Со ласовано: Эфиновская СОШ Левченко Т.10.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Шкуронатов П.А.

десятидневное меню

для организации бесплатного горячего питания обучающихся 5-11 классов (12-18 лет)с ОВЗ, инвалиды и дети инвалиды, находящиеся на совместном обучении (инклюзия)

на 2025-2026 учебный год (завтрак и обед)

стоимость на 1 ребенка 157 рублей 60 копеек

1 прием пищи

Наименование блюда	Выход	Пищ	евые вец	ества(г)	Энергериче														№ рецептуры
	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ская	B1	С	Α	D	B2	Са	P	Mg	K	I	Se	F	Fe	
					ценность														
					(ккал)		'												
						- 8	Д	ЕНЬ 1			_			'					
Каша жидкая молочная из																			Могильный
пшеничной крупы	200	7,4	11,5	48,3	326	0,12	0,6	16,4	0,07	0,15	124,9	104,7	16,65	227	50	33,1	0,21	0,374	2017год№182
Сыр порциями	15	3,8	4	0	51	0,006	0,16	46	0.15	0,05	200	128	9	13	0	2.18	0	0,2	тиот ильный 2017год
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34.8	13,2	30,87	1.33	2	0,057	0,8	Могильный
Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	0,022	0,54	9,107	0	0.17	112.6	104.6	27,9	220	12	2,29	0,38	0.922	Могильный 2017год№382
Фрукты свежие	100	0.4	0,4	9,8	47	0,03	10	0	0	0,03	16	11	9	278	2	0,3	0.08		Могильный
Итого за первый день	555	18.52	19,5	104,16	668,8	0,242	11,3	71.51	16.62	0,4	462,7	383,1	75,75	768,9	65.34	39.87	0,727	4,496	
							Д	ЕНЬ 2											
																			Могильный
Омлет запеченный с сыром	150		13,317	17,477	229,8			157,7	2,35	0,46	307,7	190,3	32,88	792	39	28,4	0.58		2017год №211
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,012	4,2	0	0	0,02	24,6	22,2	9	204	8,6	0.21	0.061	0.42	Могильный
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0.8	Могильный 2017год №376
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	0	0,05	8	28:	42	348	0,05	1	0,022		Могильный
Хлеб пшеничный	50	3,8	1,4	25,7	130,6		1	0	0	0	22,55	32,5	6	28,98	3,04	0.196			Могильный
Итого за второй день	560	16,57	20,557	83,797	585,8	0,292	34,693	157.7	2,35	0,54	374,8	281	95,88	792,8	50,69	29,81	0,757	4,754	

1	11	11	Ь	3

Шницель из мяса со																			Могильный
сметанным соусом	100	9.25	9,25	13,38	173,75	0,111	3,099	11,25	0,091	0,144	29,07	159,4	26,17	236,4	16.71	3,049	0,482	2.449	2017год №268
																			Могильный
Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217.8	0,18	26.1	0	0	0,14	21.6	97,2	39,6	754,8	32,04	0,38	0,48	1,44	2017год №310
Cozos un unavione i	100		_		0.4	0.00	2.1.1			0.00		20		4640	0.10	0.05	0.140		Могильный
Салат из квашеной капусты Хлеб ишеничный	100	1,3 3,16	0,4	19,32	94	0,02	24.1	0	0	0,03	51 9,2	30	13,2	464,3 30,87	0,43	0.95			2017год №47 Могильный
жиео иненичный	+(/	3,10	0,4	19,32	94	0.004	()		y v	U	9,2	34,8	13,2	30.87	1.55		0,057	0.8	Могильный
Чай с лимоном	207	0,3	0	15.2	60	0	2.2	0	0	0.01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0.8	2017год№377
Итого за третий день	627	17,61	23,83	84,52	629,55	0,375		11,25	0,091	0,324	126.9		101	1517	50,51			6,689	
								ЕНЬ 4											
Запеканка из творога с							_												Могильный
молоком сгущеным	210	15,36	13,73	31.3	337,65	0,09	0.6	36,36	0,19	0,36	206	333	42	193	35	47	0,6	0,96	2017год №223
																			Могильный
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	()	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0			2017год№376
Фрукты свежие Хлеб ишеничный	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	0	- "	0,03	35	17	11	155	0,3	0,1	0.15		Могильный
	40	3.04	1,12	20,56	104,48	0,062	0,8	0	0	0	18,04	26	4,8	23.18	2.43	0.157	0,075		Могильный
Итого за четвертый день	550	19,4	15,05	74,36	538,13	0,212	39.4	36,36	0,19	0,36	271	384	63,8	392	37.73	47,26	0,825	2,34	
							Д	ЕНЬ 5											
		т									• • • •								Могильный
Гулян 50/50	100	12,51	5,85	3.6	118,8	0,108	0	0	0,07	0,1	17,1	154,8	16,2	290,3	15.75	0,281	0,56	2.07	2017год №260
Каша гречневая			2,00	• • • •	110,0	0,100			0,07		1711	15 1,0	- 10,2		10170	0,201	0,50	2,07	Могильный
рассынчатая	180	8,04	12,72	59,76	385,2	0,29	0	43,2	0,11	0,14	20,22	246,7	163,2	262,8	26,4	4,22	0,19	5,5	2017год №70
											-								Могильный
Мармелад	15	0,015	0	11,91	48,15	0	()	0	0	0:	0,6	0,15	0,3	4	0	0	0	0,06	2017год №312
	1													ĺ					Могильный
Чай с лимоном	207	0,2	0	15.2	60	0	2.2	0	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0,8	2017год №377
Хлеб ппісничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	0	0	0	0	11,5	,-	16,5	38,63	1,88	0.261	0,13	1	Могильный
Итого за пятый день	552	24,72	19,07	114,62	729,65	0,478	2.2	43.2	0,18	0,25	65,42	453,2	202,2	625.9	44.03	4,782	1,68	9,43	

