

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБПОУ (СИТ)

 / А.М.Кононов



УТВЕРЖДАЮ:

 / Д.Ю.Колесников



Индивидуальный предприниматель Колесников Дмитрий Юрьевич

## **ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ /десятидневное/ МЕНЮ и ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ**

На оказание услуг по организации питания обучающихся  
из малообеспеченных семей

Составил: Бухгалтер-калькулятор  / Н.М. Пальченко

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/доп гарнир	50	0,40	0,05	1,25	6,97
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	275	9,94	3,67	18,17	145,96
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	11,93	18,96	13,29	271,57
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,15	7,45	45,91	290,91
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,10	0,10	25,61	104,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>985</b>	<b>42,89</b>	<b>32,56</b>	<b>172,32</b>	<b>1 154,65</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>42,89</b>	<b>32,56</b>	<b>172,32</b>	<b>1 154,65</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАПУСТА КВАШЕНАЯ / дополнительный гарнир	50	0,82	2,54	3,86	42,92
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	255	1,90	5,02	8,87	89,14
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	23,64	26,44	24,72	431,66
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>905</b>	<b>37,73</b>	<b>36,53</b>	<b>125,74</b>	<b>984,68</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>37,73</b>	<b>36,53</b>	<b>125,74</b>	<b>984,68</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/доп. гарнир	50	0,40	0,05	0,85	6,97
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,34	5,46	18,66	146,96
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,75	28,22	35,59	479,96
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,19	0,04	24,96	102,18
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>37,05</b>	<b>36,10</b>	<b>148,15</b>	<b>1 069,96</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>37,05</b>	<b>36,10</b>	<b>148,15</b>	<b>1 069,96</b>

1 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед														
4,98	0,01	0,02	0,01	0,00	11,45	20,62	6,97	0,50	70,22	1,49	0,00	0,01		2008
8,00	0,09	0,10	0,39	0,08	38,66	54,66	29,41	1,08	510,13	5,07	0,00	0,04	87	2012
1,12	0,05	0,08	0,01	0,03	29,66	122,44	19,10	1,57	261,87	6,24	0,00	0,34	284	2008
0,00	0,27	0,14	0,03	0,09	27,07	224,20	150,64	5,27	316,12	2,73	0,00	0,02	323	2008
1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	12,46	2,48	3,67	0,50	70,84	0,50	0,00	0,00	438	2008
0,00	0,18	0,08	0,00	0,00	18,00	87,00	19,00	4,00	136,00	5,60	0,00	0,00		2008
0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008
15,10	0,67	0,44	0,44	0,18	146,80	554,20	235,29	13,42	1 411,18	21,63	0,00	0,11		
15,10	0,67	0,44	0,44	0,18	146,80	554,20	235,29	13,42	1 411,18	21,63	0,00	0,11		

2 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед														
13,65	0,01	0,01	0,00	0,00	21,89	14,16	7,28	0,27	136,58	1,37	0,00	0,01	47	2011
12,25	0,05	0,05	0,23	0,08	44,82	43,80	20,61	0,93	313,34	4,34	0,00	0,02	84	2008
12,90	0,18	0,21	0,02	0,00	41,28	260,34	55,66	4,12	1 262,76	15,70	0,00	0,10	259	2011
4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00	442	2008
0,00	0,18	0,08	0,00	0,00	18,00	87,00	19,00	4,00	136,00	5,60	0,00	0,00		2008
0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008
42,80	0,50	0,39	0,25	0,08	149,49	451,80	117,05	12,62	2 134,68	29,01	0,00	0,13		

3 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед														
2,50	0,01	0,01	0,00	0,00	11,50	12,00	7,00	0,30	70,50	0,00	0,00	0,00		2008
6,25	0,13	0,07	0,25	0,00	53,74	125,35	36,40	1,77	547,21	3,43	0,00	0,03	102	2011
6,25	0,13	0,07	0,25	0,00	53,74	125,35	36,40	1,77	547,21	3,43	0,00	0,03	311	2008
1,83	0,08	0,13	0,27	0,00	24,98	204,21	41,25	1,91	299,21	7,59	0,02	0,13	436	2008
5,28	0,01	0,01	0,00	0,00	15,83	4,55	4,50	0,06	44,70	0,44	0,00	0,00		2008
0,00	0,18	0,08	0,00	0,00	18,00	87,00	19,00	4,00	136,00	5,60	0,00	0,00		2008
0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008
15,86	0,47	0,32	0,52	0,00	133,55	465,61	114,65	8,54	1 143,62	17,06	0,02	0,16		
15,86	0,47	0,32	0,52	0,00	133,55	465,61	114,65	8,54	1 143,62	17,06	0,02	0,16		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
БОРЩ СИБИРСКИЙ	255	3,76	4,23	15,92	118,27
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ БРОИЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	13,98	24,62	12,48	327,35
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7,27	5,98	46,41	268,72
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	23,23	92,89
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>905</b>	<b>35,38</b>	<b>37,16</b>	<b>166,13</b>	<b>1 142,19</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>35,38</b>	<b>37,16</b>	<b>166,13</b>	<b>1 142,19</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/доп гарнир	50	0,40	0,05	1,25	6,97
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	255	2,26	5,33	16,75	124,61
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ)	100	19,54	1,11	0,59	90,95
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	185	3,53	15,99	18,10	231,80
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0,00	0,00	15,59	62,31
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>955</b>	<b>36,10</b>	<b>24,81</b>	<b>120,37</b>	<b>851,60</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>36,10</b>	<b>24,81</b>	<b>120,37</b>	<b>851,60</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	250	5,34	5,46	18,66	146,98
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	16,38	13,29	4,30	221,62
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7,25	5,98	46,35	268,40
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,10	0,10	25,61	104,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>39,44</b>	<b>27,16</b>	<b>163,01</b>	<b>1 076,24</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>39,44</b>	<b>27,16</b>	<b>163,01</b>	<b>1 076,24</b>

