

Согласовано:
 Директор МАОУ, ОСЦ №3
 Е.Е.Иванова
 м.п.

Утверждаю:
 Директор МУП г.Нягани
 "Комбинат питания"
 А.А.Серова
 м.п.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
 школьных обедов на осенне-зимний сезон
 (кадеты)**

112 руб.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур		
		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	
Обед																					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	100	0,7	5,9	2,3	65,2	3,80	0,02	0,03	0,01	0,00	20,66	36,22	12,03	0,86	133,98	2,85	0,00	0,01	14	2021	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	250	1,8	4,2	8,8	81,1	12,42	0,05	0,05	0,22	0,08	41,83	42,51	20,48	0,94	312,01	3,80	0,00	0,02	124	2004	
ТЕФТЕЛИ (2 ВАРИАНТ) 70/30	100	9,7	16,8	11,2	233,7	1,44	0,04	0,05	0,09	3,21	13,11	95,25	18,81	1,36	192,81	3,97	0,00	0,03	461	2004	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	180	3,8	6,3	25,7	175,3	12,44	0,15	0,13	0,04	0,11	49,40	102,80	35,33	1,46	915,02	10,24	0,00	0,04	520	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	885	20,0	33,8	87,5	732,1	30,10	0,33	0,29	0,36	3,40	140,04	327,17	101,21	7,15	1 626,87	22,54	0,00	0,10			

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур		
		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	
Обед																					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	100	1,2	9,9	7,1	122,9	3,76	0,04	0,03	0,20	0,00	22,82	36,90	16,67	0,78	256,73	3,10	0,00	0,02	1	2001	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 250	250	5,8	4,5	18,9	140,0	4,66	0,18	0,07	0,28	0,08	40,39	79,87	33,71	1,95	475,08	4,47	0,00	0,03	139	2004	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ 70/30	100	11,9	14,3	12,4	226,7	1,16	0,07	0,11	0,08	0,56	32,88	122,53	23,26	1,43	219,50	4,01	0,00	0,06	499	2004	
РИС ОТВАРНОЙ 180	180	4,4	7,1	46,1	265,8	0,00	0,04	0,03	0,04	0,12	33,60	90,33	33,06	0,69	66,81	0,90	0,01	0,03	385	2021	
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	885	27,3	36,4	124,0	932,2	9,58	0,40	0,27	0,60	0,76	144,73	380,02	123,26	7,38	1 091,17	14,16	0,01	0,14			

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур		
		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	
Обед																					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 100	100	1,6	10,1	9,5	136,2	15,62	0,02	0,04	0,25	0,00	42,68	29,34	16,00	0,86	175,59	3,02	0,00	0,01	4	2001	
СВЕКОЛЬНИК 250	250	2,4	5,7	16,0	130,0	6,91	0,06	0,07	0,24	0,09	49,12	64,45	29,47	1,44	492,82	8,50	0,00	0,03	34	2001	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 70/30	100	9,8	8,0	13,2	164,6	1,09	0,07	0,09	0,07	0,50	44,70	149,82	37,85	1,18	295,15	71,37	0,01	0,29	388	2004	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,5	5,8	41,8	245,7	0,00	0,08	0,02	0,03	0,09	36,16	50,82	12,68	1,19	77,36	0,92	0,02	0,01	516	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	885	24,3	30,2	120,0	853,3	23,62	0,30	0,25	0,59	0,68	187,70	344,82	112,56	7,20	1 113,97	85,49	0,03	0,34			

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур
		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		