-	TTO:	гτ	т .	-
- 1	- ⊢	ı-ı	ь	n

Могильный 4 2017год №182
Могильный 2 2017год
Могильный 2 2017год
Могильный 2 2017год№382
Могильный
5
Могильный 2017год №229
Могильный 7 2017год №304
Могильный 3 2017год №52
Могильный 3 2017год№376
Могильный
l l
Могильный 2017год №255
Могильный 2 2017год №312
Могильный 3 2017год№376
2

9,2

4,2

1,85 103,4 384,8 72,27

34,8

2,2 0,067

13.2 30,87

22

1,33

1052 108,7 35,82 2,777

0

0

19,42 5245 0,135

0,05

2 0,057

0

0,8 Могильный 0,32 Могильный

8,12

Хлеб пшеничный

Итого за восьмой день

Печенье

0.4

0

19

40

20

550

3,16

0,1

20,84

19,32

16

80,4

94 0,064

577 1.455

64,8

ДЕНЬ 9

Котлеты рубленые из итицы																			Могильный
со сметанным соусом	100	12,92	9,59	13,28	161.407	0.096	2,597	34,78	0	0,06	22,19	89,95	14,22	175	13,84	12,98	0.741	0,915	2017год №294
Макаронные изделия																			Могильный
отварные	180	6,46	7,54	43,78	269,14	0,07	0	0	0,083	0,04	14,4	40,8	9.6	64,6	25,2	0.07	0.14	0,96	2017год№309
																			Могильный
Икра кабачковая	100	1,69	8,9	7,7	119	0,02	7	0	0	0,03	41	37	15	340	14,3	0,35	0,101	0.7	2017год
																			Могильный
Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	0	0.01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0,8	2017год№377
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0.064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,057	0,8	Могильный
Итого за девятый день	627	24,43	26,43	99,28	703.547	0,25	11,797	34,78	0.083	0,14	102,8	210,6	58.02	640,7	54,67	15,42	1.739	4,175	

