

№ рецептуры	Наименование блока	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг							Содержание витаминов, мкг						
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C			
	День 2 (вторник)																			
	для учащихся 1 смены																			
№253(07)	салат из свежих с зелеными горошками	60	1,8	6	10,6	104	7	6	3	4,5	3	71	0	3	2	0	0	0	0	
№256(07)	Бифитекс мясной	80(10)	9,74341667	14,5966667	4,24260333	187,321526	36,33	183,678	6,122	13,916	109,704	1,5236	22,5	0,04128	0,0911	2,5318	0	0	0	
№171(07)	Каша гречневая Рассыпчатая	200	6,7	10,6	49,8	321	12,3	508,59	27,39	21,766	64,14	0,7915	17	0,10885	0,08655	1,13	0	0	0	
№244(07)	Колпос из чернослива	200	0,7		37	150,4	3,6	344	32,6	21	29,2	0,7	0	0,02	0,04	0,6	60	0	0	
№408(07)	Хлеб индизированный пирожки с повидлом	50	4,85	0,47	30,915	160	185,1	61,28	10,54	7,848	43,436	0,6029	0	0,084	0,023	0,6348	0	0	0	
	Σ	75	5,1475996	5,7027432	28,0815434	173	289,4	183,0839	26,9991	13,217	63,3124	0,90333	28,763	0,089706	0,086696	0,85346	0	0	0	
	Σ		19,0972687	22,7967067	83,0052183	713,27	260,67	1410,268	114,212	82,409	289,208	4,2408	45,5	0,30923	0,26305	5,6349	60	0	0	
№53(07)	салат из свежих с зелеными горошками	60	1,8	6	10,6	104	7	6	3	4,5	3	71	0	3	2	0	0	0	0	
№88(07)	Щи из свежей капусты со сметаной	250(10)	1,673232	4,65728	7,09864	77,015008	13,64	312,72	35,56	17,89	42,728	0,6228	6	0,055	0,0524	0,7394	0	0	0	
№256(07)	Бифитекс мясной	80(10)	9,74341667	14,5966667	4,24260333	187,321526	36,33	183,678	6,122	13,916	109,704	1,5236	22,5	0,04128	0,0911	2,5318	0	0	0	
№171(07)	Каша гречневая Рассыпчатая	200	6,7	10,6	49,8	321	12,3	508,59	27,39	21,766	64,14	0,7915	17	0,10885	0,08655	1,13	0	0	0	
№244(07)	Колпос из чернослива	200	0,7		37	150,4	3,6	344	32,6	21	29,2	0,7	0	0,02	0,04	0,6	60	0	0	
	Хлеб индизированный	50	4,85	0,47	30,915	160	185,1	61,28	10,54	7,848	43,436	0,6029	0	0,084	0,023	0,6348	0	0	0	
	Σ		19,0972687	22,7967067	83,0052183	713,27	260,67	1410,268	114,212	82,409	289,208	4,2408	45,5	0,30923	0,26305	5,6349	60	0	0	

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг														
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	В2	PP	C				
	День 3 (среды)																				
	для учащихся 1 смены																				
№37(07)	салат картофельный с огурцом соевым	60	1,5	6	10,8	103	27	340	34	104	301	3,7	0	0,38	0,14	2,1	0				
№29(07)	Гуляш на говядине	100/50	11,519512	12,452	2,5844	188,483648	42,02	253,972	9,786	17,224	128,592	1,894	0	0,06112	0,10304	3,0752	0				
№17(07)	Перловая отпарная	200	2,880305	2,719232	19,705322	114,815586	3,755	58,806	13,114	12,92	105,379	0,5884	14	0,03911	0,02358	0,6495	0				
№38(07)	Налисок из шпинатика	200	0,38285	0,13818	22,75	93,77502	2,07	17,01	9,4	2,54	3,24	0,402	0	0,0098	0,0314	0,127	60				
	Хлеб изодированный	50	2,792	0,283	18,95	160	117,059	36,767	6,32157	4,7906	26,062	0,3618	0	0,0504	0,0138	0,3809	0				
№47(07)	Кекс творожный	70	1,98	0,68	27,72	126,72	40,92	459,36	10,58	55,44	36,96	0,792	0	0,0528	0,086	0,792	0				
	Σ		22,752583	20,158672	77,295896	678,9	258,524	700,933	52,72357	56,8946	340,289	4,4044	17	0,23733	0,24338	5,7929	60				
	для учащихся 2 смены																				
№13(07)	Суп картофельный с макарунными изделиями	250	5,177896	4,56626	13,705674	125,657	94,62	336,578	14,1	19,52	78,986	1,682	3	0,0889	0,07156	1,5803	0				
