

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (МО) общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания"
с 7 до 11 лет

Сезон: Осень - зима

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углево ды		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	1неделя													
	1 день 1 неделя													
	ЗАВТРАК													
№101,2013	Сыр порционный	25	6,70	6,65	0,00	86,65	0,01	0,70	0,06	0,10	260,00	136,00	0,00	0,00
№267, 2013	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	210	7,84	11,78	37,33	286,64	0,20	1,03	0,04	0,29	122,76	189,32	43,45	1,17
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	0,04	0,00	0,00	0,35	6,40	20,80	4,48	0,35
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
пром	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	0,02	24,00	0,05	0,00	45,60	0,00	21,60	5,52
	Всего	749	19,84	19,98	104,44	676,91	0,33	28,63	0,15	1,24	459,16	406,86	81,42	9,30
	ОБЕД													
ТТК	Тефтели мясные	100	14,73	13,86	14,52	241,71	0,08	3,33	1,80	4,58	19,69	153,86	36,06	1,25
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	0,04	0,00	0,00	0,37	6,80	22,10	4,76	0,37
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
	Всего	544	28,52	22,86	108,16	752,51	0,63	11,83	1,95	6,80	65,49	450,67	192,48	7,87
	2 день 1 неделя													
	ЗАВТРАК													
тتك	Зеленый горошек консервированный	20	1,00	0,04	2,66	15,00	0,02	2,00	0,01	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14
тتك	Голень куриная отварная	100	18,10	9,20	0,10	155,60	0,08	0,00	14,00	0,19	8,00	163,00	18,00	0,71
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	0,05	0,00	0,00	0,42	14,10	45,00	5,70	1,17
	Всего	535	33,13	18,94	87,19	651,72	0,32	3,12	14,04	1,97	159,46	410,17	68,43	4,22
	ОБЕД													
№115,2013	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	0,05	15,00	0,00	2,50	27,50	32,40	20,60	0,90

№369,2013	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	260	17,72	9,92	32,79	291,34	0,24	34,08	5,42	5,56	26,95	205,07	91,23	2,45
тتك	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	0,00	4,00	0,01	0,00	7,80	0,00	3,60	0,95
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	16	1,22	0,14	7,95	37,97	0,02	0,00	0,00	0,18	3,20	10,40	2,24	0,18
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	0,03	0,00	0,00	0,27	8,93	28,50	3,61	0,74
	Всего	595	21,59	16,66	71,51	522,30	0,34	53,08	5,43	8,50	74,38	276,37	121,28	5,22
	3 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№265, 2013	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	210	6,76	10,94	40,73	288,36	0,09	1,03	0,04	0,61	112,76	125,32	21,05	0,49
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	0,03	0,00	0,00	0,29	5,20	16,90	3,64	0,29
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	0,04	0,00	0,00	0,29	9,87	31,50	3,99	0,82
пром	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	0,02	24,00	0,05	0,00	45,60	0,00	21,60	5,52
	Всего	717	18,10	19,58	105,61	671,09	0,22	27,24	0,18	1,34	445,55	329,08	63,94	7,72
	<i>ОБЕД</i>													
№78,2004	Икра морковная	100	1,81	8,15	10,17	121,32	0,12	21,75	0,04	3,74	46,06	59,33	36,52	1,30
ТТК	Котлета Любительская из минтая	100	13,16	6,18	10,95	152,07	0,19	6,41	26,00	2,53	37,28	54,02	54,32	1,58
№520, 2004	Пюре картофельное	200	4,48	6,26	35,24	215,21	0,22	34,53	0,02	1,63	53,44	130,77	42,60	1,57
№448,2013	Соус белый основной	50	0,35	1,85	2,11	26,52	0,01	0,35	0,00	0,07	2,14	4,93	0,90	0,06
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	43	3,27	0,39	21,37	102,04	0,05	0,00	0,00	0,47	8,60	27,95	6,02	0,47
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
	Всего	733	24,94	23,12	116,24	772,79	0,77	70,38	26,19	9,65	166,44	337,00	147,95	6,55
	4 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
тتك	Кукуруза консервированная	20	0,44	0,08	2,24	11,44	0,00	0,96	0,00	0,01	8,40	8,20	2,60	0,07
ТТК	Биточки мясные	90	15,88	11,33	13,30	218,66	0,15	0,90	11,30	2,94	29,54	161,32	39,11	1,53
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
тتك	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	33	2,51	0,30	16,40	78,31	0,04	0,00	0,00	0,36	6,60	21,45	4,62	0,36
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	0,06	0,00	0,00	0,46	15,51	49,50	6,27	1,29
	Всего	526	29,63	19,78	99,29	693,72	0,55	1,96	11,31	4,42	81,28	463,73	199,84	8,90
	<i>ОБЕД</i>													
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	120	26,58	9,12	2,83	199,75	0,09	0,05	9,91	3,32	18,14	197,00	96,08	1,59
№512,2004	Рис припущенный	150	3,72	4,33	38,92	209,52	0,04	0,00	0,00	0,26	5,46	80,33	26,28	0,54
тتك	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№108,2013	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	0,02	0,00	0,00	0,20	3,60	11,70	2,52	0,20