	Ų2.	2 1, 10	20,13	77,20	7052517	0,23	11,101	51.70	0.005	0,11	102,0	210,0	30.02	0.0,7	51,07	10,12	1.757	1,175	
							ДІ	ЕНЬ 10											
Каша молочная"Дружба"	245	8,2	11,62	48,26	325.74	0,12	0,66	55,24	0.09	0,14	183,3	176	40.85	192,3	61,25	5	0.38	0,9	Азбука питания 2002 г №46
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0.01	12	8	6	20,8	0	0	0		Могильный 2017год№382
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	1	70.5	0.048	0	0	0	0	6,9	26,1	9.9	23,18	1,125	0,157			Могильный
Пряник домашний	60	4,87	8,58	39,58	256.1	0,072	0	4,875	0	0,05	174,9	67,86		74,1	0	0	0.578	0,975	Могильный
Итого за десятый день	545	15,64	20,5	117,33	710.34	0,24	0,66	60,11	0.09	0,2	337,1	278	72,48	310,4	62,37	5,15	1.03	3,27	
Итого за завтрак		190,1	198,95	935,6	6126	4.04	207,14	5769	20,22	4,59	2013	3231	897	7451	724,3	220,9	13,86	51,39	
Среднее значение за завт	грак	19,01	19,89	, .			20.7	576.9		0,46		323,1	89,7	745,1	72,43	22,09			
Соотношение БЖУ в % с		12%	28%							,	,	ŕ			1				
Выполнение СанНиН 2020г	,	23%	23%	25%	24,25%	22,60%	30,98%	81,99%	20,10%	31,71%	16,90%	26,61%	31,58%	60,07%	66%	66%	44%	38,91%	
Выполнение МР.% от суточной н	•	22%	23,10%	27%	25°°°	19%	22%	74%	18%	19%	16%	21%	28%	55%	63%	63%	40%	35%	
Среднесуточная потребно пищевых веществах за завт обучающихся 7-11 лет по С 2.3/2.4.3590-20	рак для	18-22,5	18.4-23	76,6-95,75	544-680	0.28-0,1	14,0-17,5	180-225	2-2.5	0,32-0,4	240-30(240-30(60-75	240-300	0,02	0,01	0.6-0,75	2,4-3,0	
Потребность в пищевых вен для обучающихся 7-11ле	т по																		
СанПиН 2.3/2.4.3590-2	20	90	92	383		-7.	70		10		1200	1200	300	1200	0,1	0,05	-	18	
Коэффициент потерь		0,8	0,9			0,8	0,7	0,9	0.9	0,93	0,95	0.8	0.9	24	12	12	0.3	0,9	
МР+потери		78,8	77,8			1,4	85,7	777,8	10.9	2,3	1158	1375	277.8	836	0,1	0,1	3,3	13,3	-
Распределение ЭЦ	Завтрак		24.25%	при норме	20-25%														

2 прием пищи

Наименование блюда	Выход	Пище	вые вец	цества(г)	Энергериче														№ рецептуры
	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ская	В1	С	Λ	D	B2	Ca	P	Mg	K	I	Se	F	Fe	
							Л	ЕНЬ 1		-									
												_							
Огурцы	100	0.0	0.2	2.2	10	0.00		_		0.02	22	2.1	,,	141.5	2	0.3	0.15		Могильный
соленые(порционно)	100	0.8	0,2	3,2	18	0,02	5	5	- 0	0,03	23	24	14	141,7	3	0.3	0.17		2017год
Борщ с капустой и	250(10		10.00				21.01		<u> </u>			00.01	20.20	22= (21.0	0.40	0.05		Могильный
картофелем со сметаной	250/10	6.4	10,03	11,55	171,04	0,078	21,04	15,58	0	0,055	57,75	89,94	30,28	327,6	21.3	0.49	0.27		2017год№82
Биточки с соусом томатным	100	9.25	9,25	13,38	173,75	0,111	3,099	11,25	0,082	0,12	29,07	159.4	26,17	263,6	15,54	3.08	0,487		Кучма 2016 год№309
Макаронные изделия																			Могильный
отварные с маслом	180	6,46	7,54	43,78	269,14	0,072	0	0	0.108	0,036	14,4	40.8	9,6	64,56	25,2	0.072	0,14	0,96	2017год№309
																			Могильный
Компот из свежих плодов	200	0.16	0	29	116,6	0,004	1,555	()	0	0,01	2,489	1,711	1,4	92,5	0,8	0.1	0,032	0,28	2017год№342
Хлеб пшеничный	50	3.95	0,5	24,15	117,5	0,08	0	0	0	0	11,5	43,5	16,5	38,59	1,66	2,5	0,072	1	Могильный
Хлеб ржано-ппленичный	30	1.98	0,36	11,892	59,4	0,051	0	0	0	0	8,7	45	14.1	73,2	0,96	1,65	0,072	1,17	Могильный
Итого за первый день	920	29	27,88	136,95	925,43	0,416	30,69	31.83	0,19	0,251	146,9	404,4	112,1	1002	68,46	8.192	1,242	7,844	
							Д)	ЕНЬ 2											
							, ,					-							
																			Могильный
Салат из свеклы отварной	100	1,425	6,755	8.36	99,84	0,018	19,8	1,14	0	0,03	35,15	40,98	20,9	227	20	0.58	0,018		2017год №212
Суп картофельный с																			Могильный
бобовыми	250	9.83	8,88	16,8	163,75	1,41	11,17	750	0,083	0,07	56,5	86,25	30	478	20	2.5	0,36		2017год№102
Рыба тушеная в томате с		Ì																	Могильный
овощами	100	10.6	5,1	5,6	112	0,119	3,73	11,74	1,47	0,086	27,29	96,05	26,36	427,1	144,3	12.31	0,631		2017год №382
								į											Могильный
Пюре картофельное	180	3.78	8,1	26,28	196,2	0,18	6,72	4.8	0.11	0,13	48	100,8	36	750	33,6	0,94	0,73		2017год №312
																			Могильный
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0		2017год №376
Хлеб ржано- пшеничный	30	1.98	0,36	11,892	59,4	0,051	0	0	0	0	8,7	45	14,1	73,2	0,96	1.65	0,072		Могильный
Хлеб пшеничный	50	3.95	0,5	24,15	117,5	0,08	0	0	0	0	11,5	43,5	16,5	38,59	1,66	2,5	0,072		Могильный
Итого за второй день	910	31.76	29,7	108,09	806,69	1,858	41,42	766,5	1,663	0,326	188,5	420,6	172	2015	220,5	20.48	2,033	10,82	