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины																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	І, мкг	Se, мг	F, мг					
Обед																							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 100	100	1,0	6,0	3,5	74,4	9,50	0,04	0,03	0,13	0,00	12,80	22,51	17,15	0,86	275,52	1,90	0,00	0,00	17	2021			
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 250	250	2,2	4,4	16,5	114,8	6,70	0,08	0,06	0,22	0,08	25,76	65,25	24,98	0,99	485,82	4,40	0,00	0,03	132	2004			
КОТЛЕТА "НОВИНКА"	100	9,6	35,5	7,3	387,7	1,28	0,36	0,09	0,00	0,00	21,36	114,59	24,20	1,50	235,81	5,77	0,00	0,05		2016			
РАГУ ОВОЩНОЕ 180	180	2,9	8,7	17,3	160,4	13,25	0,08	0,07	0,71	0,16	52,68	74,37	34,70	1,51	545,40	6,05	0,00	0,04	541	2004			
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021			
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008			
Итого за прием пищи:	885	19,7	55,2	84,1	914,1	30,73	0,63	0,28	1,06	0,24	127,64	327,11	117,59	7,39	1 615,60	19,80	0,00	0,12					

5 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	І, мкг	Se, мг			F, мг	
Обед																					
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ПОМИДОРАМИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 100	100	1,1	10,2	2,6	107,9	11,00	0,04	0,07	0,21	0,00	38,09	25,70	25,06	0,86	233,03	4,20	0,00	0,01	45	2022	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250	250	2,8	4,4	20,2	132,5	6,60	0,09	0,06	0,22	0,08	24,05	57,91	23,36	1,04	477,12	4,70	0,00	0,03	140	2004	
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ 50/50	100	11,5	11,8	2,7	163,1	0,98	0,04	0,09	0,09	0,64	24,87	98,65	15,23	1,22	153,23	4,15	0,01	0,08	580	2022	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	180	10,0	7,7	45,4	290,1	0,00	0,26	0,14	0,03	0,09	26,24	221,56	148,70	5,22	312,31	2,70	0,00	0,02	508	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	885	29,4	34,7	110,2	869,8	18,58	0,50	0,39	0,55	0,81	128,25	453,68	228,54	10,65	1 247,98	17,42	0,01	0,14			

6 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	І, мкг	Se, мг			F, мг	
Обед																					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 100	100	1,2	5,0	5,8	74,6	10,30	0,03	0,03	0,46	0,00	36,01	27,67	16,63	1,08	196,90	3,07	0,00	0,02	2	2021	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ 250/2	252	2,5	4,5	19,4	128,6	10,80	0,11	0,08	0,24	0,08	30,34	71,53	31,12	1,24	693,80	6,43	0,00	0,04	125	2003	
ТЕФТЕЛИ (1 ВАРИАНТ) 60/40	100	8,8	15,8	10,5	218,2	1,60	0,05	0,05	0,12	2,75	14,12	85,06	15,26	1,48	174,68	3,84	0,00	0,02	461	2004	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,5	5,8	41,6	245,1	0,00	0,08	0,02	0,03	0,09	36,06	50,67	12,65	1,19	77,10	0,91	0,02	0,01	516	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	887	23,0	31,7	116,8	843,3	22,70	0,34	0,21	0,85	2,92	131,57	285,32	92,22	7,52	1 215,53	15,93	0,02	0,09			

7 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	І, мкг	Se, мг			F, мг	
Обед																					
САЛАТ "НЕСВИЖСКИЙ" 100	100	3,5	20,7	6,8	228,1	3,19	0,03	0,05	0,30	4,50	29,27	68,02	20,09	0,82	253,83	3,52	0,01	0,07	63	2004	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 250	250	1,8	2,2	12,8	78,4	8,40	0,04	0,05	0,22	0,04	41,66	45,98	23,45	1,14	342,63	5,49	0,00	0,03	110	2004	
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ "ЛАКОМКА" С МАСЛОМ 85/10/5	100	17,5	12,7	3,5	199,1	0,71	0,09	0,12	0,05	1,13	110,41	250,43	50,66	0,82	415,61	142,88	0,02	0,60	2	2022	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ 180	180	3,9	12,2	28,6	240,6	14,53	0,16	0,12	0,44	0,22	32,31	108,63	43,39	1,91	995,23	9,80	0,00	0,06	216	2004	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/5	205	0,1	0,0	14,9	60,9	0,82	0,00	0,01	0,00	0,00	12,57	4,70	4,36	0,42	21,61	0,00	0,00	0,00	377	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	890	30,6	48,3	91,1	923,9	27,65	0,39	0,38	1,01	5,89	236,26	520,15	154,51	6,64	2 101,96	163,37	0,03	0,76			