№29(07)	Гуляш на говядине	100/50	11,519512	12,452	2,5844	188,483648	42,02	253,972	9,786	17,224	128,592	1,894	0	0,05112	0,10304	3,0752	0				
№17(07)	Перловая отпарная	200	2,880305	2,719232	19,705322	114,815586	3,755	58,806	13,114	12,92	105,379	0,5884	14	0,03911	0,02358	0,6495	0				
№38(07)	Налисок из шпинатика	200	0,38285	0,13818	22,75	93,77502	2,07	17,01	9,4	2,54	3,24	0,402	0	0,0098	0,0314	0,127	60				
	Хлеб изодированный	50	2,792	0,283	18,95	160	117,059	36,767	6,32157	4,7906	26,062	0,3618	0	0,0504	0,0138	0,3809	0				
	Σ		22,752583	20,158672	77,295896	678,9	258,524	700,933	52,72357	56,8946	340,289	4,4044	17	0,23733	0,24338	5,7929	60				
	Итого:		33,683893	29,581112	138,352939	1978,67	330,459	1289,9705	142,12807	90,7346	469,634	9,78765	80,7505	0,350005	0,43163	6,89765	60				

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Содержание минеральных веществ, мг										Содержание витаминов, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C			
	День (Четверг) для учащихся 1 смены																			
№45(07)	Салат из свежей капусты	60	1,4	4,6	9,8	86	580	40,25	12,25	5,75	36	0,35	5	0,04	0,08	0,08	0,9	0		
№27(07)	Котлета домашняя с маслом	100/10	6,73031	13,718	5,2825	171,44214	363,81	128,1	9,9928	10,94	77,03	1,084	21,55	0,8625	0,086	1,546	0			
№17(07)	Рис отварной	200	2,04282	2,95636	13,36517	88,2384	12,3	508,59	27,39	21,765	64,14	0,7915	17	0,10865	0,08655	1,13	0			
№35(07)	Кисель плодово-ягодный	200	0,0228	0	28,1746	116,7896	0,1	0,3	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб изюбный	50	2,792	0,283	18,55	160	117,059	36,767	6,32157	4,7908	26,082	0,3618	0	0,0504	0,0139	0,3809	0	0	0	
№3(07)	Булочка с сыром	15/40	5,9	6,7	14,2	157	277,5789	62,224	140,42878	11,5284	109,7489	0,63232	39	0,0732	0,06332	0,53792	0	0	0	
	Σ		28,84942	14,33	157,746	1208,03	629,78	2614,2	117,227	152,902	683,554	6,63674	47	0,77931	0,578546	13,87	60			
№45(07)	Салат из свежей капусты	60	1,4	4,6	9,8	86	580	40,25	12,25	5,75	36	0,35	5	0,04	0,08	0,08	0,9	0		
№115(07)	Суп картофельный с педровой крупой и сайрой	10/250	3,492	5,089	14,8694	119,3666	137,72	407,078	18,016	25,204	92,27	0,9898	0	0,0934	0,071	1,806	0			
№27(07)	Котлета домашняя с маслом	100/10	6,73031	13,718	5,2825	171,44214	363,81	128,1	9,9928	10,94	77,03	1,084	21,55	0,8625	0,086	1,546	0			
№17(07)	Рис отварной	200	2,04282	2,95636	13,36517	88,2384	12,3	508,59	27,39	21,765	64,14	0,7915	17	0,10865	0,08655	1,13	0			
№35(07)	Кисель плодово-ягодный	200	0,0228	0	28,1746	116,7896	0,1	0,3	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб изюбный	50	2,792	0,283	18,55	160	117,059	36,767	6,32157	4,7908	26,082	0,3618	0	0,0504	0,0139	0,3809	0	0	0	
	Σ		28,84942	14,33	157,746	1208,03	629,78	2614,2	117,227	152,902	683,554	6,63674	47	0,77931	0,578546	13,87	60			

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг													
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	В12	PP	C			
	День 6 (понеделник) для учащихся 1 смены																			
№67/07	Винегрет овощной	60	1,4	2,6	6,6	63	49	342	45	26	51	1,7	0	0,02	0,05	0,2	0			
№28/07	Фрикадельки мясные	100/50	9,86174667	19,0621067	3,89561467	320	67,7306667	184,506667	8,8	14,42	107,973333	1,62	20,5	1,41212667	0,08922667	2,5964	0			
№29/07	Макаронные изделия отварные	200	2,04262	2,95636	13,36617	125,67	12,3	508,59	27,39	21,765	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08655	1,13	0			