					·		Д	ШЬ 3											
Салат из квашеной капусты	1 00	1,3	5	8	84	0,02	24.1	0	0,06	0,03	51	30	16	269	0.26	0,57	0,886	12	Могильный 2017год №47
Рассольник Ленинградский	250	6,118	6,319	17,443	151,883	0,123	17,16	7,5	0	0,065	29,74	96,24	30,85	418.8	20.75	0,942	0,035	1,26	Могильный 2017год № 96
Плов из птицы	200	14,9	19	24.1	327	0,14	4,6	13.58	0,16	0	22,36	245,5	50,12	383	40	27,5	0,169	1.498	Могильный 2017год №291
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,02	0.8	0	0	0	32	29,2	21	0,17	0	0	0	0.7	Могильный 2017год№349
Хлеб писничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0.08	()	0			11.5	43.5	16,5	38.59	1.66	2,5			201710дл⊵349 Могильный
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	11,892	59,4		0	0			8.7	45	14,1	73,2	0.96	1,65	0.072		Могильный
Итого за третий день	830	28.848	31,179	116.985	863,783	0,434	46,74	21,08	0,226	0,095	155.3	489,4		1183	63.63	33,16	1.234	6,828	
							Д	ЕНЬ 4											
																			Могильный
Икра кабачковая	100	1,9	8,9	7,7	119	0,02	7	0	0	0,03	41	37	15	340	14.33	0,35	0,101	0,7	2017год
Суп картофельный с макароппыми изделиями	250	7,66	8,58	17,14	176,14	0,16	8,56	122	0,18	0,058	25,04	137,5	33,94	513	21	0,29	0,041	1,799	Могильный 2017год№112
Тефтели куриные	100	9,556	10,854	10,742	179,34	0,107	2,88	38,64	0,02	0,06	24,65	99,94	15,8	171,4	12.8	14,36	0,08	1.016	Могильный 2017год№279
Капуста тушеная	180	4,67	6,425	25,526	135,24	0,134	30,88	33,6	0,21	0,07	145	109,3	55,34	607,2	30	0,84	0,035	2,196	Могильный 2017год№221
Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0.81	Могильный 2017год№377
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,892	59,4	0,051	0	0	0	0,01	8.7	45	14,1	73.2	0.96	1,65	0,072		Могильный
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	0	0	0	0	11.5	43,5	16,5	38.59	1.66	2,5	0.072	1	Могильный
Итого за четвертый день	917	29,8	35,62	112,36	846,62	0,552	51,52	204,3	0,413	0,228	271.8	480,2	156,7	1774	80.75	20,01	1,101	8,681	
							Д	ЕНЬ 5											
		· I					1	81											Могильный
Винегрет овощной	100	1,273	10,165	7,425	127,24	0,05	9,5	0	0	0,016	22,8	41,93	19,25	213,3	13.17	0,23	0,02		2017год №67
Суп картофельный с крупой(рисовый)	250	2,5	3	18,3	113		2	10	0,083		14,25	43	15,5	169,5	18.35	1,49	0,023		Кучма 2016год №133
Шницель со сметанным соусом	100	9,25	9,25	13,38	173,75	·	3.099	11,25	0,091	0,144	29,07	159,4		251,9	21,3	3,625	0.051		Могильный 2017год №268
Картофель отварной	180	3.6	9,18	28,62	217,8	0,111	26.1	0	0,079	0,14	21,6	97,2	39,6	751	7.75	0,465	0.067		Могильный 2017год №310
Компот из свежих плодов	200	0.16	0	29		0,004	1.555	0	0,079	0,01	2,489	1,711	1,4	92,5	0.8	0,403	0.003		Могильный 2017год №377

Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0.36	11.892	59.4	0,051	()	0	0	0	8,7	45	14,1	73,2	0.96	1,65	0,072	1 17	Могильный
Хлеб пленичный	50	3,95	0,50	24,15	117.5	0,031	0	0	0	0	11,5	43,5	16.5	38,59	1.66	2,5	0,072		Могильный Могильный
Итого за пятый день		22,713	32,455	132,767	925,29	0,634	42.35	21,25	0,253				1	1608	63.99			7,635	IVIOT IMBIIDIN
THE SECTION OF THE SE	710	22,713	32,433	132.707	923,29	0,034		21,23 ЕНЬ 6	0,233	0,576	110,4	431,/	132,3	1008	03.99	10,00	0,51	7,033	
							2.0	JID 0											
Помидоры																			Могильный
соленые(порционно)	100	1,2	0,2	5.6	30	0,04	10	50	0	0,03	23	24	14:	290	2	0,4	0,02	0,6	2017год
Борщ с фасолью и																			Могильный
картофелем со сметаной	260	8,139	7,496	16,981	169,988	0,13	14.04	15,58	0	0,064	61.99	135,7	39,04	393	22,04	2,62	0,032		2017год №84
E 50/50			4 4 - 0																Могильный
Гуляш 50/50	100	14,55	16,79	2.89	221	0,108	0,92	0	0,068	0,1	21.8	154,8	22,3	290,3	15.75	0,28	0,056		2017год№260
Каша гречневая	1.00	0.04	12.72	50.77	205.2	0.00		40.0	0.11	0.14	20.02	246.5	160.0	262.0	26.1	4.00	0.010		Могильный
рассынчатая	180	8,04	12,72	59.76	385,2	0,29	()	43,2	0,11	0,14	20,22	246,7	163,2	262,8	26,4	4,22	0,019	- 7 . 7	2017год№302
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0			Могильный 2017год№376
Хлеб ишеничный	40	3,95	0,5	24.15	117,5	0,08	0	0	0	0,01	11.5	43,5	16,5	38,59	1.66	2,5	0,072	. ,	201710дл <u>ч</u> 370 Могильный
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11.892	59,4	0,051	0	0	0	0	8.7	45	14,1	73,2	0.96	1,65	0,072		Могильный
Итого за шестой день	910	38.05	38,07	136,28	1041,088		24.96	108.8	0,178	0,344			275.1	1348	68,81	11.67		13,12	
			- 1				ЛІ	:НЬ 7						<u>-</u>	1		l		
							£ 5°	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,											
																			Могильный
Салат из свеклы отварной	100	1,425	6755	0.26															
Curr romandoru		,	6,755	8.36	99,84	0,018	7.7	0	0	0,03	35.15	40,98	20,9	226,6	20	0,58	0,018	1,33	2017год №52
				8,36		0,018	7.7	0	-	0,03	35,15				20			- 4	
Сун картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23.85	163,75	1,41	9.33	750	0,083	0,03	35,15 56,5	40,98 86,25	20,9	226,6 478	20 20	0,58 2,5		2,25	2017год №52 Могильный 2017год№102
бобовыми		5,08	5,35	23.85	163,75	1,41	9.33	750	0,083	0,07	56,5	86,25	30	478	20	2,5	0,036	2,25	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный
бобовыми Плов из птицы	250 200					,		750	-	,	56,5	86,25					0,036	2,25	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси	200	5,08	5,35	23.85	163,75	0,14	9.33	750 13,58	0,083	0.07	56.5 22.36	86,25	30 50,12	478 383	20 40	2,5	0,036	2,25	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный
бобовыми Плов из птицы Компот из смеси сухофруктов	200	5,08 14,9 0,6	5,35	23,85	163,75 327 124	0,14	9.33 4.6 0.8	750 13,58 0	0,083	0.07	56.5 22.36 32	86,25 245,5 29,2	30 50,12 21	478 383 0,17	20 40 0	2,5	0,036	2,25 1,498	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	200 200 50	5,08 14,9 0,6 3,95	5,35 19 0 0,5	23.85 24.1 31.4 24.15	163,75 327 124 117,5	0,14 0,02 0,08	9.33 4.6 0.8	750 13,58 0 0	0,083	0.07	56.5 22.36 32 11.5	86,25 245,5 29,2 43,5	30 50,12 21 16,5	478 383 0,17 38,59	20 40 0 1.66	2,5 27,5 0 2,5	0.036 0,169 0 0,072	2.25 1.498 0,7	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный	200 200 50 30	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98	5,35 19 0 0,5 0,36	23.85 24.1 31.4 24.15 11.892	163,75 327 124 117,5 59,4	0,14 0,02 0,08 0,051	9.33 4.6 0.8 0	750 13,58 0 0	0,083 0,066 0 0	0.07	56.5 22.36 32 11.5 8.7	86,25 245,5 29,2 43,5 45	30 50,12 21 16,5 14,1	478 383 0,17 38,59 73,2	20 40 0 1.66 0.96	2,5 27,5 0 2,5 1,65	0,036 0,169 0 0,072 0,072	2,25 1,498 0,7 1 1,17	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный	200 200 50 30	5,08 14,9 0,6 3,95	5,35 19 0 0,5	23.85 24.1 31.4 24.15	163,75 327 124 117,5	0,14 0,02 0,08	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43	750 13,58 0 0 0 763,6	0,083	0.07	56.5 22.36 32 11.5 8.7	86,25 245,5 29,2 43,5 45	30 50,12 21 16,5	478 383 0,17 38,59	20 40 0 1.66	2,5 27,5 0 2,5	0,036 0,169 0 0,072 0,072	2.25 1.498 0,7	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный
	200 200 50 30	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98	5,35 19 0 0,5 0,36	23.85 24.1 31.4 24.15 11.892	163,75 327 124 117,5 59,4	0,14 0,02 0,08 0,051	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43	750 13,58 0 0	0,083 0,066 0 0	0.07	56.5 22.36 32 11.5 8.7	86,25 245,5 29,2 43,5 45	30 50,12 21 16,5 14,1	478 383 0,17 38,59 73,2	20 40 0 1.66 0.96	2,5 27,5 0 2,5 1,65	0,036 0,169 0 0,072 0,072	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный Йтого за седьмой день	200 200 50 30 830	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98 27,935	5,35 19 0 0,5 0,36 31,965	23.85 24.1 31.4 24.15 11,892 123,752	163,75 327 124 117,5 59,4 891,49	0,14 0,02 0.08 0.051 1,719	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43	750 13,58 0 0 0 763,6	0,083 0,066 0 0 0 0,149	0.07 0.08 0 0 0 0,18	56.5 22.36 32 11.5 8.7 166,2	86,25 245,5 29,2 43,5 45 490,4	30 50,12 21 16,5 14,1 152,6	478 383 0,17 38,59 73,2 1199	20 40 0 1.66 0.96 82.62	2,5 27,5 0 2,5 1,65 34,73	0.036 0,169 0 0,072 0,072 0,072	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный Могильный
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный Йтого за седьмой день Салат из квашеной капусты	200 200 50 30	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98	5,35 19 0 0,5 0,36	23.85 24.1 31.4 24.15 11.892	163,75 327 124 117,5 59,4	0,14 0,02 0,08 0,051	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43	750 13,58 0 0 0 763,6	0,083 0,066 0 0	0.07	56.5 22.36 32 11.5 8.7	86,25 245,5 29,2 43,5 45	30 50,12 21 16,5 14,1	478 383 0,17 38,59 73,2	20 40 0 1.66 0.96	2,5 27,5 0 2,5 1,65	0,036 0,169 0 0,072 0,072	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный Могильный