8 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	І, мкг	Se, мг		

Обед																				
Салат Зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом 100	100	1,0	10,1	2,5	106,0	14,80	0,04	0,06	0,16	0,00	35,60	31,74	22,28	0,92	193,76	3,95	0,00	0,01	42	2022
СУП "НОВИНКА" 250	250	5,9	8,3	16,7	164,7	4,70	0,11	0,15	0,27	0,55	39,88	115,67	42,29	2,05	408,95	8,78	0,01	0,04	138	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 50/180	230	20,3	30,2	48,0	545,5	2,14	0,10	0,15	0,36	0,88	28,43	232,24	50,90	2,16	318,44	7,61	0,03	0,14	311	2008
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	835	31,2	49,2	106,7	993,0	21,64	0,32	0,39	0,79	1,43	118,95	430,04	132,03	7,66	994,20	22,02	0,04	0,19		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		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
Обед																				
САЛАТ "ПОЛОНЬНСКИЙ" 100	100	1,1	10,1	3,7	110,0	46,00	0,04	0,00	0,10	0,00	30,00	25,00	14,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	28	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250	250	2,6	3,5	16,1	107,2	4,60	0,07	0,05	0,23	0,12	31,06	50,88	19,04	0,85	338,87	4,01	0,00	0,02	37	2001
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ 70/30	100	11,9	14,3	12,4	226,7	1,16	0,07	0,11	0,08	0,56	32,88	122,53	23,26	1,43	219,50	4,01	0,00	0,06	499	2004
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	180	10,0	7,7	45,4	290,1	0,00	0,26	0,14	0,03	0,09	26,24	221,56	148,70	5,22	312,31	2,70	0,00	0,02	508	2004
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/5	205	0,1	0,0	14,9	60,9	0,82	0,00	0,01	0,00	0,00	12,57	4,70	4,36	0,42	21,61	0,00	0,00	0,00	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	890	29,5	36,1	117,0	911,7	52,58	0,51	0,34	0,44	0,77	142,79	467,06	221,92	10,25	965,34	12,40	0,00	0,10		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		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
Обед																				
САЛАТ "БУРЯЧОК" (№17/2003г) 100	100	1,6	8,2	7,5	110,6	3,72	0,03	0,03	0,00	0,00	23,66	36,19	15,69	1,12	213,24	3,71	0,00	0,01	17	2003
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 250	250	2,2	4,4	16,5	114,8	6,70	0,08	0,06	0,22	0,08	25,76	65,25	24,98	0,99	485,82	4,40	0,00	0,03	132	2004
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ 60/40	100	5,9	6,6	7,0	115,9	7,05	0,03	0,05	0,03	1,77	32,20	62,62	14,41	1,06	195,40	3,87	0,00	0,02	150	2001
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	180	3,8	6,3	25,7	175,3	12,44	0,15	0,13	0,04	0,11	49,40	102,80	35,33	1,46	915,02	10,24	0,00	0,04	520	2004
ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	25	1,9	0,2	12,2	57,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,00	0,00	0,00	573	2021
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	885	17,5	26,1	96,2	693,4	29,91	0,36	0,30	0,29	1,96	146,06	317,25	106,97	7,16	1882,53	23,90	0,00	0,10		

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	252,5	381,7	1 053,6	8 666,8	267,09	4,08	3,10	6,54	18,86	1 503,99	3 852,61	1 390,81	79,00	13 855,15	397,03	0,14	2,08		
Среднее значение за период	25,3	38,2	105,4	866,7	26,71	0,41	0,31	0,65	1,89	150,40	385,26	139,08	7,90	1 385,52	39,70	0,01	0,21		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
Кадеты обед (112руб)	881

Начальник ОП

Просветова О.А.

Технолог ОП

Валиева З.В.