№29/07	Напиток из шиповника	200	0,39265	0,13818	22,75	93,77502	2,07	17,01	9,4	2,54	3,24	0,402	0	0,0098	0,0314	0,127	0			
	Хлеб модифицированный	50	1,86	0,18	12,36	160	78,03	24,51	4,21	3,19	17,37	0,24	0	0,0336	0,0092	0,254	0			
№42/07	Булочка школьная	75	4,20932	3,69224	38,223185	204,76018	151,275	64,3965	17,106	7,827	46,5526	0,61615	25,25	0,075	0,0423	0,589	0			
	Σ		22,474144	29,011627	75,57809	934,275	189,885	1259,47067	76,476	73,967	316,512	4,93756667	50	1,71256667	0,34659	6,51446667	60			
	для учащихся 2 смены																			
№67/07	Винегрет овощной	60	1,4	2,6	6,6	63	49	342	45	26	51	1,7	0	0,02	0,05	0,2	0			
№102/07	Суп картофельный с бобовыми	250	8,32892733	6,674536	23,2073053	196,207755	28,7543333	524,854	26,676	32,072	123,789667	1,88406667	12,5	0,14809	0,13321333	2,40506667	0			
№29/07	Фрикадельки мясные	100/50	9,86174667	19,0621067	3,89561467	320	67,7306667	184,506667	8,8	14,42	107,973333	1,62	20,5	1,41212667	0,08922667	2,5964	0			
№29/07	Макаронные изделия отварные	200	2,04262	2,95636	13,36617	125,67	12,3	508,59	27,39	21,765	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08655	1,13	0			
№29/07	Напиток из шиповника	200	0,39265	0,13818	22,75	93,77502	2,07	17,01	9,4	2,54	3,24	0,402	0	0,0098	0,0314	0,127	0			
	Хлеб модифицированный	50	1,86	0,18	12,36	160	78,03	24,51	4,21	3,19	17,37	0,24	0	0,0336	0,0092	0,254	0			
	Σ		22,474144	29,011627	75,57809	934,275	189,885	1259,47067	76,476	73,967	316,512	4,93756667	50	1,71256667	0,34659	6,51446667	60			
	Итого:		36,6541368	39,9592539	176,009704	1886,98	570,35774	1598,10147	201,36335	126,194	562,3664	9,28364667	1564,564	1,93967467	0,951466	9,82674667	60			

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мкг														
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B ¹	B ²	PP	C				
	День 7 (вторник)																				
	для учащихся 1 смены																				
	Завтрак																				
№ 40	салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	2,8	7	14,7	133	294	290	48	19	46	0,7	20	0,06	0,06	0,7	0				
№244(07)	Плов с говядиной	50/100	13,4857116	14,588312	17,486861	255,084298	180,269	818,66	23,676	41,318	188,9784	2,84094	0	0,17032	0,173056	4,34392	0				
№249(07)	Компот из сухофруктов	200	0,57	0,04794	13,6561	114,55	0,97	25,25	5,4	4,4	8,24	0,965	0,0005	0,0007	0,01	0,05	60				
	Хлеб модифицированный	50	1,86	0,18	12,36	160	78,03	24,51	4,21	3,19	17,37	0,24	0	0,0396	0,0092	0,254	0				
	Σ		18,7257118	18,845276	55,309153	973,38	287,185	1207,56	81,226	75,188	294,0844	5,23714	6,0005	0,28148	0,283376	5,29712	60				
	для учащихся 2 смены																				
№ 40	салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	2,8	7	14,7	133	294	290	48	19	46	0,7	20	0,06	0,06	0,7	0				
№22(07)	Борщ Сибирский со сметаной	250/10	3,081728	4,048024	11,793392	196,201696	27,916	339,14	47,94	26,28	79,496	1,2812	6	0,07664	0,06112	0,6192	0				
№244(07)	Плов с говядиной	50/100	13,4857116	14,588312	17,486861	255,084298	180,269	818,66	23,676	41,318	188,9784	2,84094	0	0,17032	0,173056	4,34392	0				
№249(07)	Компот из сухофруктов	200	0,57	0,04794	13,6561	114,55	0,97	25,25	5,4	4,4	8,24	0,965	0,0005	0,0007	0,01	0,05	60				
	Хлеб модифицированный	50	1,86	0,18	12,36	160	78,03	24,51	4,21	3,19	17,37	0,24	0	0,0396	0,0092	0,254	0				