Плов из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный Итого за седьмой день Салат из квашеной капусты Сун картофельный с	200 200 50 30 830	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98 27,935	5,35 19 0 0,5 0,36 31,965	23.85 24.1 31.4 24.15 11,892 123,752	163,75 327 124 117,5 59,4 891,49	1,41 0,14 0,02 0,08 0,051 1,719	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43 Д1	750 13,58 0 0 0 763,6 ЕНЬ 8	0,083 0,066 0 0 0 0,149	0,07 0,08 0 0 0,18	56.5 22.36 32 11.5 8.7 166.2	86,25 245,5 29,2 43,5 45 490,4	30 50,12 21 16,5 14,1 152,6	478 383 0,17 38,59 73,2 1199	20 40 0 1.66 0.96 82.62	2,5 27,5 0 2,5 1,65 34,73	0.036 0,169 0 0,072 0,072 0,367	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный Могильный 2017год №47 Могильный
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный Итого за седьмой день Салат из квашеной капусты Сун картофельный с	200 200 50 30 830	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98 27,935	5,35 19 0 0,5 0,36 31,965	23.85 24.1 31.4 24.15 11,892 123,752	163,75 327 124 117,5 59,4 891,49	0,14 0,02 0.08 0.051 1,719	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43	750 13,58 0 0 0 763,6	0,083 0,066 0 0 0 0,149	0.07 0.08 0 0 0 0,18	56.5 22.36 32 11.5 8.7 166,2	86,25 245,5 29,2 43,5 45 490,4	30 50,12 21 16,5 14,1 152,6	478 383 0,17 38,59 73,2 1199	20 40 0 1.66 0.96 82.62	2,5 27,5 0 2,5 1,65 34,73	0.036 0,169 0 0,072 0,072 0,367	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный Могильный 2017год №47 Могильный 2017год №47
бобовыми Плов из птицы Комнот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано- пшеничный	200 200 50 30 830	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98 27,935	5,35 19 0 0,5 0,36 31,965	23.85 24.1 31.4 24.15 11.892 123.752 8 20.561	163,75 327 124 117,5 59,4 891,49 84 149,322	0,14 0,02 0,08 0,051 1,719	9.33 4.6 0.8 0 0 22,43 At 24.1	750 13,58 0 0 0 763,6 8Hb 8 0 30,63	0,083 0,066 0 0 0,149 0.06 0,083	0.07 0.08 0 0 0,18 0.03 0,058	56.5 22.36 32 11.5 8.7 166.2	86,25 245,5 29,2 43,5 45 490,4 30 137.5	30 50,12 21 16,5 14,1 152,6 16 33,94	478 383 0,17 38,59 73,2 1199 269 513	20 40 0 1.66 0.96 82.62	2,5 27,5 0 2,5 1,65 34,73 0,57 0,29	0.036 0,169 0 0,072 0,072 0,367 0,886 0,041	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный Могильный 2017год №47 Могильный 2017год №112 Могильный
Бобовыми Плов из птицы Компот из смеси сухофруктов Клеб пшеничный Клеб ржано- пшеничный Итого за седьмой день Салат из квашеной капусты Сун картофельный с макаронными изделиями	200 200 50 30 830 100 250	5,08 14,9 0,6 3,95 1,98 27,935	5,35 19 0 0,5 0,36 31,965	23.85 24.1 31.4 24.15 11,892 123,752	163,75 327 124 117,5 59,4 891,49	1,41 0,14 0,02 0,08 0,051 1,719	9.33 4.6 0.8 0 0 22.43 Д1	750 13,58 0 0 0 763,6 ЕНЬ 8	0,083 0,066 0 0 0 0,149	0,07 0,08 0 0 0,18	56.5 22.36 32 11.5 8.7 166.2	86,25 245,5 29,2 43,5 45 490,4	30 50,12 21 16,5 14,1 152,6	478 383 0,17 38,59 73,2 1199	20 40 0 1.66 0.96 82.62	2,5 27,5 0 2,5 1,65 34,73	0.036 0.169 0 0,072 0,072 0,367 0,886 0.041	2,25 1,498 0,7 1 1,17 7,948 1,2 1,799 0,638	2017год №52 Могильный 2017год№102 Могильный 2017год№291 Могильный 2017год№349 Могильный Могильный 2017год №47 Могильный 2017год №47

