

«УТВЕРЖДАЮ»:



Директор ОУ

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

для организации 2-х разового питания учащихся муниципальных
общеобразовательных учреждений Нижневартовского района
(7 - 11 лет)
ВАРИАНТ II

«РАЗРАБОТАНО»

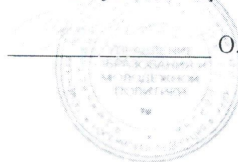
Директор муниципального автономного
учреждения дополнительного образования
«Спектр»



Сорокина

«СОГЛАСОВАНО»

Исполняющий обязанности начальника
управления образования и молодежной
политики администрации
Нижневартовского района



О. В. Бардина

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ
 (7 - 11 лет)
 БАЛКАР 2
 Для организации 2-х разового питания учащихся муниципальных общеобразовательных учреждений Инженерного района

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептурного типа	Сборник рецептур							
		Белки, г	Жиры, г		Вит. А, мкг	Вит. В1, мкг	Вит. В2, мкг	Вит. В6, мкг	Вит. В12, мкг	Сод. магн., мкг	Сод. фосф., мкг	Сод. калия, мкг	Сод. натрия, мкг	Сод. кальция, мкг	Сод. железа, мкг										
Завтрак																									
КАША ПШЕНИЧНАЯ СЛИВОЧНО-САХАРНАЯ	200	5,6	7,6	242,1	0,05	0,50	0,05	0,33	0,10	0,13	0,10	0,13	0,00	107,05	30,64	127,54	0,31	0,99	54,50	183,55	9,25	0,02	0,01	184	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ СЛИВОЧНО-САХАРНАЯ	50	3,9	7,6	205,7	0,05	0,09	0,05	0,18	0,13	0,04	0,00	23,07	6,68	38,65	0,25	0,20	13,60	0,25	0,20	13,60	0,25	0,20	13,60	425	2011
КАША ПШЕНИЧНАЯ СЛИВОЧНО-САХАРНАЯ	200	1,4	1,2	15,9	0,01	0,28	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	55,38	5,55	38,65	0,25	0,20	13,60	0,25	0,20	13,60	378	2011	
КАША ПШЕНИЧНАЯ СЛИВОЧНО-САХАРНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	0,02	5,00	0,00	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	16,00	16,00	2,00	0,19	14,00	156,00	1,00	0,01	0,00	114,422	2022		
Всего за завтрак:	550	11,3	17,1	573,2	0,13	5,80	0,13	0,89	0,23	0,26	0,20	0,26	0,00	204,50	56,08	216,89	2,96	1,99	103,80	444,07	16,56	0,04	0,02		
Обед																									
СОСИСАМИ НА КУКУРУЗНОМ МАСЛЕ С ОВОЩАМИ	60	1,1	0,1	2,4	0,03	7,24	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	20,92	19,96	28,70	0,02	0,00	666,38	259,89	0,00	0,00	0,00	70	2014
СОСИСАМИ НА КУКУРУЗНОМ МАСЛЕ С ОВОЩАМИ	200/5	5,1	5,2	14,1	0,10	4,65	0,24	0,80	0,03	0,08	0,39	28,50	34,40	84,29	1,46	0,99	18,89	0,99	0,99	18,89	0,99	0,99	18,89	425	2011
СОСИСАМИ НА КУКУРУЗНОМ МАСЛЕ С ОВОЩАМИ	200	13,0	28,9	34,7	0,28	1,39	0,24	0,00	0,11	0,00	19,80	40,55	12,60	2,52	0,84	12,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
СОСИСАМИ НА КУКУРУЗНОМ МАСЛЕ С ОВОЩАМИ	45	3,4	0,3	22,6	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	16,35	14,65	37,80	0,46	0,33	22,70	56,05	0,00	0,01	0,00	114,422	2022
СОСИСАМИ НА КУКУРУЗНОМ МАСЛЕ С ОВОЩАМИ	55	3,6	0,5	23,3	0,10	0,00	0,00	1,21	0,00	0,04	0,00	9,90	10,45	47,85	2,20	0,67	299,85	74,80	3,08	0,00	0,00	114,422	2022		
Всего за обед:	785	27,2	35,1	119,7	0,80	14,88	0,46	6,03	0,03	0,30	0,39	100,23	127,07	374,62	9,68	4,28	1 295,55	1 358,53	16,57	0,11	0,01				
Всего за день:	36,4	52,1	210,3	1 479,8	0,73	20,73	0,59	6,91	0,26	0,56	0,39	304,72	183,15	594,51	12,64	5,98	1 399,35	1 842,55	33,13	0,15	0,03				