№219(07)	Вагруша с творогом	75	3,15961446	13,6172326	26,7783143	242,306808	125,5354	120,4656	13,84194	7,6642	32,9197	1,05786	4,67	0,0589865	0,02931	0,43667	0				
	Итого:		21,8853261	41,2005972	169,961981	1868,89	1193,26132	1742,38215	313,51034	147,32564	603,70306	9,269144	151,470167	0,61092727	0,58908387	7,17804287	60				

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность	Содержание минеральных веществ, мг														
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C				
	День 8 (среда)																				
	для учащихся 1 смены																				
№50(07)	Салат из свежих овощей с сыром	80	4,9	8,9	9,5	138	237	267	187	28	154	1,5	40	0,03	0,09	0,2	0				
№278(29(07)	Тертая мясная	100	7,10075833	5,4585	3,695325	218	25,736	137,893333	5,22	11,5641667	82,2441667	1,122	0	0,02925	0,0605	1,89363333	0				
№17(07)	Каша гречневая	200	6,7	10,6	49,8	321	12,3	506,59	27,39	21,765	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08655	1,13	0				
№38(07)	Чай с сахаром	200	0,19	0,04794	13,6591	80	0,97	25,25	5,4	4,4	8,24	0,865	0,0005	0,0007	0,01	0,08	80				
№2(07)	Хлеб поджаренный	80	3,72	0,376	24,732	180,5	156,08	49,024	8,429	6,2784	34,749	0,48232	0	0,0672	0,018	0,5079	0				
	Σ	30/20/10	16,8635483	13,553348	77,0346525	1000,18	328,2465	675,965833	49,4965	50,5545667	221,051667	3,85672	20,0005	0,247615	0,17366	3,91796333	80				
	для учащихся 2 смены																				
№50(07)	Салат из свежих овощей с сыром	80	4,9	8,9	9,5	138	237	267	187	28	154	1,5	40	0,03	0,09	0,2	0				
№66(07)	Расстельник пшеничный со сметаной	250/10	2,11804	5,04952	13,1264	106,87526	143,92	421	23,16	22,86	65,232	0,8372	6	0,0926	0,06728	1,0256	0				
№278(29(07)	Тертая мясная	100	7,10075833	5,4585	3,695325	218	25,736	137,893333	5,22	11,5641667	82,2441667	1,122	0	0,02925	0,0605	1,89363333	0				
№17(07)	Каша гречневая	200	6,7	10,6	49,8	321	12,3	506,59	27,39	21,765	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08655	1,13	0				
№38(07)	Чай с сахаром	200	0,19	0,04794	13,6591	80	0,97	25,25	5,4	4,4	8,24	0,865	0,0005	0,0007	0,01	0,08	80				
	Хлеб поджаренный	80	3,72	0,376	24,732	180,5	156,08	49,024	8,429	6,2784	34,749	0,48232	0	0,0672	0,018	0,5079	0				
	Σ		18,6635483	13,553348	77,0346525	1000,18	328,2465	675,965833	49,4965	50,5545667	221,051667	3,85672	20,0005	0,247615	0,17366	3,91796333	80				
	Итого:		44,945	41,12	304,39	1806,28	641,62	1413,40133	236,467	112,891567	496,159667	6,56167	89,601	0,847355	0,55868	5,77103333	80				

День 10(пятница)																	
для учащихся 1 смены																	
№27(07)	Вилерет овощной	80	1,4	2,8	8,6	63	49	342	45	26	51	1,7	0	0,02	0,05	0,2	0
№236(07)	Рулет рыбный с маслом	100(10)	12,0848286	13,7588286	2,11705	230	62,674286	235,198429	9,83214286	18,35	134,05743	1,89428571	20	0,08460714	0,10971429	3,16357143	0
№312(07)	Картофельное пюре	200	2,04262	2,56639	13,39517	240	12,3	508,59	27,39	21,785	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08655	1,13	0
№288(07)	Напиток из шиповника	200	0,19	0,04794	13,6591	55,82786	0,97	25,25	5,4	4,4	8,24	0,885	0,0005	0,0007	0,01	0,08	60
	Хлеб модифицированный	70	2,792	0,283	18,55	180	119,059	36,787	6,32157	4,7906	28,062	0,3618	0	0,0504	0,0138	0,3809	0
№410(07)	Ватрушка с творогом	75	3,15961448	13,6172326	26,7783143	242,308809	125,5354	120,4658	13,84194	7,8942	32,9197	1,05786	4,67	0,058895	0,02931	0,43587	0
