

Заведующий:
 И.В. Руденко
 И.В. Карпович
 В.В. Карпович
 16.01.2013

МЕНЮ
 94-00 обл.б (5-9кл)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	БОРЩ С МЯСОМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 250	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 250	БОРЩ С МЯСОМ 250
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 190	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 190	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 190	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ПЛОВ 190
КОТЛЕТА 100	РЫБА ОТВАРНАЯ 110	ГУЛЯШ 110	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 100	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 100	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 110	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА 200	РЫБА ОТВАРНАЯ 100	КОТЛЕТА 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ 20	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ 20	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА 200	ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	ЯБЛОКО 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ЯБЛОКО 100
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60			НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА 200					ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ 60	

Обед

**ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ,
ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ**

94-00 обл.б (5-9кл)

Наименование	Норма на 1 ребенка	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10										Факт. за 10 дней	Факт. за день	Выполнение, %		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
Пищевые вещества и энергия																
Белки, г	0	37,76	43,04	31,45	32,45	30,62	30,45	31,77	35,95	24,6	30,4	328,49	32,8			
Жиры, г	0	47,9	31,35	30,31	34,28	21,46	28,13	23,56	20,61	28,03	31,51	297,14	29,7			
Углеводы, г	0	106,38	98,7	119,42	102,65	72,82	120,59	78,76	81,85	112,05	110,73	1003,95	100,4			
Энергетическая ценность, ккал	0	1008,14	850,04	875,84	960,75	740,27	863,12	767,57	768,33	799,11	853,45	8486,62	848,7			
Витамины																
С, мг	0	12,81	17,95	10,51	12,79	43,57	19,15	28,03	21,55	21,34	22,59	210,29	21			
В1, мг	0	0,25	0,57	0,29	0,28	0,46	0,35	0,36	0,46	0,23	0,29	3,54	0,4			
В2, мг	0	0,27	0,42	0,21	0,21	1,33	0,26	0,26	0,27	0,16	0,28	3,67	0,4			
А, мг	0	0,36	0,51	0,2	0,48	4,79	0,34	0,16	0,4	0,29	0,54	8,07	0,8			
Д, мкг	0	0,22	0,24			0,15	0,2		0,24	0,1		1,15	0,1			
Минеральные вещества																
Са, мг	0	84,21	189,97	88,37	101,06	164,06	110,69	79,55	151,6	112,54	114,84	1196,89	119,7			
Р, мг	0	320,21	589,25	384,01	345,59	396,8	331,38	320,01	471,41	318,88	359,06	3836,6	383,7			
Mg, мг	0	74,25	164,57	104,28	103,32	94,33	83,42	94,79	141,52	97,4	104,57	1062,45	106,2			
Fe, мг	0	5,27	6,55	5,74	5,09	8,19	5,73	7,54	4,76	5,32	7,55	61,74	6,2			
К, мг	0	760,5	2111,09	1129,32	839,49	1515,97	1006,12	1886,55	1530,48	595,99	1280,2	12655,71	1265,6			
I, мкг	0	12,48	201,49	14,58	13,48	20,81	14,28	19,94	177,56	9,25	18,66	502,53	50,3			
Se, мг	0	0,01	0,03		0,01	0,02	0,03		0,02		0,02	0,14				
F, мг	0	0,14	0,93	0,1	0,12	0,22	0,13	0,13	0,76	0,06	0,16	2,75	0,3			