3 день

Группа птиц, наименование бройла	Месяц рождения	Плывательная способность		Зерновые корма, кг/сут.	Витаминизация										Минеральные вещества										№ партии	Содержание
		Единица, г	Жир, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	В12, мкг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мкг	Se, мкг					
Заявка																										
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	2005	6,4	6,3	43,6	285,3	0,14	0,78	0,04	0,83	0,08	0,19	0,00	164,32	44,56	188,89	0,99	1,31	81,02	292,93	14,84	0,02	0,00	239	2008		
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	40	5,1	4,6	0,3	65,3	0,03	0,13	0,81	0,89	0,18	0,21	22,17	4,84	77,38	1,01	0,45	54,00	96,42	8,06	0,02	0,01	213	2008			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	30	2,4	0,3	14,7	71,4	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,90	10,20	26,70	0,60	0,16	128,10	40,80	1,08	0,00	0,00	1022	2008			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	15/15/7	0,1	0,0	12,6	52,6	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,88	1,39	0,06	0,01	2,12	12,21	0,00	0,00	0,00	TK № 431	2008			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	20	0,6	0,7	15,6	70,8	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	3,26	2,06	7,20	0,30	0,00	8,80	28,00	0,00	0,00	0,00	TK № 1022	2008		
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША (Валент, Греница, Шопот, Конфет, Зарфа, Печенка)	502	16,5	14,1	86,8	542,4	0,23	1,90	0,17	1,94	0,97	0,40	0,21	204,87	63,58	301,50	2,96	1,83	273,04	430,36	24,00	0,04	0,01	1022	2008		
Овца																										
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	2005	4,8	6,6	13,6	136,8	0,07	5,61	0,25	0,48	0,06	0,38	28,16	24,64	81,35	1,18	0,14	676,03	173,00	1,87	0,01	0,00	71	2011			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	60	16,8	10,0	6,1	162,3	0,14	0,62	0,37	0,80	0,25	0,15	0,05	38,01	28,15	171,63	0,80	0,83	106,51	325,00	40,57	0,31	0,01	241	2008		
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	150	3,8	4,2	11,3	100,7	0,06	34,13	0,16	0,31	0,08	0,00	87,05	31,32	82,20	1,87	0,87	26,46	397,64	6,35	0,02	0,00	346	2008			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	180	0,2	0,0	13,6	57,1	0,01	4,82	0,00	0,04	0,00	0,00	14,18	4,09	4,16	0,05	0,04	4,47	40,56	0,40	0,00	0,00	436	2008			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,08	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	0,00	11,50	18,50	42,00	1,00	0,37	253,00	84,50	0,01	0,01	TK № 822	2008			
КОША ВЯЗКА ПАРТЕНСКО-КОША	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0,10	0,00	0,00	1,21	0,00	0,04	0,00	9,90	10,45	47,85	2,20	0,87	288,85	74,80	3,08	0,00	0,00	TK № 822	2008		
Итого за проект птиц:	780	34,1	98,1	723,6	0,48	48,19	0,79	3,88	0,39	0,40	0,44	214,20	131,82	448,21	8,09	3,81	1508,14	1503,42	57,57	0,39	0,03	1503	2008			
Итого за данные:	50,6	35,9	182,8	1287,0	0,72	51,09	0,96	5,52	1,36	0,80	0,65	418,01	185,20	747,77	11,05	5,74	1784,15	1803,78	81,65	0,49	0,04	1803	2008			

