

УТВЕРЖДЕНО

« 1 » сентября 2023г.

Генеральный директор
МАУ Комбинат питания «Доброе кафе»
Пономарев. П.А.

СОГЛАСОВАНО



« 1 » сентября 2023г.

Директор МБОУ СОШ
Бочко О.И.

Примерное 10-ти дневное меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в
государственных
общеобразовательных учреждениях Московской области

**Примерное 10-дневное меню для организации питания обучающихся
1-4 классов и 5-11 классов в государственных образовательных учреждениях в г.Одинцово.**

**Примерное 10-дневное меню для организации питания обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в государственных
образовательных учреждениях г.Одинцово. В части организации питания обучающихся 1-4 класса.**

Наименование	Витамин	Белок	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества				K2, мг	I, мг	70 мг объем	Витаминная сборка
	г	г	г	г		B 1, мг	C, мг	A, мкг	E мг, ток. экв.	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг				
День 1 (понедельник)																	
ЗАВТРАК																	
Макарон с сыром	170	9,78	5,70	41,21	276,00	0,01	0,27	117,05	0,60	364,85	311,93	52,96	2,48	0,58	0,00	226	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Горючий напиток	200	5,70	5,47	17,00	140,00	0,03	4,10	0,04	0,00	110,00	73,00	11,00	0,02	0,06	0,00	767	Сб Овощного Тутулияна Москва 2012
Фрукты свежие по сезону	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	35,00	0,00	11,00	0,10	0,03	0,00	397	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Масло сливочное	10	0,08	7,30	0,04	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,28	0,05	0,00	0,02	0,01	0,90	13	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Хлеб из муки пшеничной	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,80	0,24	0,01	2,00	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого за завтрак:	500	18,36	19,67	76,59	592,69	0,11	14,37	143,09	1,24	515,75	385,00	77,76	2,80	0,69	2,90		
Обед																	
Мясо вареное/Салат из помидор и огурца	60	0,58	8,10	2,10	54,00	0,02	9,30	0,00	0,21	1,10	0,00	0,66	0,06	0,02	0,00	79/25	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Суп с картошкой	200	5,77	7,90	10,40	109,00	0,07	4,00	0,03	1,90	15,00	26,00	10,50	0,38	0,02	0,70	280	Сб Овощного Тутулияна Москва 2012
Рыба из мяса лосося (вареная)	180	11,40	5,52	16,00	202,00	0,00	1,01	0,00	0,16	54,41	104,04	41,85	1,61	0,13	2,57	134	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Компот из фруктов сухих	200	0,40	0,04	76,00	84,00	0,00	0,00	160,00	0,00	45,00	0,00	5,00	0,03	0,03	0,00	820	Сб Овощного Тутулияна Москва 2012
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	105,60	0,06	0,00	0,00	0,96	14,53	0,00	8,40	2,22	0,02	0,00	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	4,00	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого за обед:	720	25,15	24,76	91,90	662,20	0,30	15,11	160,03	3,87	139,66	130,04	71,51	5,78	0,22	7,27		
Полдник																	
Упаки из говядины	100	15,29	11,96	1,12	218,00	0,07	1,23	0,00	0,47	9,88	0,35	22,36	0,07	0,14	4,60	282	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Салат греческий	150	9,00	5,00	40,54	182,00	0,31	0,00	17,50	0,44	3,68	0,95	142,00	4,76	0,14	1,90	300	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Кукуруза консервированная/салат из помидор и огурца	30	0,50	6,00	1,71	61,90	0,03	1,17	0,30	0,55	7,93	12,20	9,30	0,40	0,02	0,00	73/58	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Фрукты свежие, клубника	180	0,01	0,00	14,37	81,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,36	0,00	2,00	0,02	0,00	0,00	476	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	9,70	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого за полдник:	520	28,8	24,76	78,14	621,5	0,4822	2,4	14	2,08	31,55	13,498	181,26	6,726	0,307	6,5		
Итого за завтраком:	43,52	44,43	168,49	1754,89	8,31	29,48	203,12	5,11	655,41	515,94	149,27	8,64	0,91	18,17			
Итого за обедом:	51,95	49,52	170,04	1284,70	6,65	17,51	174,83	5,95	171,21	143,54	252,77	12,51	0,53	13,77			

Витрина 1-4 класс

Наименование	Витрина				Индивидуальные показатели	Показатели				Информационные показатели				L, шт	M, шт	Итого объем	Наименование образца
	г	а	г	г		В, г, шт	С, шт	А, шт	Г, шт, тыс. шт	С, шт	Р, шт	М, шт	Г, шт				
	Детские (показатели) ЗАБРАС																
Каша манная с маслом	180	3,34	5,28	26,35	178,90	0,08	1,35	154,55	1,45	165,58	117,53	58,31	1,10	9,78	8,37	198 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Маффины с яблоком	18	8,08	7,28	0,08	34,89	0,09	0,09	34,80	0,10	1,26	8,93	8,90	0,02	0,01	0,00	112 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Фрукты свежие по сезону	200	8,80	0,10	7,18	87,08	0,09	0,18	32,80	0,10	44,80	180,08	7,30	8,20	8,90	0,00	399 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Чай с варенье	180	3,70	5,47	18,90	87,08	0,01	20,07	0,30	8,80	7,31	8,97	8,18	8,72	8,81	7,30	416 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Чай из смеси травяной	40	4,00	1,80	18,80	108,80	0,06	0,08	8,80	0,90	14,55	8,80	8,80	2,21	8,02	0,00	16 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Итого за витрину:	518	17,92	18,75	72,43	453,59	8,17	31,96	136,65	1,60	131,08	136,65	78,69	4,26	8,27	16,47		
ОБЩ																	
Салат из моркови с сельдереем из коллекции «Салаты»	80	0,72	4,25	5,79	62,88	0,85	18,51	922,48	1,00	12,88	25,38	17,54	8,98	0,01	0,00	186 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Салат с капустой, картофелем, морковью, свеклой	200	2,50	3,72	8,89	87,89	0,84	14,20	8,81	1,35	19,80	35,80	18,80	8,00	0,10	0,00	119 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Соусы из овощей и фруктов	90	12,60	11,90	7,55	216,88	0,87	0,90	3,40	2,84	21,87	171,02	24,72	0,01	0,11	0,18	58-48 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Чай с лимоном	150	3,43	3,31	48,98	182,00	0,05	1,50	8,85	8,79	5,18	26,80	18,84	0,02	0,09	1,99	166 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Пюре из картофеля	180	0,18	0,00	28,16	81,12	0,00	3,30	8,81	0,86	8,59	0,00	0,00	0,04	0,18	0,00	617 С. С. Сидорова, Т. С. Сидорова, Москва, 2012	
Чай из смеси травяной	20	3,78	8,80	18,20	54,80	0,00	8,80	8,80	8,34	8,30	0,00	2,08	0,14	0,00	0,00	18 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Чай из смеси травяной	40	3,00	1,80	17,80	103,80	0,04	8,80	8,80	8,84	11,80	0,00	5,08	1,48	0,00	4,00	18 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Итого за витрину:	518	14,39	26,97	187,64	788,89	8,16	41,42	938,27	7,198	98,82	281,2	89,3	6,87	0,29	6,89		
ПО-УРОВНИ																	
Каша манная с маслом	70	12,88	4,08	1,39	101,85	0,92	8,84	1,30	0,11	100,88	258,35	37,25	1,08	0,33	41,88	34-48 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Каша манная с маслом	180	4,80	4,00	36,24	289,08	0,20	0,09	0,08	0,89	1,80	0,08	0,18	1,86	0,15	0,00	148 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Каша манная с маслом	40	1,80	0,00	0,12	5,80	0,01	1,00	0,08	0,64	9,20	0,08	5,68	0,24	0,01	0,00	277 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Каша манная с маслом	180	0,01	0,04	13,18	60,52	0,01	1,65	0,08	0,11	4,89	1,18	3,88	0,10	0,01	0,16	474 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Чай из смеси травяной	40	4,00	1,80	28,40	109,60	0,04	0,08	0,08	0,64	3,70	0,08	5,68	1,48	0,01	0,00	18 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Итого за витрину:	506	21,81	9,84	75,818	488,77	8,188	12,29	1,71	8,860	165,73	363,85	51,51	4,86	0,544	43,29	18 Для общ. образовательных организаций Кузнецк, 2016	
Итого за витрину:	41,27	46,72	179,47	1250,48	6,43	64,38	1144,92	9,97	178,99	877,85	148,99	11,18	6,43	24,56			
Итого за витрину:	45,38	36,81	186,67	1286,49	6,68	54,77	959,99	8,17	233,63	373,25	448,81	11,73	6,92	47,28			