Σ			18,1708709	17,3628293	57,5726503	831,14	907,499333	1043,07233	75,74057	64,5249333	272,589	3,81868667	40,0505	1,29406667	0,28131	4,89956667	60
	для учащихся 2 смены																
№27(07)	Вилерет овощной	80	1,4	2,8	8,6	63	49	342	45	26	51	1,7	0	0,02	0,05	0,2	0
№101(07)	Суп картофельный с пшеном	250	4,6344256	6,288084	6,189436	99,8280224	227,32	307,94	16,288	17,26	76,972	1,1276	12,8	0,07792	0,07312	1,4809	0
№236(07)	Рулет рыбный с маслом	100(10)	12,0948286	13,7588286	2,11705	230	62,674286	235,198429	9,83214286	18,35	134,05743	1,89428571	20	0,08460714	0,10971429	3,16357143	0
№312(07)	Картофельное пюре	200	2,04262	2,56639	13,39517	240	12,3	508,59	27,39	21,785	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08655	1,13	0
№288(07)	Напиток из шиповника	200	0,19	0,04794	13,6591	55,82786	0,97	25,25	5,4	4,4	8,24	0,885	0,0005	0,0007	0,01	0,08	60
	Хлеб модифицированный	70	2,792	0,283	18,55	180	119,059	36,787	6,32157	4,7906	28,062	0,3618	0	0,0504	0,0138	0,3809	0
Σ			18,1708709	17,3628293	57,5726503	831,14	907,499333	1043,07233	75,74057	64,5249333	272,589	3,81868667	40,0505	1,29406667	0,28131	4,89956667	60

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг								Содержание витаминов, мкг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C			
	Для учащихся 1 смены																			
	Салат из свежих овощей с луком	60	0,9	5	4,3	66	450	27,8	23	13	28	0,6	0	0,02	0,02	0,1	0			
№289(07)	Компота мясная	100	8,51182533	7,80756533	5,82894433	127,631167	547,850333	164,526333	20,341	16,309333	97,155	0,67276667	10,25	1,05609667	0,07784	1,83766667	0			
№17(07)	Рис отварной	200	2,04262	2,95636	13,36517	358	12,3	508,59	27,39	21,785	64,14	0,7915	17	0,40885	0,08855	1,13	0			
№348(07)	Компот из яблок	200	0,988	0,0584	27,4456	147,242	3,6	344	32,6	21	29,2	0,7	0	0,02	0,04	0,6	80			
	Хлеб подкормочный	70	2,325	0,235	15,4575	190	97,54925	30,64	5,267975	3,924	21,718	0,30145	0	0,042	0,01145	0,31745	0			
№447(07)	Кеас творожный	70	1,93	0,68	27,72	126,72	40,92	459,36	10,56	55,44	36,96	0,792	0	0,0526	0,066	0,792	0			
	Σ		19,9796736	31,2378786	78,392999	986,24	495,267679	1067,35643	99,631179	84,968	298,284143	4,16943571	26	0,23148714	0,24583429	5,65802143	80			
	Для учащихся 2 смены																			
№115(07)	Суп картофельный с перловой крупой и сайрой	100250	3,492	5,099	14,8694	119,3966	137,72	407,076	16,016	25,204	92,27	0,9898	0	0,0834	0,071	1,806	0			
№289(07)	Компота мясная	100	8,51182533	7,80756533	5,82894433	127,631167	547,850333	164,526333	20,341	16,309333	97,155	0,67276667	10,25	1,05609667	0,07784	1,83766667	0			
№17(07)	Рис отварной	200	2,04262	2,95636	13,36517	358	12,3	508,59	27,39	21,785	64,14	0,7915	17	0,10895	0,08855	1,13	0			
№348(07)	Компот из яблок	200	0,988	0,0584	27,4456	147,242	3,6	344	32,6	21	29,2	0,7	0	0,02	0,04	0,6	80			
	Хлеб подкормочный	70	2,325	0,235	15,4575	180	97,54925	30,64	5,267975	3,924	21,718	0,30145	0	0,042	0,01145	0,31745	0			
	Σ		19,9796736	31,2378786	78,392999	986,24	495,267679	1067,35643	99,631179	84,968	298,284143	4,16943571	26	0,23148714	0,24583429	5,65802143	80			
	Итого:		39,9483426	50,2314596	200,21011	1737,85	1001,30118	1614,73463	470,118918	153,2428	565,172643	7,927344571	164,7505	0,49857214	0,65932929	8,32637143	80			