## 4 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Обед															
8.11	0.07	0.06	0.24	0.06	57.05	85.83	30.86	1.59	396.76	5.46	0.00	0.02	80	2008	
0.57	0.07	0.12	0.08	0.14	38.20	141.63	22.44	2.02	206.47	6.60	0.01	0.07	295	2011	
0.00	0.09	0.03	0.03	0.10	12.25	54.06	9.76	1.23	84.35	1.02	0.02	0.01	209	2008	
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.53	0.00	1.80	0.00	1.32	0.00	0.00	0.00	402	2008	
0.00	0.18	0.08	0.00	0.00	18.00	87.00	19.00	4.00	136.00	5.60	0.00	0.00		2008	
0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008	
8.68	0.47	0.31	0.35	0.30	143.53	401.02	90.36	9.34	870.90	18.68	0.03	0.10			
8.68	0.47	0.31	0.35	0.30	143.53	401.02	90.36	9.34	870.90	18.68	0.03	0.10			

## 5 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Обед															
4.98	0.01	0.02	0.01	0.00	11.45	20.92	6.97	0.50	70.22	1.49	0.00	0.01		2008	
6.83	0.08	0.06	0.21	0.00	52.81	71.40	27.08	1.21	495.50	4.49	0.00	0.03	96	2011	
1.15	0.11	0.12	0.09	0.00	48.31	276.23	64.24	0.98	544.20	189.32	0.02	0.80	228	2008	
17.07	0.09	0.09	0.62	0.13	63.11	79.48	34.06	1.54	538.75	7.77	0.00	0.04	143	2011	
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.17	0.00	1.31	0.00	0.92	0.00	0.00	0.00	430	2008	
0.00	0.18	0.08	0.00	0.00	18.00	87.00	19.00	4.00	136.00	5.60	0.00	0.00		2008	
0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008	
30.03	0.53	0.39	0.93	0.13	209.35	567.53	159.16	8.73	1 831.59	208.67	0.02	0.88			
30.03	0.53	0.39	0.93	0.13	209.35	567.53	159.16	8.73	1 831.59	208.67	0.02	0.88			

## 6 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Обед															
6.25	0.13	0.07	0.25	0.00	53.74	125.35	36.40	1.77	547.21	3.43	0.00	0.03	102	2011	
12.22	0.19	1.37	5.58	0.02	24.85	240.14	16.31	5.15	288.16	7.31	0.03	0.16	255	2011	
0.00	0.09	0.03	0.03	0.10	12.23	53.98	9.75	1.23	84.23	1.02	0.02	0.01	209	2008	
1.00	0.01	0.00	0.00	0.00	12.46	2.48	3.67	0.50	70.84	0.50	0.00	0.00	438	2008	
0.00	0.18	0.08	0.00	0.00	18.00	87.00	19.00	4.00	136.00	5.60	0.00	0.00		2008	
0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008	
19.47	0.66	1.57	5.86	0.12	130.78	541.45	91.63	13.15	1 172.44	17.86	0.05	0.20			
19.47	0.66	1.57	5.86	0.12	130.78	541.45	91.63	13.15	1 172.44	17.86	0.05	0.20			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	255	1,84	5,73	7,45	90,60
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	100	16,34	41,98	9,58	481,62
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	200	3,29	12,47	23,72	221,37
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>905</b>	<b>31,84</b>	<b>62,51</b>	<b>128,20</b>	<b>1 205,96</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>31,84</b>	<b>62,51</b>	<b>128,20</b>	<b>1 205,96</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/доп гарнир	20	0,16	0,02	0,34	2,60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	255	1,97	5,93	11,14	106,37
БЕФСТРОГАНОВ	100	15,56	22,49	5,40	286,30
РИС ОТВАРНОЙ	200	4,93	8,14	51,75	300,04
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>925</b>	<b>33,99</b>	<b>39,11</b>	<b>156,92</b>	<b>1 116,27</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>33,99</b>	<b>39,11</b>	<b>156,92</b>	<b>1 116,27</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАПУСТА КВАШЕНАЯ / дополнительный гарнир	50	0,82	2,54	3,86	42,92
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ОТВАРНОЙ	275	10,90	3,65	19,00	153,10
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17,23	21,98	18,08	339,48
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	27,04	111,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>875</b>	<b>39,48</b>	<b>30,66</b>	<b>136,07</b>	<b>981,58</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>39,48</b>	<b>30,66</b>	<b>136,07</b>	<b>981,58</b>