Среды 1-4 кухни

Среды 1-4 класс																	
Наименование	Выход	Белок	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества				Вит. м	L, мкг	Жир. м	Наименование блюда
						B1, мг	C, мг	A, мкг	E, мг/мл	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг				
День 3 (группа)																	
ЗАВТРАК																	
Пудинг из творога и ванили	150	11,00	7,52	23,00	328,00	0,05	0,38	0,21	0,17	165,15	267,45	3,86	0,71	0,10	2,63	241	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Студенческое молоко	90	1,50	2,55	16,89	96,00	0,02	0,06	13,20	0,00	92,10	67,50	10,20	0,60	0,10	0,00	371	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Чай	180	0,20	0,05	9,05	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,23	8,34	4,44	0,83	0,01	0,00	405	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Фрукты свежие по сезону (н)	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	35,00	0,00	11,00	0,10	0,03	0,00	396	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Масло сливочное	10	0,04	7,20	0,08	76,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	0,90	12	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,06	0,00	0,00	0,96	14,55	0,00	8,40	2,32	0,02	0,00	18	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Итого за завтрак:	510	17,58	19,47	77,28	691,49	0,17	10,64	43,43	2,83	313,22	343,24	37,9	4,5	0,29	3,53		
ОБЕД																	
Супорез с овощами/Салат зеленый с маслом	40	0,55	7,30	1,92	10,00	0,02	7,42	0,00	0,06	17,80	14,40	4,80	0,36	0,01	0,00	4836	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Суп картофельный с бобовыми (горошком) и грибами	200	3,46	4,74	40,54	146,90	0,20	9,20	100,00	0,09	22,30	138,60	27,00	2,00	0,07	0,00	132	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Котлета Пивоваров	40	13,06	8,78	17,00	706,00	0,10	0,30	0,04	2,00	11,00	49,00	13,00	1,00	0,18	0,00	61	КСБ-Октябрь, Тугульма, Москва, 2012
Закуска гречневая	130	9,00	5,00	9,05	182,00	0,01	2,18	0,00	0,22	38,84	27,45	23,40	0,76	0,01	0,00	200	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Каша из зерновых (пшеница)	180	0,40	0,04	21,15	58,39	0,01	2,70	0,00	0,30	7,20	212,00	4,48	0,18	0,01	0,00	457	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Хлеб из муки пшеничной	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,30	0,00	2,60	0,24	0,01	0,00	18	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	4,00	19	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Итого за обед:	740	23,47	27,96	116,86	660,59	0,49	14,28	100,04	3,55	109,34	441,45	81,88	6,02	0,20	4,00		
ПОЛДНИК																	
Паста Болоньезе	200	18,00	23,00	30,00	409,00	0,13	9,10	0,30	0,03	290,00	243,00	39,00	2,00	0,20	0,30	404	С. Октябрь, Тугульма, Москва, 2012
Компот из замороженных ягод смородины	200	0,20	0,00	21,42	86,00	0,01	40,00	0,00	0,14	2,48	4,60	7,82	0,32	0,01	0,00	457	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Салат из свеклы с черносливом/Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,93	4,13	7,04	69,38	0,01	2,07	0,00	0,05	23,10	0,00	7,14	0,21	0,02	0,00	54-83/81	КСБ-Октябрь 2012 А.Ю. Пивовар, И.В. Брылева, И.Г. Пивовар/Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	9,70	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00	18	Для обучающихся организаций Кучма, 2016
Итого за полдник:	500	22,13	28,83	78,86	674,18	0,19	51,17	0,30	0,86	325,28	249,60	56,56	4,91	0,24	0,30		
Итого за завтрак-обед:		31,85	47,47	194,14	1355,48	0,37	25,82	143,43	3,58	422,56	784,69	118,98	10,52	0,39	7,13		
Итого за обед-полдник:		56,60	56,89	195,72	1335,17	0,69	65,33	100,34	18,41	434,62	691,05	148,64	10,83	0,34	4,30		

0,1 кг / 100 г / 100 г / 100 г / 100 г

XX

70

Читайте 1-4 класс

Наименование	Витамин					Энергетическая ценность ккал	Витамины			Минеральные вещества					B2, мг	L, мг	№ по сборнику	Наименование сборника
	В	С	Ж	У	У		B1, мг	C, мг	A, мкг	E, мг/100г	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг				
	г	г	г	г	г													
День 4 (четверг)																		
Сметанная молочная	200	6,19	8,05	22,29	183,00	0,16	2,00	40,68	2,81	200,00	218,90	48,90	1,28	0,28	0,00	191	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Пюре / Кондитерское изделие (пюре)	20	1,80	1,00	9,00	62,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	308	Технологическая инструкция по производству кондитерской продукции для питания детей и подростков школьного возраста в образовательных организациях. М. 2006	
Чай с лимоном	200	0,25	0,00	8,00	42,00	0,01	2,10	0,50	0,00	12,51	3,60	4,40	0,80	0,16	18,80	625	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Масло сливочное	10	0,08	2,20	0,08	78,89	0,00	0,00	70,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	0,90	13	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Сир (пюре/пюре)	10	2,00	2,90	0,00	36,00	0,00	0,70	26,00	0,50	22,00	50,00	3,50	0,10	0,03	0,00	16	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Хлеб из муки пшеничной	60	4,90	2,70	30,60	184,40	0,06	0,00	0,00	0,06	18,55	0,00	8,40	2,22	0,02	0,00	18	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Итого за завтрак:	590	18,37	21,85	70,97	562,29	0,23	4,80	97,18	4,37	255,46	272,55	65,40	4,52	0,49	19,70			
ОБЕД																		
Салат из свежей капусты с яблоком/С-т из свежей капусты	60	0,92	4,10	2,33	38,00	0,02	22,50	0,20	1,90	23,82	17,36	8,98	0,04	0,02	0,00	53,57	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Суп картофельный с мясом/картофельным	164/56	0,58	8,10	18,01	149,00	0,10	15,70	80,90	0,20	38,30	94,00	0,12	0,90	0,06	0,00	140/308	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Сосиски отварные	190	5,77	6,90	30,40	250,00	0,18	1,04	0,00	0,00	31,00	129,00	0,00	20,00	0,70	0,00	294	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Пюре картофельное	195	11,20	5,92	24,51	145,00	0,20	23,90	0,05	0,70	40,00	95,00	33,00	1,00	0,15	8,84	254	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Компот из фруктов/сушен	180	0,40	0,04	18,19	36,00	0,01	0,00	0,01	0,00	19,00	12,28	11,67	0,49	0,00	0,00	820/СБ Олимпиада, Тульская, Москва, 2022		
Хлеб из муки пшеничной	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,14	4,70	0,00	2,60	0,24	0,01	0,00	18	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,90	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	4,90	19	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Итого за обед:	590	23,87	26,94	100,84	836,40	0,54	65,74	80,26	3,28	194,42	377,64	62,92	23,25	0,41	12,84			
ПОЛДНИК																		
Пюре картофельное/Салат из помидор	30	0,48	3,08	1,75	43,00	0,02	8,90	0,00	1,75	26,63	0,00	10,88	0,01	0,02	0,00	79/25	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Фруктовый	90	13,30	3,60	18,00	153,90	0,02	0,40	0,70	0,11	9,00	238,25	12,00	1,08	0,20	0,40	471	СБ Олимпиада, Тульская, Москва, 2022	
Рис отварной	150	1,83	3,00	19,71	201,00	0,04	0,00	0,10	0,44	13,44	82,23	142,00	0,57	0,02	0,00	209	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Суп овощной	10	0,00	0,05	3,50	17,00	0,02	4,05	0,36	0,00	0,14	0,07	0,06	0,04	0,01	0,00	671	СБ Олимпиада, Тульская, Москва, 2022	
Напиток абрикосовый	200	0,06	0,00	24,00	11,00	0,00	1,40	0,00	0,01	4,00	2,00	0,01	0,02	0,00	0,00	481	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,02	0,00	0,00	0,14	4,70	0,00	2,80	0,24	0,01	2,00	18	Для обуч образовательных организаций Кузбасса, 2016	
Итого за полдник:	530	23,99	8,45	105,61	515,10	0,11	5,85	1,16	0,92	31,28	143,01	156,87	1,95	0,24	2,40			
Итого за завтраком:	18,19	48,81	171,81	1798,69	0,79	78,54	177,44	7,63	448,88	610,19	128,12	27,77	0,90	12,54				
Итого за обедом:	47,86	33,41	206,45	1151,30	0,66	71,59	81,42	4,20	225,70	720,65	719,79	25,20	0,63	13,24				