4.ДЕНТ

Препарат, наименование бренда	Масса порошка, г	Питательная ценность		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Микроэлементы										№ партии	Срок годности
		Белок, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Е, мкг	В2, мкг	В12, мкг	Са, мкг	Mg, мкг	P, мкг	Fe, мкг	Zn, мкг	Nb, мкг	K, мкг	I, мкг	F, мкг	Se, мкг					
КОМБИ ПАУ-ГРАНАДИТ	150	14,7	20,1	2,7	250,3	0,07	0,21	0,30	2,84	2,52	18,48	8,87	188,13	16,64	221,04	7,54	1,38	168,56	214,65	25,66	0,05	0,00	214	2008		
КОМБИ ПАУ-ГРАНАДИТ	185/15	0,0	0,0	12,6	50,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,70	1,22	0,00	0,00	0,00	1,35	0,80	0,00	0,00	0,00	430	2008			
БАЧО С ДУХОВИТО	40	4,0	0,5	24,6	118,0	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,50	17,00	44,50	1,00	0,27	213,50	68,00	1,80	0,00	0,00	1022	2022			
БАЧО ПЛЕИНАРИИ ВАС	50	0,8	0,2	7,5	38,0	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,00	12,00	155,00	0,00	0,15	0,00	TK № 522	2022			
ЕРУНТИ ПО СЕЗОНУ (мандарины, апельсины, груши, бананы)	100	18,3	20,8	47,3	457,6	0,21	0,34	0,34	3,14	2,52	0,57	152,32	45,87	282,56	3,65	1,86	395,41	438,45	27,46	0,20	0,00					
Итого за группу дент:	500																									
ОТРЕБ СОПЛЕНЫИ КЛИ СЛЕДОВИИ	90	1,0	0,1	2,5	16,3	0,03	0,02	0,01	0,06	0,00	0,03	0,00	27,68	16,86	38,70	0,86	0,13	673,84	109,76	1,80	0,01	TK №	2022			
ОТРЕБ СОПЛЕНЫИ С РЫБНЫИИ ОЖИЖАТЕЛЬНЫИИ	200	7,8	6,1	17,4	155,9	0,14	0,14	0,18	1,82	0,02	0,11	0,01	31,30	34,77	113,65	1,33	0,72	29,39	708,69	19,52	0,14	0,01	160	2011		
УКАЖИТЕ ПО-ДОМУЛИЧЕИИ	200	14,2	15,7	24,3	297,6	0,18	12,03	0,04	1,51	0,06	0,17	1,67	22,54	44,20	186,73	2,87	2,75	50,21	1 075,68	12,46	0,07	0,00	288	2008		
КОМБИ АССОРТИМЕНТЕ	200	1,4	0,4	22,1	88,9	0,02	5,52	0,02	0,00	0,00	0,00	30,60	10,80	32,40	0,54	0,00	20,00	500,00	0,00	0,00	389	2011				
УКАЖИТЕ ПЛЕИНАРИИ ВАС	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,50	16,50	42,00	1,00	0,37	253,00	64,50	0,00	0,01	TK № 8/22	2022				
УКАЖИТЕ ПЛЕИНАРИИ ВАС	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0,10	0,00	0,00	1,21	0,00	0,04	9,80	10,45	47,85	2,20	0,67	288,85	74,80	3,08	0,00	TK № 8/22	2022				
УКАЖИТЕ ПЛЕИНАРИИ ВАС	715	32,3	23,1	114,8	789,3	0,55	36,71	0,25	5,88	0,08	0,41	1,68	133,58	133,59	459,33	8,80	4,64	1 318,29	2 883,73	38,80	0,23	0,01				
Итого за группу дент:	51,6	43,8	162,1	1 288,8	0,76	74,82	0,59	8,82	2,80	0,83	2,25	285,90	179,45	738,86	12,55	6,30	1 713,70	3 022,18	64,35	0,43	0,04					