	т —	1		1							T		т 1			1		-	
Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	- 0	0,01	16	8	6	30.2	0	0,02	0.7	0.8	Могильный 2017год№376
Хлеб пшеничный	50	3,95	0.5	24,15	117.5	0.08	0	0	0	0	11,5	43,5	16.5	38,59	1,66	2,5	0.072	1	Могильный
Хлеб ржано-пшенный	30,00	1,98	0.36	11,892	59.4	0,051	0	0	()	0	8,7	45	14.1	73.2	0,96	1,65	0.072	1,17	Могильный
Итого за восьмой тень	917	27.403	+0.686	136,783	1025.32	0,465	51,92	34,51	0.394	0,191	188,7	496,3	131.9	1259	72,08	7,87	1.133	7,658	
							Д	ЕНЬ 9		,						·			
							Ι							-					Могильный
Икра кабачковая	100	1,9	8.9	7,7	119	0,02	7	0	0	0,03	41	37	15	340	14,33	0.35	0.101	0,7	2017год
Суп картофельный																			Кучма
крупой(пшенная)	250	2,2	2.83	20,58	116.5	0,248	10,88	6,21	0,083	0,061	38,9	256,3	118.1	169.5	18,35	1,49	0,023	3,005	2016год№133
Жаркое по-домашисму	200	18,51	22,273	20,814	343,63	0,59	8,9	0	().()8	0,19	40,1	216	51.67	821	45	0,4	0.099	-17 + 1	Могильный 2017год №259
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	29	116.6	0.004	1,555	0	0	0.01	2,489	1,711	1,4!	92,5	0,8	0.1	0.003		Могильный 2017год№342
Хлеб ржано-пшень ньй	30	1,98	0.36	11.892	591	0.051	, 0	0		0.	8,7	45	14.1	73,2	0,96	1.65	0.072	1	Могильный
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117.5	0.08				0	11.5	43,5	16.5	38,59	1,66	2,5	0.072	1.17	Могильный
Итого за девятый мень	830	28,7	34.863	114,136	872.63	0,993	28,33		0.163	0,291	142,7	599,5		1535	81,1	6.49	0.37	11.22	
Винегрет овощноп	100	1,273	10.165	7,425	127.24	0,05	9,5	0	0	0,016	22,8	41,93	19.25	213,3	13,17	0,23	0.02		Могильный 2017год№67
Винегрет овощной Щи из свежей капусты с	100	1,273	10.165	7,425	127.24	0,05	9,5	0	0	0,016	22,8	41,93	19.25	213,3	13,17	0,23	0.02		2017год№67 Могильный
картофелем со сметаной	250/10	2,759	7.692	12,397	131.42	0,089	40,18	8.05	0	0,042	63,72	69,62	29,34	321,2	19,8	0,47	0.024	1,087	2017год№88
Птица тушеная в сметанном соусе	100	13,3	17.1	1,67	221	0,14	0	27,3	0.12	0,074	9,1	126	J 4	45,3	0	0	0		Могильный 2017год№292
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196.2	0,18	6,72	4,8	0,11	0,13	48	100,8	36	750	33,6	0,94	0.88	1,2	Могильный 2017год№312
Чай с сахаром	200	0.2	0	15	58	0	0	0	0	0.01	12	8	6	20,8	0	0	0	0.8	Могильный 2017год№376
Хлеб пшеничный	50	3,95	(),5	24,15	117.5	0.08	0	0	()	0	11,5	43.5	16,5	35.59	1,66	2,5	0.072	1.17	Могильный
Хлеб ржано- пшепичный	30	1,98	0.36	11,892	59,4	0,051	0	0	()	0	8,7	45	14.1	73,2	0,96	1,65	0,072	1	Могильный
Итого за десятый лень	920	27,242		98,814	910.76	0,59	56,4	40,15	0,23	0,272	,		135.19	1462	69,19	5,79		7,013	_
Итого	за обед	291,45	346,33	1216.91	9134.43	8,36	365,47	1897	32.25	2,556	1507	4527	1605.1	14385	871,15	158,45	9,2	83,51	
Среднее значение	за обед	29,14	34,63	121,69	913,44	0,836	36,54	189,7	3.2	0,256	150,7	452,7	160,51	1438,5	87,11	15,85	0,92	8,351	
Соотношение БЖУ в %	от ЭЦ	13%	33%	54%															
Выполнение Са		31%	35%	31%	32,37° a	63,05%	68,77%	21,94%	1.97%	16,49%	12,44%	37,74%	52.66° o	101,04%	75,16%	47,36%	21.12%	57,47%	
Выполнение МР. % от су	точной	31%	35%	33%	33%	50%	48%	20%	20 0	10%	12%	30%	47° o	13%	63%	43%	19%	52%	
Среднесуточная потреб	ность в	27-31,5	27.6-32.2	114,9-134,05	816-952	(),42-0,49	21-24,5	270-315	3-3.5	0,48-0,56	360-420	360-420	90-105	360-420	0,03-0,035	0,015-0,173	1,2-1.4	5,4-6,3	
Потребность в пи	щевых	90	92	383	2720	1,4	70	900	10	1,6	1200	1200	300	1200	0,1	0,05	4	18	
Коэффициент потерь		0.8	0,9	0,97		0,8	0,7	0,9	0,9	0.93	0,95	0,8	0.9	24	12	12	0,3	0,9	

МР+потери	78.8	7.7.8	314.4	2272,7	1,4	85.7	777.8	10,9	2.3	157,9	1375 277,8 8360	0.1	0,1	3,3	13.3
Распределение ЭЦ			Горма												
	Обед	32,37% 3	0-35%												