Planning 1-2 years

Приложение 1-4 к ИС

Наименование	Углубления					Зеркальная площадь	Водоотвод				Микроклиматические				ВЛ, м	L, м	Жиз. обр.	Наименование объекта
	Высоты	Бассейн	Журы	Углубления	Водоотвод		Водоотвод	Водоотвод	Водоотвод	Водоотвод	Водоотвод	Водоотвод	Водоотвод					
	г	г	г	г	г		г	г	г	г	г	г	г					
Дом 1 (многоквартирный)																		
ТАБЛИЦА																		
Кладовая	200	7,34	5,90	25,18	188,00	0,20	1,00	0,08	0,10	100,00	125,00	94,00	1,00	0,20	0,80	160СБ Овощники, Тугульма, Москва, 2022		
Совм. водопровод (субъекты)	30	0,50	0,07	11,83	68,00	48,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,33	0,00	0,00	0,00	0,00	178Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Место стоянки	10	0,08	2,20	0,08	34,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Чай с дровами	200	0,25	0,06	10,20	42,00	0,01	2,10	0,50	0,10	32,80	2,60	4,60	0,80	0,16	0,80	427Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Чай в муч. пачках	80	4,00	2,70	30,60	164,40	0,00	0,00	0,00	0,00	14,55	0,00	8,40	2,20	0,00	0,00	18Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Всего за квартал	500	12,17	15,88	76,87	517,29	48,17	3,10	30,58	1,10	156,55	158,98	57,89	4,04	0,41	2,56			
ОБЩА																		
Периодическая/Свет на помойку в куртке	60	0,50	0,10	2,10	54,00	0,02	0,30	0,00	0,21	1,10	0,00	0,66	0,06	0,00	0,00	7925Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Расстояние от центра до объектов на куртке	200	1,38	8,10	18,77	85,00	0,08	1,40	0,00	0,18	66,00	82,00	23,88	0,94	0,00	0,00	122Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Место для стоянки	90	11,00	6,00	5,00	176,00	0,02	0,40	5,40	6,40	6,31	9,24	9,51	0,55	0,00	0,00	595СБ Овощники, Тугульма, Москва, 2022		
Место для стоянки	150	5,62	3,00	16,00	211,00	0,31	0,90	12,50	0,44	166,00	185,00	142,00	4,76	0,14	0,00	129Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Чай с дровами	180	0,40	0,04	16,37	76,00	0,00	0,72	144,00	0,00	40,50	0,00	4,50	0,00	0,00	0,00	829СБ Овощники, Тугульма, Москва, 2022		
Чай в муч. пачках	70	2,90	0,90	10,20	54,80	0,02	0,90	0,00	0,34	4,70	0,00	2,40	0,24	0,01	0,00	18Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Чай радио-станцией	40	3,00	1,00	17,00	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	4,00	19Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Всего за квартал	740	24,10	25,27	85,44	761,40	0,50	12,62	162,50	8,19	296,21	276,24	186,27	8,66	0,29	4,90			
ПОДЛИНКА																		
Расу из муч. пачки (куртка)	200	12,67	6,98	17,70	224,00	19,30	23,94	0,07	0,20	56,10	73,68	43,76	2,18	1,88	0,24	334Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Огурцы/салат/огурцы/салат	60	0,48	0,06	1,30	10,00	0,01	2,00	0,00	0,04	0,20	0,00	5,60	0,24	0,01	0,00	3776Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Помидоры/огурцы/салат	300	0,01	0,00	11,66	66,00	0,00	1,80	0,00	0,12	6,04	3,67	3,18	0,11	0,01	0,18	477Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Чай в муч. пачках	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	9,70	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00	18Дом обуч. образовательных организаций Кучин, 2016		
Всего за квартал	500	17,16	8,84	55,26	409,60	19,25	26,87	0,07	1,09	71,10	83,36	54,74	3,99	1,79	0,42			
Всего за квартал-общ.		36,27	41,66	162,11	1279,69	46,87	13,12	191,58	8,28	452,76	435,22	245,57	12,10	0,78	7,40			
Всего за квартал-общ.		41,26	34,87	158,79	1171,69	19,75	18,69	162,97	8,28	275,31	219,59	248,11	12,05	1,66	5,12			

Полнорационный 1-4 класс

Наименование	Валов	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества				В.е	Л.е	Ж.е (соль)	Наименование сырья	
	г	г	г	г		ккал	В1, мг	C, мг	A, мкг	E, мг/100г	Ca, мг	P, мг	Mg, мг					K, мг
Доп. 1 (наименование)																		
ЗАВТРАК																		
Каша овсяная	200	7,34	5,90	24,16	168,00	0,20	1,00	0,08	0,10	108,00	155,00	44,00	1,00	0,20	0,80	360000 Оливковое, Тульская, Москва, 2022		
Сливочное масло (жирный)	30	0,50	0,03	11,83	88,00	46,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	0,00	0,03	0,00	170000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Масло сливочное	10	0,08	0,00	0,08	74,89	0,00	0,00	0,00	0,10	1,20	0,08	0,00	0,03	0,01	0,95	110000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Чай с лимоном	200	0,25	0,00	10,20	42,00	0,01	2,10	0,50	0,00	32,80	3,60	4,60	0,80	0,16	0,80	420000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Хлеб из муки пшеничной	60	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,96	14,55	0,00	8,40	2,22	0,02	0,00	180000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Итого за завтрак:	500	12,17	15,89	75,87	517,29	46,37	3,10	30,58	1,16	156,85	158,08	57,00	4,04	0,41	2,59			
ОБЕД																		
Пюре картофельное/Салат из помидор и огурцов	60	0,50	6,10	2,10	54,00	0,02	9,30	0,00	0,21	1,10	0,00	0,96	0,06	0,02	0,00	790000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Рапсовое масло/Пюре картофельное из картофеля из мушкетера	200	1,58	8,10	18,77	86,00	0,08	1,40	0,00	0,16	86,00	82,00	23,48	0,94	0,05	0,00	120000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Жирное из картофеля	90	11,00	6,00	5,00	176,00	0,02	0,60	5,40	6,40	6,31	9,24	9,53	0,55	0,03	0,90	290000 Оливковое, Тульская, Москва, 2022		
Макаронные изделия	150	5,62	3,03	16,00	211,00	0,11	0,00	12,50	0,44	166,00	185,00	142,00	4,76	0,14	0,00	370000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Каша из пшеницы	180	0,40	0,04	16,37	76,00	0,00	0,22	144,00	0,00	40,50	0,00	4,50	0,03	0,03	0,00	820000 Оливковое, Тульская, Москва, 2022		
Хлеб из муки пшеничной	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,60	0,74	0,01	0,00	180000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,80	1,48	0,01	4,00	180000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Итого за обед:	740	24,10	25,17	85,44	761,40	0,50	12,02	162,90	8,19	246,21	276,24	188,37	8,06	0,29	4,90			
ПОЛДНИК																		
Рис из муки пшеничной (пюре)	200	12,67	6,98	17,70	224,00	19,20	23,04	0,07	0,29	56,16	79,68	45,36	2,16	1,68	0,24	370000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Огурец соевый/Огурец соевый	60	0,48	0,06	1,50	10,00	0,01	2,00	0,00	0,04	9,20	0,00	5,60	0,24	0,01	0,00	370000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Пюре картофельное/Пюре картофельное	200	0,01	0,00	13,66	66,00	0,00	1,83	0,00	0,12	4,04	3,67	3,18	0,11	0,01	0,18	470000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	9,70	0,00	5,80	1,48	0,01	0,00	180000 Для обучения образовательным организациям Кучин, 2016		
Итого за полдник:	500	17,16	8,84	53,26	409,60	19,25	25,87	0,07	1,09	79,10	83,35	59,74	3,99	1,79	0,42			
Итого за завтрак+обед:		36,27	41,05	162,31	1278,69	46,87	15,12	193,48	9,33	452,76	435,22	245,37	12,10	0,70	7,49			
Итого за обед+полдник:		41,26	34,07	138,70	1171,00	19,75	38,89	162,97	9,28	373,11	359,39	248,11	12,05	1,99	5,12			