7 ДЕНЬ

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборные рецептуры			
		Белки, г	Жиры, г		Угле-воды, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	В12, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	Li, мг	F, мг	Se, мг								
Завтрак																													
ПЮЖЕТ ИЗ ТВОРОГА	150/15	24,4	15,7	38,2	396,5	0,07	2,72	0,09	0,82	0,22	0,28	0,04	200,94	32,34	265,41	1,09	0,69	96,99	223,17	3,21	0,03	0,03	225	2008					
ШАУ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	168/15/7	0,1	0,0	12,8	52,6	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,98	1,39	0,09	0,01	2,12	12,21	0,00	0,00	0,00	91	2008					
БАТОН ПИЩЕВЫЙ В/С	30	2,4	0,3	14,7	71,4	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,80	10,20	26,70	0,60	0,16	128,10	40,80	1,08	0,00	0,00	1022	2022					
БРАУНН ПО СЕЗОНУ (вкус: клубника, малина, банан)	100	0,4	0,3	10,3	47,0	0,02	5,00	0,00	0,36	0,00	0,00	0,00	18,00	12,00	18,00	2,00	0,19	14,00	155,00	1,00	0,01	0,00	TK № 4/22	2022					
Итого за прием пищи:																													
	502	27,3	16,4	76,0	567,5	0,14	8,84	0,09	1,18	0,22	0,33	0,04	235,06	57,12	308,50	3,19	1,05	241,21	431,18	5,29	0,04	0,03							
Обед																													
ОТРУБЛ СОБЛАДОНАТИ ДЛН СЛОВА	60	1,9	0,1	2,0	16,3	0,03	3,77	0,01	0,06	0,00	0,04	0,00	25,14	15,67	37,26	0,09	0,14	67,17	178,32	1,93	0,01	0,00	71	2011					
ПЮЖЕТ ИЗ ТВОРОГА	200/5	5,0	8,3	16,8	160,6	0,09	6,04	0,23	2,50	0,00	0,00	0,00	8,22	1,98	1,39	0,09	0,01	2,12	12,21	0,00	0,00	0,00	91	2008					
ПЮЖЕТ ИЗ ТВОРОГА	50/50	13,7	9,5	3,8	171,7	0,06	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	44,40	18,83	14,01	190,60	4,28	3,74	77,83	232,13	4,93	0,14	0,00	296	2008				
ПЕЧЕНЬ ПО-ПРО-КАНОВСКИ	150	3,7	6,1	39,6	23,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,81	24,50	74,64	0,53	0,78	7,36	55,14	0,79	0,03	0,01	325	2008					
РИС ОБЛАЧНО	200	1,0	0,2	19,0	83,2	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2011					
СОМ В АССОРТИМЕНТЕ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,35	14,65	37,80	0,90	0,33	227,70	58,05	0,00	0,01	0,00	TK № 8/22	2022					
ХЛЕБ ПИЩЕВЫЙ В/С	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	0,00	9,00	9,50	43,50	2,00	0,61	263,50	68,00	2,80	0,00	0,00	TK № 9/22	2022					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	810	31,1	24,9	124,4	868,0	0,48	22,32	4,95	6,14	0,20	1,37	44,80	113,24	483,26	12,44	6,90	1446,50	1358,39	18,38	0,23	0,03								
Итого за прием пищи:																													
	86,4	41,3	20,4	143,5	0,83	31,16	5,04	7,32	0,42	1,70	44,84	348,95	170,36	802,76	18,19	7,85	1487,71	1788,57	23,67	0,27	0,06								

