
2 прием пищи																				
1	Сырцы сырные пармезан	112	60	0,428	0,028	1,434	2	0,01	0,02	4,20	0,00	0,00	10,20	10,00	4,40	0,30	10,00	0,00	0,00	0,20
2	Писаночные мини-райотный с пармезан	132 (21)	200	1,545	0,050	12,048	94	0,00	0,09	13,40	0,00	1,02	14,12	57,48	20,71	0,76	57,48	0,20	0,00	1,00
3	Запеканка творожная, запеканка творожная	24 (12)	1	0,000	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	1,20	0,61	0,61	0,01	0,77	0,00	0,00	0,00
4	Сладкая отварная	112	10	3,540	1,176	0,000	43	0,01	0,00	0,20	0,20	0,00	6,70	40,23	4,64	0,60	38,38	0,20	1,70	0,60
5	Сметана	11	5	0,107	0,020	0,107	7	0,00	0,00	0,01	1,00	0,01	1,67	2,60	0,39	0,01	2,53	0,00	0,00	0,04
6	Грудка куриная с овощами	394 (12)	270	14,018	24,770	20,040	400	0,37	0,39	28,80	0,00	4,00	32,10	298,51	59,53	2,77	298,51	0,01	0,00	2,07
7	Наггетсы из курицы	171	200	0,077	0,238	19,948	27	0,20	0,00	0,77	0,00	0,82	18,07	29,57	14,17	0,50	29,57	0,00	0,00	0,00
8	Батон пшеничный с отрубями	101	30	1,721	0,720	1,341	19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
9	Булочка домашняя	165 (21)	40	0,083	1,112	25,757	163	0,00	0,00	0,00	0,00	1,87	1,28	29,43	5,47	0,47	29,43	0,00	0,00	0,66
Итого:				25,325	40,908	92,472	142	0,46	0,59	31,74	0,00	11,34	94,42	435,09	114,45	5,39	435,09	0,02	0,01	5,82
Итого за день:				53,042	57,210	161,068	1392	0,61	6,71	49,78	27,10	3,02	475,16	894,57	190,89	12,21	894,57	0,06	0,02	23,63



6 день																					
1 прием пищи																					
1	Салат "СГС ПИ/МТ" из разных соевых мф	171	60	1 275	5 158	3 051	162	0,02	0,00	2 61	0,01	4,07	13,44	32,25	11,21	0,46	31,18	0,00	0,00	0,70	
2	"Бигус" (тушеная капуста с мясом)	535 (11)	200	10 382	26 599	10 877	345	0,20	0,32	10,28	0,05	4,70	26 89	184 01	47,52	2,21	184,01	0,21	0,00	3,08	
3	Чай с сахаром	629 (12)	200	0 150	0 200	0 742	36	0,00	0,00	0 04	0 00	0 00	4 02	1 74	1 85	0 74	4 85	0 00	0 00	0 00	
4	Биттон карамели	101	30	1 787	0 740	1 341	19	0,00	0 05	0 00	0 00	0 00	0 03	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	
5	Фрукты свежие	1120	100	0 515	0 879	14 925	72	0 05	0 05	17 00	0 50	1 24	27 25	18 20	18 50	1 74	18 70	0 00	0 00	0 51	
<b>Итого:</b>					14 180	28 325	40 643	871	0 45	0 48	101 12	0 01	5 11	143 74	223 18	78 37	7 15	220 74	0 02	0 00	4 32
2 прием пищи																					
1	Сыреш салатик горшочек	424 (12)	80	0 406	0 095	3 975	5	0 01	0 11	1 70	0 01	0 06	13 24	14 40	8 40	0 26	14 40	0 00	0 00	0 60	
2	Сух карбоновый с ризом	136 (22)	250	4 315	2 113	15 213	47	0 08	0 08	5 50	1 22	0 19	17 68	25 89	22 00	0 61	53 44	0 00	0 00	1 01	
3	Земель петрушки, укропа, приправ	24 (12)	1	0 025	0 008	0 054	0	0 00	0 00	0 40	0 00	0 00	1 90	0 01	0 01	0 01	0 17	0 00	0 00	0 00	
4	Сливки сладкая	171	100	2 019	3 750	0 053	56	0 08	0 00	0 07	0 00	0 07	5 06	28 70	4 41	0 17	28 05	0 00	0 00	0 51	
5	Колбаса "Рыба"	171	100	10 933	15 480	12 246	232	0 21	0 24	0 85	4 30	7 38	47 20	156 88	42 67	2 00	187 84	0 02	0 00	4 89	
6	Пюре картофельное	472 (12)	180	3 132	5 002	23 044	150	0 14	0 16	12 85	18 70	0 57	43 77	120 52	34 11	1 24	93 90	0 01	0 10	1 00	
7	Напиток на плодах шиповника	705 (12)	200	0 254	0 116	16 921	70	3 01	0 01	52 00	0 20	0 21	1 32	1 39	1 38	0 27	1 32	0 00	0 20	6 09	
8	Хлеб "Дарницкий"	1121	25	1 394	0 258	11 233	53	0 03	0 03	0 00	0 00	0 00	5 75	26 20	6 25	0 78	26 50	0 00	0 20	0 73	
9	Хлеб пшеничный	1121	25	3 111	0 280	14 281	71	0 05	0 05	0 00	0 00	0 00	10 78	48 41	14 31	1 19	43 30	0 00	0 20	1 21	
10	Коржи шоколадные	102 (5)	45	2 584	4 954	29 167	170	0 05	0 06	0 06	25 87	5 45	12 77	30 25	4 90	0 40	30 21	0 20	0 20	0 73	
<b>Итого:</b>					24 735	33 141	124 279	894	0 68	0 71	75 43	53 87	1 55	164 05	304 08	133 07	7 17	485 44	0 04	0 01	11 07
<b>Итого за день:</b>					38 915	72 467	164 911	1465	1 12	1 19	176 55	33 88	12 68	308 29	724 27	217 40	14 32	104 18	0 06	0 02	15 88

Всего: 17638 : 12 = 1470 ккал

Всего: 587,839 : 12 = 48,987 грамм белка

Всего: 610,848 : 12 = 50,904 грамм жира

Всего: 2497,872 : 12 = 208,156 грамм углеводов

Всего: 9,59 : 12 = 0,81 мг витамина B1

Всего: 9,57 : 12 = 0,80 мг витамина B2

Всего: 1361,17 : 12 = 113,43 мг витамина C

Всего: 569,56 : 12 = 55,81 мг витамина A

Всего: 94,54 : 12 = 7,89 мг витамина E

Всего: 4157,77 : 12 = 346,48 мг кальция

Всего: 9059,51 : 12 = 754,97 мг фосфора

Всего: 2586,09 : 12 = 215,51 мг магния

Всего: 160,78 : 12 = 13,40 мг железа



Всего: 6828,63 : 12 = 715,72 мг на пня

Всего: 0,68 : 12 = 0,06 мг йода

Всего:  $0,19 : 12 = 0,02$  мг селена

Всего:  $189,70 : 12 = 15,76$  мг фтора

Технофил