Детали 1-4 слот

Наименование	Высота			Уг. длина	Защитно-тепловая изоляция	Внутренние				Материалы изоляции				E1, м	L, м	Жил. (м²)	Законодательная база
	1	2	3			В1, м	С, м	A, м	Е, м, (м, м)	С, м	Р, м	М, м	Е, м				
	1	2	3			1	2	3	4	5	6	7	8				
Дет. 1 (детали)																	
ЗАВТРАК																	
Изделие фактурное в цвете из круп. слезки с матовым	200	7,78	6,00	31,00	244,00	0,04	0,30	0,02	0,20	183,20	134,60	0,00	0,40	0,01	12,20	188	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Фрукты свежие по сезону	100	1,90	0,90	21,00	47,00	0,10	0,00	20,00	0,80	9,00	28,00	42,00	0,80	0,10	0,05	294	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Мясо говяжье	10	0,08	7,20	0,08	34,80	0,00	0,00	10,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	0,00	11	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Крупа гречневая из зерна с шелухой	180	3,80	2,70	11,20	78,00	0,04	1,08	0,03	0,00	97,16	71,00	0,02	0,02	0,02	0,00	419	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,06	0,00	0,00	0,90	14,55	0,00	8,40	2,22	0,02	0,00	16	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Итого за завтрак	520	15,74	18,20	83,72	553,40	0,24	1,36	58,05	1,66	283,31	235,65	58,42	3,26	0,36	13,15		
ОБЕД																	
Салат из овощей с соусом сметанным	40	1,20	4,80	3,60	84,00	0,07	4,80	0,30	0,10	1,80	4,80	1,80	0,72	0,06	0,07	81	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Суп рыбный с консервами(горбуша)	200	1,68	2,60	12,73	87,00	0,08	12,45	0,03	0,02	11,07	55,91	2,07	0,74	0,05	0,00	54-120	СБ Реагтуур 2021 А.Ю. Лепина, Н.В. Брагина, Н.Г. Шенюк
Картофель	60	14,97	14,10	7,92	258,00	0,20	0,80	0,00	0,08	15,00	180,00	21,00	1,11	0,09	0,00	195	СБ Овощники Тучинские Москва, 2022
Суп томатный	30	0,80	0,05	3,50	17,60	0,02	4,05	0,36	0,00	0,14	0,01	0,06	0,04	0,01	0,00	67	СБ Овощники Тучинские Москва, 2022
Картофель запеченный	150	4,00	4,00	16,34	265,00	0,26	0,00	0,00	0,00	1,84	0,00	0,10	1,36	0,15	0,00	144	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Компот из плодов смородины (яблочный)	180	0,28	0,09	21,30	34,00	0,01	2,80	0,01	0,06	7,68	0,00	2,13	0,04	0,28	0,00	817	СБ Овощники Тучинские Москва, 2022
Хлеб из муки пшеничной	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,03	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,80	0,74	0,01	0,00	18	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	105,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	8,80	1,48	0,01	4,00	19	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Итого за обед	770	27,74	27,29	113,29	821,00	0,71	24,90	0,79	1,14	69,67	258,74	27,23	6,33	0,66	5,57		
УЖИН																	
Суповый суп с овощами	150	15,30	11,20	16,80	236,48	0,10	0,86	0,38	0,30	147,00	191,00	21,99	1,06	0,33	3,70	242	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб из муки пшеничной	30	0,30	11,50	17,30	71,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,33	0,00	0,00	0,00	0,00	178	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Фрукты свежие по сезону	100	0,00	0,00	9,80	38,00	0,03	10,00	0,00	0,30	35,00	0,00	11,00	0,10	0,00	0,00	290	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Рисовый суп с овощами	200	0,01	0,00	17,00	64,00	0,00	1,83	0,00	0,12	4,04	3,67	3,18	0,11	0,01	0,18	474	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,04	5,70	0,00	5,50	1,28	0,01	0,00	18	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Итого за ужин	520	19,61	34,50	81,70	521,68	0,17	22,69	0,38	0,46	195,74	196,00	41,77	2,75	0,41	3,88		
Итого за завтрак-обед		41,48	45,39	197,02	1175,40	0,97	24,26	0,86	2,50	242,88	486,39	87,75	8,59	1,02	18,72		
Итого за обед-ужин		47,35	51,69	194,99	1142,68	0,88	27,59	0,86	2,50	253,11	446,74	79,19	8,88	1,07	8,45		

Меню № 1-А (конт.)

Наименование	Витамин	Витамин	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества				ВЗ, мг	I, мг	II, мг	III, мг
						В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	K, мг				
День 4 (конт.)																	
ЗАВТРАК																	
Омлет	210	6,00	14,00	3,97	276,64	0,12	0,40	0,06	7,40	78,00	57,00	23,93	3,15	0,63	31,97	232	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Кафельный пирог из цукатов с маком	200	2,71	3,03	12,30	86,20	0,04	1,17	0,03	0,06	108,36	81,00	0,02	0,02	0,14	0,00	419	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Сыр (пармезан)	30	4,60	5,80	0,00	72,00	0,00	0,14	32,00	0,10	44,00	100,00	7,00	0,20	0,06	0,00	16	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Масло сливочное	10	0,08	7,20	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	0,00	13	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Хлеб из муки пшеничной	60	4,00	3,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,96	14,55	0,00	8,40	3,22	0,02	0,00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Итого за завтрак:	500	17,39	33,73	47,15	674,13	0,22	1,71	82,09	3,56	246,11	238,05	43,35	5,61	0,86	33,87		
ОБЕД																	
Салат "Сезонный"	60	0,64	7,00	5,00	84,00	0,02	2,03	2,90	1,85	5,97	13,51	6,19	0,21	0,01	1,45	106	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Суп с лапшой	200	5,77	7,90	10,45	109,00	0,07	4,90	0,03	1,90	13,00	26,00	10,00	0,38	0,02	0,70	280	С.Б. Овощники, Тугульгин, Москва, 2022
Плов куриный	180	12,18	6,93	31,74	312,00	0,16	2,67	0,05	0,28	25,34	180,79	78,67	2,69	0,09	1,70	331	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Пюре из картофеля	200	0,10	0,00	20,18	90,14	0,01	5,80	0,01	0,05	0,64	0,00	0,00	0,04	0,29	0,00	817	С.Б. Овощники, Тугульгин, Москва, 2022
Хлеб из муки пшеничной	20	3,00	0,50	10,20	54,90	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,60	0,24	0,01	0,00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	4,00	19	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Итого за обед:	560	23,70	23,73	106,58	753,54	0,32	14,54	2,99	5,87	61,25	228,30	183,06	5,04	0,42	7,85		
ПОЛДНИК																	
Булочки сдобные с маком	90	11,00	3,00	12,00	177,00	0,07	0,77	0,30	0,04	25,26	76,84	14,65	0,94	0,80	0,00	309	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Пирог из творожного теста	150	3,77	3,00	22,51	145,00	0,20	25,90	0,05	0,20	46,00	95,00	33,00	1,00	0,11	8,84	254	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Курочка копченая с картофелем	30	1,00	0,00	3,60	29,00	0,01	2,75	0,00	0,00	0,00	38,50	8,00	0,33	0,03	2,35	245	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Хлеб из муки пшеничной	200	0,20	0,00	21,42	86,00	0,01	40,00	0,00	0,34	2,48	6,60	7,82	0,32	0,01	0,00	457	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Хлеб из муки пшеничной	30	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,80	0,24	0,01	3,00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузб.а, 2016
Итого за полдник:	530	17,47	6,90	71,73	491,80	0,31	69,42	0,35	0,76	78,44	186,94	66,22	2,83	0,96	13,19		
Итого за завтрак+обед:		41,09	36,46	147,65	1427,67	0,55	16,25	85,88	8,63	167,36	456,31	246,41	18,65	1,28	41,72		
Итого за обед+полдник:		41,12	10,63	177,23	1245,54	0,64	83,98	3,34	3,85	119,69	177,24	189,38	7,87	1,16	21,94		

Таблица 1-4 КИЭИТ

Данная 1-4 класс																	
Наименование	Валют	Белка	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витаминизация				Минеральная составляющая				К2, мг	С1, мг	В1, мг	Наименование добавки
	г	г	г	г	ккал	В1, мг	С1, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг				
Дань 3 (групповая)																	
ЗАВТРАК																	
Хлеб (ружья) с маслом	200	4,00	0,00	32,00	193,00	0,07	1,17	0,03	0,16	118,56	201,38	37,61	0,91	0,18	0,99		202 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Чай	200	0,20	0,00	9,19	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,22	8,24	4,84	0,85	0,01	0,00		420 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Кондитерские изделия (печенье)	20	1,67	1,00	12,00	79,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		309 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Сыр (жирный)	10	2,00	2,90	0,00	90,00	0,00	0,10	0,00	0,00	22,00	10,00	3,50	0,10	0,01	0,00		16 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Масло сливочное	10	0,08	7,20	0,00	74,00	0,00	0,00	0,00	0,10	1,20	0,35	0,00	0,01	0,01	0,00		12 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Хлеб из муки пшеничной	60	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,00	14,55	8,80	8,40	2,33	0,02	0,00		18 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Итого за завтрак	500	11,95	16,60	83,79	587,29	0,13	1,87	0,03	1,72	166,73	293,67	68,95	4,10	0,23	1,00		
ОБЕД																	
Воскресный обед	80	1,60	3,16	5,69	67,00	10,08	9,85	760,00	4,60	19,08	45,11	4,17	0,71	0,06	1,88		Сборник рецептов и технологий для обучающихся по курсу «Образовательные технологии» под ред. М.П. Митяева и В.А. Туполева. - М.: Дельта принт, 2009.
Щи из свеклы с капустой и сметаной	200	3,40	6,30	7,38	70,41	0,03	13,36	0,00	0,10	34,34	6,45	2,91	0,41	0,09	0,00		177 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Пюре из картофеля с маслом	180	15,94	17,12	34,30	346,00	0,46	0,00	48,00	0,06	72,80	1,27	50,26	1,88	0,24	0,00		104 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Компот из яблок с сахаром	200	0,40	0,04	18,10	84,00	0,00	0,00	180,00	0,00	45,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00		829 С.С. Давыдов. Туполева. Москва 2022.
Хлеб из муки пшеничной	20	0,40	0,04	10,30	54,80	0,02	0,00	0,00	0,00	4,70	0,00	2,80	0,24	0,01	2,00		18 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,00	0,90	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,04	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	4,00		19 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Итого за обед	700	21,24	27,56	67,68	725,81	10,64	24,82	668,00	5,74	187,63	48,85	78,88	7,06	0,38	7,88		
ПОСЛЕПОД																	
Овощи	150	8,24	2,74	77,16	288,50	0,11	0,55	0,02	4,85	77,25	114,45	18,23	1,20	0,12	0,31		49 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Суповое пюре	20	1,73	1,70	11,31	64,00	0,01	0,80	0,00	0,04	61,40	45,80	0,80	0,04	0,00	0,00		271 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Фрукты свежие из ассортимента	100	0,80	0,20	7,50	47,00	0,00	0,14	0,00	0,10	44,00	100,00	7,00	0,20	0,06	0,00		298 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,00	90,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	6,00	2,80	0,02	4,00		Сборник рецептов и технологий для обучающихся по курсу «Образовательные технологии» под ред. М.П. Митяева и В.А. Туполева. - М.: Дельта принт, 2009.
Хлеб из муки пшеничной	40	0,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,04	9,07	0,00	5,00	0,43	0,02	0,00		182 Для обучающихся организаций Кузнец, 2016
Итого за полдник	510	14,91	11,44	98,43	599,10	0,18	5,49	60,00	5,78	206,32	292,35	44,00	8,65	1,82	4,30		
Итого за завтрак	35,89	47,26	176,27	1313,19	10,77	23,89	1664,85	7,48	256,25	708,19	147,70	11,68	8,62	9,68			
Итого за завтрак (суп)	30,85	39,60	190,97	1324,91	10,82	29,31	1668,99	11,52	392,84	740,99	123,44	12,77	9,49	11,99			
Итого за завтрак (суп) за 3 дня	199,61	231,79	897,60	6906,29	39,67	161,84	1322,33	36,61	1719,77	2336,21	797,57	32,47	3,09	97,87			
Итого за завтрак (суп) за 5 дней	226,80	187,89	892,80	6333,53	38,92	186,58	1331,60	35,76	1809,63	2624,89	898,43	34,99	6,61	58,89			
Итого за завтрак (суп) за 10 дней	453,60	375,78	1785,60	12667,06	77,84	373,16	2663,20	71,52	3619,26	5249,78	1796,86	69,98	13,20	117,78			
Итого за завтрак (суп) за 10 дней	472,61	417,15	1854,65	13181,66	82,39	377,64	2698,68	75,83	3649,88	5492,67	1860,89	72,56	14,28	124,97			