8 день

Препарат, наименование бренда	Масса популя	Плотность вещества		Затраты вещества, мг/кг	Витаминизация										Минеральные вещества										№ партии препарата	Срок хранения
		Белки, г	Жиры, г		Вит. А, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. В6, мг	Вит. В12, мг	Вит. С, мг	Вит. Е, мг	Вит. К, мг	Вит. Р, мг	Вит. F, мг	Вит. Zn, мг	Вит. Mg, мг	Вит. Ca, мг	Вит. Fe, мг	Вит. Cu, мг	Вит. Mn, мг	Вит. I, мг	Вит. Se, мг				
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	200	6.4	7.5	29.3	210.8	0.12	0.57	0.04	0.88	0.08	0.14	0.00	124.17	35.17	142.58	0.91	0.56	58.11	224.38	11.24	0.01	0.00	184	2008		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	200	3.2	2.4	20.3	116.5	0.04	0.52	0.02	0.00	0.12	0.00	0.00	110.46	17.68	84.71	0.33	0.40	52.50	164.90	9.00	0.00	0.00	379	2011		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	30	1.3	1.0	9.0	132.4	0.03	0.00	0.00	0.48	0.00	0.00	0.00	4.82	2.41	14.45	0.24	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1	2008		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	100	2.8	2.5	4.5	56.5	0.03	0.70	0.03	0.00	0.00	0.17	0.00	120.00	14.00	95.00	0.00	0.00	50.00	146.00	0.00	0.02	0.00	2022	2022		
Итого за препарат:	530	13.8	22.5	83.2	519.3	0.22	1.79	0.16	1.36	0.08	0.43	0.00	359.45	69.26	336.74	1.48	1.35	161.61	535.28	20.24	0.03	0.00				
Остаток																										
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	60	1.3	0.1	3.6	23.0	0.00	6.70	0.00	0.24	0.00	0.00	0.00	15.59	22.27	28.55	1.11	0.13	1.90	35.88	1.27	0.00	0.00	71	2011		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	2005	4.8	7.2	9.2	123.0	0.06	6.33	0.22	0.38	0.08	0.08	0.00	43.30	24.54	67.31	1.42	0.57	37.46	309.79	6.78	0.00	0.00	76	2008		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	180	20.8	28.2	34.1	472.7	0.10	1.89	0.29	5.00	0.00	0.17	0.34	25.65	42.17	217.57	2.07	2.79	76.59	299.09	7.59	0.15	0.03	311	2008		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	180	1.0	0.4	20.3	131.4	0.02	132.00	0.29	0.00	0.00	0.08	0.00	23.72	6.21	4.59	0.81	0.00	5.05	15.82	0.00	0.00	0.00	441	2008		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	45	3.4	0.3	22.6	109.6	0.07	0.00	0.00	0.88	0.00	0.02	0.00	10.35	14.85	37.40	0.90	0.33	227.70	58.05	0.00	0.01	0.00	TK № 8022	2022		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ	45	3.0	0.4	19.1	91.8	0.08	0.00	0.00	0.99	0.00	0.04	0.00	8.10	8.55	39.15	1.80	0.54	237.15	61.20	2.52	0.00	0.00	TK № 8022	2022		
Итого за препарат:	735	34.0	39.7	114.8	948.4	0.38	150.98	0.85	7.51	0.08	0.45	0.53	126.71	118.56	395.37	8.11	4.78	585.75	1183.53	18.14	0.19	0.03				
Итого за день:	47.7	59.2	178.1	1464.6	0.60	152.77	1.03	8.67	0.16	0.88	0.53	486.16	187.85	732.11	9.59	6.11	747.36	1698.61	38.38	0.22	0.03					