7 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед														
9.05	0.04	0.04	0.21	0.00	50.28	43.01	20.97	0.79	358.88	4.00	0.00	0.02	92	2011
0.00	0.37	0.14	0.01	0.13	15.97	189.73	34.21	2.61	340.11	7.61	0.00	0.06	271	2008
11.35	0.13	0.10	0.92	0.00	43.49	102.91	43.77	1.79	783.21	9.05	0.00	0.05	134	2008
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.46	0.00	1.80	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	349	2011
0.00	0.18	0.08	0.00	0.00	18.00	87.00	19.00	4.00	136.00	5.60	0.00	0.00		2008
0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008
20.40	0.78	0.38	1.14	0.13	145.70	455.15	126.25	9.69	1665.40	26.26	0.00	0.14		
20.40	0.78	0.38	1.14	0.13	145.70	455.15	126.25	9.69	1665.40	26.26	0.00	0.14		

8 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед														
1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.60	4.80	2.80	0.12	28.20	0.00	0.00	0.00		2008
8.68	0.07	0.05	0.21	0.00	40.34	50.83	22.16	0.93	379.50	4.43	0.00	0.02	99	2011
0.99	0.05	0.11	0.03	0.00	40.14	147.63	19.57	2.07	329.76	8.54	0.00	0.05	250	2011
0.00	0.04	0.03	0.04	0.14	12.76	99.96	32.80	0.72	73.58	1.01	0.01	0.03	325	2008
4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00	442	2008
0.00	0.18	0.08	0.00	0.00	18.00	87.00	19.00	4.00	136.00	5.60	0.00	0.00		2008
0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008
14.67	0.42	0.31	0.28	0.14	139.34	436.72	110.83	11.14	1233.04	21.58	0.01	0.10		
14.67	0.42	0.31	0.28	0.14	139.34	436.72	110.83	11.14	1233.04	21.58	0.01	0.10		

9 день

Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед														
13.65	0.01	0.01	0.00	0.00	21.89	14.16	7.28	0.27	136.58	1.37	0.00	0.01	47	2011
9.86	0.15	0.13	0.23	0.00	52.90	189.94	57.31	1.64	897.83	88.88	0.01	0.38	106	2011
8.94	0.14	0.16	0.51	0.00	34.46	176.67	40.81	2.25	739.74	11.10	0.02	0.13	309	2008
1.60	0.01	0.01	0.00	0.00	13.16	3.96	4.43	0.79	112.44	0.80	0.00	0.00	394	2008
0.00	0.18	0.08	0.00	0.00	18.00	87.00	19.00	4.00	136.00	5.60	0.00	0.00		2008
0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008
34.05	0.55	0.41	0.74	0.00	149.91	503.23	135.33	9.45	2068.59	107.75	0.03	0.52		
34.05	0.55	0.41	0.74	0.00	149.91	503.23	135.33	9.45	2068.59	107.75	0.03	0.52		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
<b>Обед</b>																					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ на курином бульоне	255	13,66	17,54	13,47	266,93	9,40	0,07	0,12	0,34	0,00	67,92	143,40	37,52	2,23	516,18	9,97	0,01	0,05	82	2011	
ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	8,84	8,19	11,37	154,80	0,39	0,07	0,08	0,02	0,00	52,74	137,82	31,54	1,29	245,68	64,67	0,01	0,26	234	2011	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4,13	22,89	27,95	334,89	13,56	0,16	0,14	0,08	0,23	55,52	111,46	39,35	1,59	996,54	10,95	0,00	0,05	128	2011	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	23,23	92,89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,53	0,00	1,80	0,00	1,32	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00	0,18	0,08	0,00	0,00	18,00	87,00	19,00	4,00	136,00	5,60	0,00	0,00			
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>905</b>	<b>37,00</b>	<b>50,95</b>	<b>144,11</b>	<b>1 184,47</b>	<b>23,35</b>	<b>0,54</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>0,23</b>	<b>212,21</b>	<b>512,18</b>	<b>135,81</b>	<b>9,61</b>	<b>1 941,72</b>	<b>91,19</b>	<b>0,02</b>	<b>0,40</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>37,00</b>	<b>50,95</b>	<b>144,11</b>	<b>1 184,47</b>	<b>23,35</b>	<b>0,54</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>0,23</b>	<b>212,21</b>	<b>512,18</b>	<b>135,81</b>	<b>9,61</b>	<b>1 941,72</b>	<b>91,19</b>	<b>0,02</b>	<b>0,40</b>			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	370,90	377,55	1 461,02	10 767,48	224,41	5,59	4,96	10,95	1,31	1 560,66	4 888,89	1 315,36	105,69	15 473,16	559,69	0,18	2,74
Среднее значение за период	37,09	37,76	146,10	1 076,75	22,44	0,56	0,50	1,10	0,13	156,07	488,89	131,64	10,57	1 547,32	55,97	0,02	0,27
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,8	31,6	54,6														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

категория	Обед
обучающиеся из малообеспеченных семей	913