Примерное 10-дневное меню для организации питания обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в государственных образовательных учреждениях. В части организации питания обучающихся 5-11 классов.

Приложение 5-11 класс

Наименование	Витаминный				Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества				Вит. С	Вит. Е	Железо	Витаминный баланс
	Вит. А	Вит. В	Вит. С	Вит. Е		Вит. А	Вит. В	Вит. С	Вит. Е	Вит. А	Вит. В	Вит. С	Вит. Е				
День 1 (понедельник)																	
ЗАВТРАК																	
Пюре из картофеля	200	8,00	7,20	48,80	317,00	0,20	0,76	133,00	1,40	429,94	367,60	22,30	1,80	0,69	0,00		725 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Гречка (кашля)	200	5,70	5,47	17,00	140,00	0,05	4,10	0,04	0,00	110,00	71,00	11,00	0,02	0,06	0,00		767СВ Овощные, Тугойлова, Москва 2022
Молоко сливочное	10	0,08	7,20	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	0,90		175 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Булочки сдобные со сметаной	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	44,00	100,00	11,00	0,10	0,03	0,00		397 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Чай из смеси травяной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,06	0,00	0,00	0,96	14,55	0,00	8,40	2,22	0,02	0,00		18 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Итого за завтрак	550	18,58	22,07	94,38	688,49	0,34	14,36	163,04	2,66	599,69	540,65	53,70	4,16	0,81	0,90		
ОБЕД																	
Борщ картофельный/салат из помидор и огурцов	100	0,96	10,17	3,50	90,00	0,05	10,00	0,00	3,50	51,30	0,00	21,67	0,02	0,03	0,00		792С Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Суп с лапшой	250	2,00	9,78	13,00	116,25	0,09	4,00	0,04	2,40	170,00	320,00	12,00	0,48	0,31	0,35		280СВ Овощные, Тугойлова, Москва 2022
Рис с мясом птицы (журнал)	200	16,80	7,00	19,81	324,00	1,55	1,57	97,34	0,14	30,72	35,04	44,95	1,00	0,45	0,38		534 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Каша из пшеницы с маслом	200	0,40	0,04	18,19	84,00	0,00	0,80	160,00	0,00	45,00	0,00	5,00	0,01	0,03	0,00		820СВ Овощные, Тугойлова, Москва 2022
Чай из смеси травяной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,06	0,00	0,00	0,96	14,55	0,00	8,40	2,22	0,02	0,00		18 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Чай радио-пшеничный	50	3,75	1,25	21,25	129,50	0,04	0,00	0,00	0,64	13,60	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00		192 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Итого за обед	840	27,91	30,04	66,15	778,36	1,79	22,37	257,38	7,84	305,17	355,04	97,62	5,13	0,85	0,63		
ВОДНИК																	
Гречка из пшеницы	100	15,29	11,96	1,12	208,00	0,07	1,00	0,00	0,47	15,60	112,70	22,36	2,30	0,14	0,60		282 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Каша гречневая	180	11,00	8,00	48,65	219,00	0,39	0,70	16,20	0,51	142,00	114,00	170,40	5,71	0,16	0,51		200 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Кукуруза консервированная/салат из помидор и огурцов	50	0,50	8,00	1,71	29,00	0,03	1,17	0,50	0,51	7,91	12,20	9,30	0,40	0,02	0,00		735 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Напиток из смеси клубники	180	0,01	0,00	14,17	54,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,36	0,00	2,00	0,02	0,00	0,00		476 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Чай из смеси травяной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,06	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,80	0,34	0,01	0,00		18 Для обуч образовательных организаций Кузнец, 2016
Итого за водник	550	30,80	25,76	86,25	619,82	0,51	2,40	16,70	1,87	170,59	243,90	207,06	8,57	0,33	1,13		
Итого за завтраки:	46,49	32,17	190,33	1462,84	2,12	36,73	428,42	10,58	904,84	899,69	158,32	9,19	7,65	1,73			
Итого за обеды:	58,71	55,68	182,49	1381,17	2,58	34,77	274,08	9,71	475,78	598,94	104,68	23,80	1,17	1,96			

Детали 1-14382

Анкетный лист №1																	
Наименование	Высота	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Макроэлементы				E1, мг	E2, мг	Жир (г/100г)	Наименование блюда
						B1, мг	C, мг	A, мкг	E, мг/100 г	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг				
Деталь 2 (г/100г)																	
ЗАВТРАК																	
Хлеб пшеничный с изюмом	200	8.10	7.94	36.38	243.05	0.22	3.29	169.06	0.63	181.29	218.38	78.15	0.38	0.17	9.63	196	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Булочки с изюмом	100	0.80	0.20	1.20	47.00	0.02	0.14	51.00	0.10	44.00	106.00	7.50	0.20	0.06	0.50	199	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Макароны	30	0.06	7.20	0.08	74.89	0.00	0.00	30.00	0.10	1.20	0.05	0.00	0.02	0.01	0.99	170	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Чай с лимоном	200	0.04	0.08	7.50	46.15	0.02	20.07	0.15	0.00	5.35	0.08	0.88	0.80	0.01	8.00	474	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Чай с лимоном (пакетный)	40	4.00	1.80	20.40	104.60	0.06	0.09	0.00	0.06	14.55	0.30	8.40	2.22	0.03	0.00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Итого за завтрак	550	13.88	17.23	71.84	528.64	0.88	22.06	250.35	1.79	249.69	348.41	199.43	3.62	0.27	18.53		
ОБЕД																	
Суп с мясом и картошкой	100	1.20	7.00	8.69	104.00	0.05	34.20	153.80	3.50	11.40	42.30	29.23	0.80	0.05	0.70	100	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Картофель, запеченный	250	5.52	8.01	8.30	108.00	1.10	22.83	125.00	1.99	61.25	52.00	39.28	3.21	0.11	0.00	178	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Пюре картофельное	100	14.00	9.00	6.35	240.99	0.08	3.10	416.50	0.38	20.31	186.00	27.49	0.02	0.12	0.11	54-84	С. Режиссер 2021 А.Ю. Писова, И.В. Братин, И.Г. Шенку
Рис с овощами	180	4.12	5.10	41.00	710.40	0.06	1.90	0.06	2.28	26.29	79.81	41.27	0.74	0.04	0.01	260	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Закуска овощная	180	0.10	0.00	20.16	81.12	0.01	5.30	0.01	0.06	0.59	0.00	0.00	0.04	0.28	0.00	817	С. Режиссер 2021 А.Ю. Писова, И.В. Братин, И.Г. Шенку
Чай с лимоном	20	3.00	0.90	10.20	54.80	0.02	0.00	0.00	0.14	4.70	0.01	2.60	0.24	0.01	0.00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Чай с лимоном (пакетный)	40	3.00	1.00	17.00	103.60	0.04	0.00	0.00	0.64	11.60	0.01	5.60	1.48	0.01	0.00	190	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Итого за обед	870	29.94	32.03	114.94	922.91	1.36	67.23	695.37	8.87	146.69	364.24	149.49	8.53	0.62	0.82		
УЖИН																	
Картофель, запеченный	60	12.00	4.00	5.00	107.60	0.02	8.64	1.71	0.11	130.88	298.75	37.35	1.08	0.20	0.04	54-84	С. Режиссер 2021 А.Ю. Писова, И.В. Братин, И.Г. Шенку
Картофель, запеченный	150	4.00	5.00	36.24	207.00	0.26	0.00	0.00	0.00	166.60	52.00	0.10	1.96	0.15	0.01	344	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Овощи соевый/пюре соевый	60	0.48	0.04	1.50	9.60	0.01	2.00	0.00	0.04	4.30	0.00	5.60	0.24	0.01	0.00	3677	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Пюре картофельное	200	0.01	0.00	17.00	67.00	0.00	1.65	0.00	0.11	4.49	1.10	2.80	0.10	0.01	0.00	474	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Чай с лимоном	40	4.00	1.80	20.40	104.60	0.06	0.09	0.00	0.14	4.70	0.01	2.60	0.24	0.01	0.00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузнецкого, 2016
Итого за ужин	540	28.49	18.86	81.13	586.85	0.31	13.39	1.71	0.89	315.07	314.05	48.71	3.62	0.37	0.04		
Итого за обед	43.02	49.23	186.78	1443.55	2.26	88.13	846.72	10.66	396.28	712.65	245.89	22.15	8.88	0.99	0.86		
Итого за обед	38.42	42.89	196.87	1423.76	1.67	78.82	687.88	9.47	461.67	676.79	286.26	22.15	8.88	0.99	0.86		