9 янв

Продав наименование бренда	Масса покупки	Плоская геометрия			Заготовки весовая единица	Вспомогательная												Материальные свойства														№ партии типа	Срок периода
		Бумага, г	Желтый, г	Углерод г		B1, мм	C, мм	A, мм	E, мм	D, мм	B2, мм	B12, мм	Ca, мм	Mg, мм	P, мм	Fe, мм	Zn, мм	Ni, мм	K, мм	L, мм	F, мм	Sa, мм											
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	150	14.7	18.6	2.2	227.3	0.07	0.21	0.32	2.90	2.50	0.48	0.57	86.38	18.58	220.45	2.53	1.38	168.28	214.34	25.66	0.05	0.03	214	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	200	3.6	2.9	17.6	112.2	0.03	0.52	0.02	0.00	0.12	0.00	110.81	25.20	82.04	0.79	0.64	51.56	198.03	9.00	0.00	0.00	382	2011										
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	50	4.3	7.4	29.0	198.8	0.08	0.08	0.03	0.39	0.13	0.04	0.01	23.35	7.13	43.28	0.41	0.32	16.74	71.15	2.10	0.01	0.01	467	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	100	0.8	0.2	7.5	38.0	0.06	0.06	0.01	0.20	0.00	0.03	0.00	35.00	11.00	17.00	0.10	0.00	12.00	155.00	0.00	0.15	0.00	TK № 822	2022									
Итого за время:	500	23.4	29.1	56.8	566.4	0.22	0.81	0.38	3.49	2.83	0.63	0.58	267.24	58.88	372.77	3.80	2.35	242.53	638.52	36.76	0.21	0.04											
Отед																																	
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	60	1.1	4.1	1.8	48.7	0.01	0.01	0.02	1.74	0.00	0.02	0.00	32.17	9.80	18.54	0.39	0.24	507.64	178.10	1.64	0.01	0.00	40	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	2005	5.3	5.2	15.6	133.0	0.10	5.50	0.24	0.81	0.03	0.08	0.39	29.25	36.73	90.16	1.60	1.03	18.64	489.84	5.71	0.04	0.00	93	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	90	18.0	7.8	8.5	180.1	0.16	3.27	0.09	1.01	0.08	0.16	0.02	42.52	38.06	208.55	1.53	0.80	127.87	380.98	43.52	0.34	0.04	242	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	150	3.2	5.1	22.0	146.9	0.13	10.68	0.04	0.24	0.08	0.11	0.00	35.85	29.90	86.22	1.22	0.58	18.48	784.09	8.67	0.04	0.00	335	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	180	1.5	0.1	23.6	102.3	0.02	0.48	0.18	0.00	0.00	0.05	0.00	50.65	29.87	38.42	0.86	0.00	6.81	515.91	0.00	0.02	0.00	440	2008									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	50	3.8	0.3	25.1	118.4	0.08	0.00	0.00	0.88	0.00	0.03	0.00	11.50	16.50	42.00	1.00	0.37	253.00	64.50	0.00	0.01	0.00	TK № 822	2022									
ГОРЯЧИЙ ПЛАСТИК	50	3.3	0.4	21.2	102.0	0.08	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	0.00	8.00	8.50	43.50	2.00	0.61	283.50	88.00	2.88	0.00	0.00	TK № 822	2022									
Итого за время:	785	37.2	23.0	117.9	833.0	0.59	38.04	0.54	5.88	0.19	0.49	0.41	210.94	171.06	528.39	8.80	3.63	1186.71	2472.42	62.34	0.46	0.04											
Итого за время:		60.8	52.1	174.8	1418.4	0.81	76.85	0.82	9.37	2.82	1.14	0.89	478.18	228.94	901.16	12.40	5.96	1458.24	3110.84	98.10	0.67	0.08											

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества		энергия ккал	Витамины										Минеральные вещества							
	Белки, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	Сa, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мкг	Se, мг		
Итого за весь период	508,1	487,4	1834,0	1830,0	7,20	347,52	1222,22	84,88	10,66	9,11	57,21	4207,53	1854,56	7312,57	117,42	61,02	1308,19	20863,73	657,02	2,78	0,35
Среднее значение за период	24,2	23,2	87,3	90,2	0,34	35,60	3,62	4,05	0,51	0,43	2,72	200,38	88,31	348,27	5,99	2,97	67,39	988,51	21,78	0,13	0,02
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период, в % от калорийности	14,6	31,5	53,8																		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Загрузка	Объем
7 - 11 лет	517	700

- Оценки, использованные в меню:
1. Оценка питания: белки и углеводы из расчета для питания детей в дошкольных учреждениях / под редакцией Н. П. Корнилова и В. А. Трыкина. - М.: Изд-во ГИИТ, 2012. - 584 с.
 2. Оценка питания: белки и углеводы из расчета для питания детей в дошкольных учреждениях / под редакцией Н. П. Корнилова и В. А. Трыкина. - М.: Изд-во ГИИТ, 2012. - 584 с.
 3. Оценка питания: белки и углеводы из расчета для питания детей в дошкольных учреждениях / под редакцией Н. П. Корнилова и В. А. Трыкина. - М.: Изд-во ГИИТ, 2012. - 584 с.
 4. Таблицы питания: белки и углеводы из расчета для питания детей в дошкольных учреждениях / под редакцией Н. П. Корнилова и В. А. Трыкина. - М.: Изд-во ГИИТ, 2012. - 584 с.
 5. Таблицы питания: белки и углеводы из расчета для питания детей в дошкольных учреждениях / под редакцией Н. П. Корнилова и В. А. Трыкина. - М.: Изд-во ГИИТ, 2012. - 584 с.