Прил. 4.1.Знач

Виды работ	Высота	Белая	Жирная	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества				В.г.мг	Л.мг	Ж.мг (соль)	Назначение продукта
	г	г	г	г	ккал	В.г.мг	С.мг	А.мг	Е.мг/мл	Са.мг	Р.мг	Мг.мг	К.мг				
	День 3 (прод.)																
ЗАВТРАК																	
Пшеница (крупка)	170	17,00	9,02	26,06	311,63	0,07	0,70	140,00	5,78	176,16	803,11	50,83	0,79	0,90	2,99	241) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Сухарики (молочные)	30	1,50	2,55	16,65	95,00	0,02	0,06	13,20	0,60	95,10	65,70	10,20	0,40	0,12	0,00	371) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Чай	180	0,20	0,00	9,05	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,22	8,24	4,44	0,85	0,00	0,00	429) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Фрукты свежие по сезону	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,03	10,96	0,00	0,20	44,00	100,00	11,00	0,10	0,03	0,00	396) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Масло сливочное	10	0,08	7,20	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,30	0,65	0,00	0,02	0,01	0,90	17) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Хлеб из муки пшеничной	60	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,96	34,35	0,50	8,40	2,22	0,02	0,00	18) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Итого за завтрак:	550	18,58	21,87	90,54	789,94	0,18	10,76	383,20	7,64	333,23	477,18	84,87	4,49	1,09	3,89		
ОБЕД																	
Овощи свежие (Салат зеленый) с заправкой	100	0,90	11,00	2,20	16,00	0,01	5,70	0,00	0,10	37,00	8,00	8,00	0,60	0,01	0,00	483) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Суп картофельный с бобами (горохом) и грибами	230	0,58	5,92	30,25	175,40	0,29	11,50	125,00	0,30	49,75	173,95	48,25	0,04	0,08	0,00	132) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Курица (Полусуши)	100	13,15	7,90	21,25	340,00	0,10	0,30	0,06	0,01	10,00	49,50	22,00	1,00	5,24	0,00	61) С. Овощи (Тулунская, Москва, 2022)	
Баклажан (суп)	180	1,00	6,00	48,65	219,00	0,01	2,63	0,00	0,27	145,00	32,84	28,08	0,92	0,01	0,00	200) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Каша из зерновой смеси (пшеница)	180	0,40	0,04	21,15	58,59	0,01	2,70	0,00	0,30	7,20	212,00	4,68	0,18	0,01	0,00	457) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Хлеб из муки пшеничной	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,40	0,24	0,01	0,00	18) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,80	0,00	5,40	1,48	0,01	0,00	19) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Итого за обед:	870	21,23	32,76	158,70	967,39	0,48	22,83	125,06	1,65	263,75	475,89	119,21	4,46	0,37	0,00		
ПОЛДНИК																	
Салат (Белочес)	200	16,00	23,00	30,00	409,00	0,13	9,10	0,30	6,03	290,00	243,00	39,00	2,90	0,20	0,30	404) С. Овощи (Тулунская, Москва, 2022)	
Каша из зерновой смеси (пшеница)	200	0,20	0,00	21,00	86,00	0,01	40,00	0,00	0,14	2,48	6,60	7,82	0,12	0,01	0,00	457) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Салат из овощей с черносливом/с-т из смеси с зеленым горошком	100	1,55	6,88	11,73	113,97	0,01	3,45	3,50	0,08	43,49	48,50	36,60	0,35	0,63	0,00	54-83) С. Рацион 2021 А.Ю. Покров, Н.В. Братин, И.Г. Шваур/Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Хлеб из муки пшеничной	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	9,70	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00	18) Для общ. образовательных организаций Кузнецкого, 2016	
Итого за полдник:	540	23,75	31,68	83,13	728,57	0,19	52,55	3,80	6,88	345,67	298,10	89,82	4,15	0,28	0,30		
Итого за завтрак+обед:		39,83	54,63	241,24	1757,33	0,67	33,59	568,26	9,38	594,98	952,99	204,68	8,65	1,45	3,89		
Итого за завтрак+обед:		44,98	64,64	233,83	1887,96	0,68	79,28	128,86	8,65	697,42	775,99	208,23	8,61	0,82	8,19		

Формы 5-1/ к1807

Расшифровка	Дневной рацион																Назначение блюда
	Выход	Бюджет	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества				В1, мг	С, мг	Ж.к. (белок)	
	г	г	г	г	ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг/длс	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг				
День 4 (четверг)																	
ЗАВТРАК																	
Каша (гречиха молочная)	230	7.11	9.26	26.78	210.00	0.14	2.20	17.71	2.80	206.00	227.00	73.00	1.40	0.27	0.00	191	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Вареники (Косапольское яблоко/сметана/трюфель)	30	1.44	0.73	18.00	93.00	0.06	0.00	0.00	0.74	6.73	30.73	7.07	0.43	0.00	0.00	308	Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в образовательных организациях. М.2006
Чай с лимоном	200	0.25	0.00	3.00	42.00	0.01	2.10	0.50	0.00	12.51	3.60	4.60	0.80	0.16	0.00	423	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Сыр (горячий)	20	4.00	5.80	0.00	72.00	0.00	0.14	32.00	0.10	44.00	100.00	7.00	0.20	0.06	0.00	160	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Масло сливочное	10	0.08	7.20	0.08	74.89	0.00	0.00	20.00	0.10	1.70	0.05	0.00	0.02	0.01	0.30	170	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб из муки пшеничной	60	4.00	2.70	30.60	164.40	0.06	0.00	0.00	0.96	14.55	0.00	8.40	2.22	0.02	0.00	180	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Итого за завтрак	550	16.88	25.71	83.46	656.29	0.27	4.44	100.21	4.70	285.01	361.40	100.07	5.89	0.54	0.90		
ОБЕД																	
Салат из свежих овощей с морепродуктами/Сметанная заправка	100	1.54	6.84	8.22	96.00	0.03	37.50	0.34	1.17	39.70	28.94	16.64	0.05	0.03	0.00	33.57	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Суп картофельный с мясным фаршем	214/36	6.80	6.24	22.50	186.00	0.20	19.70	100.00	0.89	25.75	118.25	25.44	1.00	0.06	0.00	140/308	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Салат картофельный	100	5.77	6.90	10.40	250.00	0.16	1.04	0.00	0.00	51.00	159.00	0.00	20.00	0.20	0.00	294	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Пюре картофельное	180	11.20	6.00	27.00	175.00	0.18	29.28	0.05	0.20	70.02	105.84	5.00	0.61	0.13	0.60	754	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Каша из пшена с маслом	180	0.44	0.08	23.44	76.00	0.01	0.60	0.01	0.00	40.50	181.62	104.71	0.49	0.00	2.00	820/3-Омск/Омск. Тульская. Москва. 2022	
Хлеб из муки пшеничной	20	2.00	0.90	10.20	54.80	0.02	0.00	0.00	0.34	4.70	0.00	2.60	0.24	0.01	0.00	180	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3.00	1.00	17.00	103.60	0.04	0.00	0.00	0.64	11.60	0.00	5.60	1.48	0.01	0.00	190	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Итого за обед	870	30.75	27.96	114.76	941.49	0.65	88.12	100.40	5.24	243.27	593.65	159.99	23.87	0.44	2.60		
ПОЛДНИК																	
Вар. картофельная/Салат из помидоров	90	0.48	5.08	1.75	45.00	0.02	8.00	0.00	1.75	26.65	0.00	10.88	0.01	0.02	0.00	78/25	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Омлет	90	15.30	3.60	18.00	153.90	0.02	0.40	0.70	0.11	9.90	258.75	12.00	1.08	0.20	0.40	471	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Рис отварной	180	4.60	4.00	47.65	241.00	0.04	0.00	0.10	0.53	16.13	99.40	130.30	0.68	0.02	0.30	200	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Суп томатный	30	0.80	0.05	3.50	17.60	0.02	4.05	0.36	0.00	0.14	0.03	0.06	0.04	0.01	0.30	871/3-Омск/Омск. Тульская. Москва. 2022	
Пюре картофельное	200	0.06	0.00	22.00	33.00	0.00	1.40	0.00	0.00	0.19	1.54	0.01	0.02	0.00	0.30	481	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Хлеб из муки пшеничной	40	4.00	1.80	20.40	109.60	0.02	0.00	0.00	0.34	4.70	0.00	2.80	0.24	0.01	0.00	180	Для общ. образовательных организаций Кучино, 2016
Итого за полдник	570	24.76	9.45	111.85	555.10	0.10	5.85	1.16	1.01	30.16	399.72	185.17	2.06	0.24	0.40		
Итого за обед+полдник		47.63	33.67	198.22	1597.69	0.82	92.56	200.61	9.94	328.28	953.05	368.86	28.98	0.98	3.30		
Итого за обед+полдник		55.51	37.41	226.11	1496.50	0.75	93.97	101.58	6.25	271.43	953.27	345.16	25.93	0.69	3.00		

Таблица 3.2.1 (слож)

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества					ВЛ, мг	I, мг	N, мг (бербер)	Наименование образца	
	г	г	г	г		мкг	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг/дл	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	K, мг					
День 5 (пятиднев)																			
ЗАВТРАК																			
Сметанная каша с сахаром	230	13,82	8,97	5,98	371,00	0,03	0,92	395,00	5,83	316,00	284,00	25,30	0,34	0,82	0,04	0,04	331	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Чай с сахаром	10	0,08	7,20	0,08	74,89	0,00	0,00	70,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	15	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Чай	200	0,02	0,05	10,02	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,22	8,24	4,64	0,89	0,01	0,00	0,00	400	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Сметана (жирная)	50	1,55	0,10	3,00	20,00	0,55	5,00	0,10	10,00	31,00	10,40	0,35	0,35	0,03	0,75	0,00	20	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Сметана (жирная)	60	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,90	14,55	0,00	0,40	2,25	0,03	0,00	0,00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Всего в завтрак	850	19,45	19,02	49,68	670,29	0,64	5,92	425,10	16,92	367,97	402,79	38,49	3,78	0,89	1,20	0,04	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
ОБЕД																			
Суп с мясом и сметаной	100	2,00	4,51	9,00	132,16	1,17	16,43	130,00	7,67	45,60	71,85	6,95	1,20	0,07	4,95	0,00	67	Сборник рецептов на праздники для обучающихся из школ образовательных учреждений Кузбаса, 2016	
Суп с мясом и сметаной	250	2,69	6,00	12,00	113,00	0,10	20,50	100,00	0,25	34,00	156,00	32,25	2,50	0,20	0,00	0,00	98	Сборник рецептов на праздники для обучающихся из школ образовательных учреждений Кузбаса, 2016	
Салат с мясом и сметаной	200	17,71	19,02	56,60	388,00	0,52	0,00	40,00	0,28	85,12	1,68	49,40	4,76	0,28	0,00	0,00	304	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Всего в обед с супом (сметаной)	200	0,00	0,00	23,44	34,20	0,01	2,80	0,01	0,96	7,60	0,00	2,10	0,04	0,28	0,00	0,00	813	СБ. Олимпиада, Тульская, Москва, 2022	
Суп с мясом и сметаной	20	2,00	0,50	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	0,00	2,60	0,24	0,00	0,00	0,00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Суп с мясом и сметаной	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	11,60	0,00	5,80	1,48	0,00	0,00	0,00	18	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Всего в обед	810	27,40	31,43	128,24	805,76	1,87	39,73	270,01	9,24	188,62	229,53	98,99	18,22	0,89	5,44	0,00	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
ПОЛДНИК																			
Сметанная каша	150	25,00	21,00	27,00	407,00	0,16	2,00	60,00	2,81	200,00	218,92	48,90	1,18	0,38	0,00	0,00	339	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Сметанная каша	30	1,50	2,50	16,65	96,00	0,02	0,00	13,20	0,60	92,50	67,50	10,20	0,60	0,12	0,00	0,00	371	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Фрукты свежие по сезону	100	0,00	0,00	11,00	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	44,90	100,00	11,00	0,10	0,00	0,00	0,00	403	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Всего в полдник с супом	200	0,20	0,00	21,00	36,00	0,01	40,00	0,00	0,14	2,48	6,00	7,80	0,32	0,01	0,00	0,00	427	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Чай с мясом и сметаной	60	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,90	14,55	0,00	0,40	2,25	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016
Всего в полдник	840	36,77	26,25	166,25	800,40	0,25	45,65	855,11	3,75	339,54	407,55	77,92	19,8	2,48	0	0,00	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016	
Всего в полдник с супом	46,85	58,45	177,92	1476,07	2,51	45,65	855,11	3,75	339,54	407,55	77,92	19,8	2,48	0	0,00	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016		
Всего в полдник с супом	58,10	57,68	234,49	1606,16	166,49	91,85	323,89	12,89	528,10	617,88	174,82	21,02	3,32	3,33	0,00	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016		
Всего в полдник с супом	227,89	240,71	994,69	7716,46	8,18	298,86	2771,12	66,55	2888,91	4748,70	987,73	71,45	6,72	35,27	0,00	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016		
Всего в полдник с супом	267,73	258,72	1073,10	7607,35	171,89	165,79	1325,47	46,97	2546,44	3641,67	1229,85	81,51	6,88	11,87	0,00	779	Для обуч. образовательных организаций Кузбаса, 2016		

Таблица 5-11/конт.

Наименование	Витамин	Белок	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Результат				Микроэлементы				В. А	В. С	В. Е	Наименование Анализа
	г	г	г	г	ккал	В, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг, тыс. мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг				
	День 1 (показатели)																
ЗАТРАК																	
Хлеб белый	250	9,89	7,06	35,43	210,00	0,54	0,00	891,42	22,30	119,00	75,18	29,67	0,85	0,11	1,18	196	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Сыр твердый (брынза)	30	0,50	0,03	11,83	58,00	40,10	0,00	0,00	0,00	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	179	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Масло сливочное	10	0,08	7,20	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,30	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	0,00	179	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Чай зеленый	200	0,25	0,06	10,20	42,00	0,01	2,10	0,00	0,00	32,80	3,60	4,60	0,83	0,16	0,00	420	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Сыр из мяса пасечный	90	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,00	14,55	0,00	8,60	2,22	0,02	0,00	180	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Итого за завтрак:	550	14,72	17,05	88,14	559,29	46,71	2,1	921,92	23,36	168,15	79,36	42,67	3,87	0,31	2,08		
ОБЕД																	
Варенная курица (с кожей)	100	0,96	10,17	3,50	90,00	0,05	16,00	0,00	1,50	53,30	0,00	20,67	0,02	0,03	0,00	780	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Рисовая каша (с маслом)	250	2,94	10,12	25,40	108,00	0,10	16,75	0,00	0,20	39,40	55,25	28,35	1,18	0,06	0,08	122	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Булочка из кукурузы	100	12,00	7,00	6,00	196,00	0,02	0,00	5,94	7,84	6,94	10,16	10,48	0,80	0,03	2,00	180	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Масло сливочное	150	11,00	6,00	49,00	219,00	0,21	0,00	13,50	0,44	106,00	185,00	142,00	4,76	0,14	0,00	179	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Компот из яблок сухих	180	0,40	0,04	18,19	76,00	0,01	0,00	0,01	0,00	16,00	12,38	5,00	0,40	0,00	0,00	82-2	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Чай зеленый	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,14	4,70	0,00	2,80	0,24	0,01	0,00	180	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Сыр из мяса пасечный	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,04	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00	180	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Итого за обед:	840,00	32,30	35,23	129,29	847,40	0,56	34,01	19,45	12,16	300,94	300,69	216,79	8,77	0,28	4,89		
ПОЛДНИК																	
Рыб. филе (лосось)	200	12,67	6,98	17,70	224,00	19,20	23,04	0,07	0,29	56,16	79,68	45,36	2,16	1,08	0,24	114	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Овощной салат (с маслом)	100	1,12	0,12	0,12	16,00	0,02	2,00	0,00	0,04	9,20	0,00	5,60	0,24	0,04	0,00	179	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Варенная курица (с кожей)	200	0,01	0,00	13,66	66,00	0,00	1,83	0,00	0,12	4,64	2,67	3,18	0,11	0,01	0,18	416	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Чай зеленый	60	4,00	2,70	30,60	164,40	0,06	0,00	0,00	0,00	14,55	0,00	8,60	2,22	0,02	0,00	180	Для общ. образовательных организаций Кумы, 2016
Итого за полдник:	560,00	17,80	9,80	62,08	470,40	19,28	26,87	0,07	1,41	83,55	83,55	62,54	4,73	1,24	0,42		
Итого за завтрак:		47,62	52,28	217,43	1405,69	47,27	56,11	941,37	25,52	468,89	382,85	279,37	12,64	0,69	5,17		
Итого за обед:		50,16	45,63	191,17	1117,89	19,84	60,85	19,52	12,57	384,89	386,64	279,24	11,58	2,02	6,12		

Figure 4.31 a, b, c

Доп. 5. Класс

Виды работ	Высота				Уклон	Эксплуатационная стоимость	Итого				Материалы				Итого	Единица измерения	Всего работ	Всего работ	
	1	2	3	4			5	6	7	8	9	10	11	12					
	1	2	3	4			5	6	7	8	9	10	11	12					
Доп. 5 (продолжение)																			
ЗАНЯТИЕ																			
Восстановление тротуаров	172	10,96	3,72	22,51	356,15	0,03	1,20	0,08	0,14	13,78	59,80	20,58	0,01	0,01	0,06				
Курсы асфальта (включая)	90	0,00	0,06	18,18	71,00	0,01	2,31	0,00	0,12	6,21	4,63	4,05	0,12	0,01	5,73				
Материалы	10	0,08	7,20	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,01	0,01	0,02	0,01	5,96				
Работы по замене	100	0,76	0,80	8,00	47,00	0,01	18,00	18,00	0,20	44,00	190,00	23,00	0,10	0,80	3,10				
Восстановление на тротуарах	200	2,20	3,01	13,20	93,00	0,08	3,75	0,00	0,01	119,77	70,80	74,12	0,08	0,18	2,70				
Объем работ по замене	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,06	0,00	0,00	0,40	14,55	0,00	8,40	3,32	0,02	0,00				
Итого по разделу	550	18	18,59	82,37	751,64	0,18765	25,26	48,14	1,532	190,51	235,3	92,65	3,14	1,02165	4,25				
ОБЪЕКТ																			
Содержание территории с озеленением	100	1,00	3,00	10,33	52,00	0,00	38,30	0,30	0,15	31,00	55,00	16,00	0,05	0,00	0,00				
Содержание территории с озеленением	250	8,82	5,93	30,25	175,40	0,29	11,50	125,00	0,10	49,25	173,95	48,25	0,04	0,08	0,00				
Восстановление	90	15,30	7,90	10,80	153,90	0,02	0,40	0,70	0,11	9,00	258,75	12,00	1,08	0,20	0,40				
Пол из бетона	180	2,96	9,94	18,31	177,00	0,07	24,03	0,18	3,68	113,06	123,50	36,00	1,15	0,08	0,00				
Восстановление тротуаров	180	0,01	0,00	14,37	61,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,02	0,08	0,00				
Объем работ по замене	20	2,00	0,90	10,20	54,80	0,02	0,00	0,00	0,35	4,70	0,00	2,30	0,24	0,01	0,00				
Объем работ по замене	40	3,00	1,00	17,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,64	11,60	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00				
Итого по разделу	860	31,89	38,67	111,26	777,70	0,45	74,25	126,18	5,82	258,97	611,20	122,45	4,06	0,48	0,40				
ПОДЪЕМНИК																			
Содержание территории	100	8,00	1,00	3,00	105,00	0,01	4,25	0,05	0,00	19,00	211,00	21,00	0,48	0,01	0,00				
Восстановление	180	11,00	6,00	48,65	219,00	0,39	0,20	16,20	0,53	4,42	1,14	170,45	5,71	0,16	3,53				
Восстановление	20	0,16	0,02	15,96	62,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,20		0,00	0,00	0,00	0,00				
Содержание	200	0,00	0,00	10,00	90,00	0,02	4,00	0,08	0,20	14,00	14,00	6,00	2,80	0,02	0,40				
Восстановление	40	4,00	1,80	20,40	109,60	0,04	0,00	0,00	0,64	9,70	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00				
Итого по разделу	540	23,16	8,82	98,01	586,60	0,47	8,45	16,23	1,37	52,32	226,14	105,00	10,47	0,20	3,93				
Восстановление		49,69	49,26	195,63	1529,34	0,63	99,15	174,12	6,55	449,45	846,59	204,80	7,22	1,42	6,79				
Восстановление		54,23	59,49	269,27	1364,30	0,91	82,70	142,51	6,19	311,28	837,34	327,45	14,31	0,64	4,12				

Page 5 of 10

Приложение 1-12 к плану

Наименование	Выход	Белок	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины			Минеральные вещества				В1, мг	С, мг	Железо	Наименование сборника	
	г	г	г	г	ккал	В1, мг	С, мг	A, мкг	E, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг					Fe, мг
	Дети 5-10 лет																
ЗАВТРАК																	
Хлеб ржаной с отрубями	230	7,34	9,08	76,03	221,00	0,06	1,97	0,07	0,23	113,34	168,37	90,88	0,93	0,29	1,15	202	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Чай	200	0,20	0,00	0,00	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,22	8,24	4,44	0,85	0,01	0,06	430	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Кондитерское изделие печенье	30	2,50	1,50	18,00	118,50	0,05	0,06	0,01	0,00	7,50	3,60	5,67	0,84	0,01	0,23	509	Технологические инструкции по производству кондитерских изделий для питания детей и подростков школьного питания в образовательных коллективах. М 2006
Суп (первый)	20	4,60	5,80	0,00	72,00	0,00	0,14	52,00	0,10	44,89	39,06	7,00	0,20	0,04	0,06	181	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Молоко стерилизованное	10	0,08	7,20	0,08	54,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,35	0,00	0,02	0,01	0,00	174	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Хлеб из муки высшего сорта	60	4,00	3,70	30,60	144,40	0,06	0,00	0,00	0,00	14,55	0,90	8,40	2,72	0,02	0,00	181	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Итого за завтрак:	550	18,72	22,28	93,73	496,79	0,19	2,17	82,97	1,39	188,01	290,46	66,39	5,46	0,40	1,28		
ОБЕД																	
Викторина школьная	100	2,12	9,20	9,00	112,00	0,10	16,40	136,00	7,70	45,40	71,90	7,00	1,20	0,18	0,80		Сборник рецептов по профилактике для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Матвеева и В.А. Туполева. - М. Дашков, 2006
Пюре из картофеля со сметаной и укропом	250	4,23	7,88	6,40	83,00	0,06	17,38	178,25	1,60	32,07	45,33	20,34	0,18	0,04	0,00	117	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Паштет с маслом сливочным	200	17,71	17,02	56,60	388,00	0,32	0,00	40,00	0,29	85,12	1,08	49,40	4,76	0,28	0,00	304	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Каша из пшеницы с маслом	200	0,40	0,04	18,19	84,00	0,00	0,00	166,00	0,00	45,93	0,00	5,00	0,05	0,03	0,00	810	В.А.Туполева, Туполева, Москва 2022
Хлеб из муки высшего сорта	35	2,00	0,90	10,30	54,80	0,02	0,00	0,00	0,04	4,70	0,00	2,60	0,24	0,01	0,00	181	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,00	1,00	17,00	103,40	0,04	0,00	0,00	0,04	11,80	0,00	5,60	1,48	0,01	0,00	181	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Итого за обед:	810	29,48	37,84	117,39	835,46	0,75	34,08	468,25	38,54	224,09	118,83	89,94	7,87	0,53	0,88		
ПОЛДНИК																	
Сыр	160	9,37	8,26	51,22	308,20	0,14	0,00	0,00	0,00	82,40	144,48	22,39	1,04	0,05	0,08	407	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Сладкое молоко	30	3,00	2,55	16,65	96,00	0,01	0,12	12,60	0,06	92,10	0,76	10,20	0,06	0,12	0,00	171	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Булочки сдобные по сдобности	100	0,94	0,40	11,00	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	44,90	100,00	11,00	0,10	0,03	0,00	206	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Салат фруктовый	200	1,00	0,00	10,00	90,00	0,02	4,90	0,08	0,20	14,91	14,00	6,00	2,80	0,02	0,40		Сборник рецептов по профилактике для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Матвеева и В.А. Туполева. - М. Дашков, 2006
Хлеб из муки высшего сорта	60	4,00	1,80	20,40	164,40	0,06	0,00	0,00	0,00	14,55	0,90	8,40	2,72	0,02	0,00	181	Для общеобразовательных организаций Кучук, 2016
Итого за полдник:	550	16,41	12,01	88,27	705,60	0,26	14,12	12,68	2,64	247,85	259,24	37,99	6,32	0,24	0,48		
Итого за завтрак+обед:	46,20	54,42	211,12	1 516,19	8,94	36,78	558,32	21,83	412,18	349,29	258,33	22,83	8,82	3,89			
Итого за обед+полдник:	45,89	45,85	226,66	1 531,88	1,01	48,79	468,93	15,19	477,04	378,97	247,83	24,99	8,77	1,28			
Итого за завтрак+обед за 5 дней:	241,22	279,51	1 066,40	7 523,27	31,11	241,56	1 894,04	91,72	2 799,46	2 155,47	848,17	31,89	5,49	45,52			
Итого за обед+полдник за 5 дней:	231,87	226,27	1 031,62	7 147,34	49,68	346,57	797,62	81,39	2 144,12	2 972,39	1 023,04	35,45	6,37	41,82			
Итого за завтрак+обед за 10 дней:	465,62	519,44	2 060,99	15 259,73	38,49	341,62	4 573,16	118,78	5 796,97	7 282,27	1 865,90	124,51	22,49	45,52			
Итого за обед+полдник за 10 дней:	319,10	484,49	2 104,72	14 754,89	241,36	788,36	2 333,69	168,76	4 490,56	6 713,86	2 292,09	118,13	23,25	41,82			