№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66
	Всего	505	37,00	16,58	79,43	614,90	0,18	1,65	9,91	4,01	56,79	314,53	141,31	3,37
	5 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№262, 2013	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	6,59	7,41	32,93	224,77	0,08	1,12	0,04	0,59	126,08	128,73	16,66	0,40
тток	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,33	18,39	87,80	0,04	0,00	0,00	0,41	7,40	24,05	5,18	0,41
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	617	21,50	17,35	92,75	613,16	0,30	48,40	0,19	1,65	514,69	469,40	68,89	3,32
	<i>ОБЕД</i>													
тток	Зеленый горошек консервированный	20	1,00	0,04	2,66	15,00	0,02	2,00	0,01	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14
№482,2004	Запеканка из печени с рисом с маслом	110	15,76	24,80	15,78	349,35	0,25	27,25	25,65	7,26	21,28	50,93	27,35	5,71
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,33	18,39	87,80	0,04	0,00	0,00	0,41	7,40	24,05	5,18	0,41
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
	Всего	552	27,22	30,83	102,99	798,29	0,48	37,61	25,68	9,05	68,62	194,18	54,23	8,54
	6 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№489,2004	Рагу из филе птицы	230	30,00	9,88	22,53	299,02	0,22	23,29	10,45	4,86	30,29	269,96	129,06	2,80
тток	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,35	19,38	92,55	0,04	0,00	0,00	0,43	7,80	25,35	5,46	0,43
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	34	1,60	0,24	16,93	76,26	0,06	0,00	0,00	0,48	15,98	51,00	6,46	1,33
	Всего	503	36,62	12,45	76,82	565,87	0,36	24,94	10,50	5,84	118,19	392,87	154,64	5,16
	<i>ОБЕД</i>													
№612, 2004	Маринад морковный 100 гр	100	1,34	10,11	9,33	133,73	0,09	16,20	0,02	4,55	36,51	45,98	27,90	0,99
ТТК	Шницель рубленый из филе птицы, маслом 100/10 гр	110	18,70	15,23	17,99	283,82	0,17	2,00	5,94	3,36	35,78	155,78	66,43	1,79
№514,2004	Бобовые отварные /горох/ 150 гр	150	14,81	6,33	35,73	259,17	0,58	10,22	0,00	0,57	84,42	238,91	77,07	4,91
ТТК	Напиток витаминизированный Яблочно-облепиховый 200 гр	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 35 гр	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
	Всего	635	39,40	32,27	116,84	915,41	1,08	35,77	6,10	10,07	182,63	523,42	183,90	9,63
	2неделя													
	1 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													

№101,2013	Сыр порционный	25	6,70	6,65	0,00	86,65	0,01	0,70	0,06	0,10	260,00	136,00	0,00	0,00
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	210	7,31	12,61	29,56	261,01	0,19	1,12	0,04	0,70	140,92	212,07	47,06	1,31
тتك	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	22,37	106,79	0,05	0,00	0,00	0,50	9,00	29,25	6,30	0,50
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	770	20,51	21,00	106,39	696,62	0,34	26,92	0,15	1,86	481,37	445,56	87,86	9,96
	<i>ОБЕД</i>													
№78,2004	Икра свекольная	100	2,12	8,08	13,14	133,74	0,04	14,34	0,03	3,82	35,60	50,47	40,37	1,46
ТТК	Фрикадельки из филе курицы	90	15,65	2,11	9,14	118,19	0,07	1,91	24,95	0,56	17,47	131,18	57,17	1,29
№520, 2004	Пюре картофельное	200	4,48	6,26	35,24	215,21	0,22	34,53	0,02	1,63	53,44	130,77	42,60	1,57
№528/2,1994	Соус красный основной	50	0,44	1,05	3,25	24,15	0,01	1,80	0,01	0,50	3,22	6,31	3,06	0,13
ТТК	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	38	2,89	0,34	18,89	90,17	0,04	0,00	0,00	0,42	7,60	24,70	5,32	0,42
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	45	2,12	0,32	22,41	100,94	0,08	0,00	0,00	0,63	21,15	67,50	8,55	1,76
	Всего	723	27,68	18,16	118,54	748,31	0,59	59,92	25,14	8,21	138,60	410,93	157,06	6,62
	2 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
тتك	Зеленый горошек консервированный	30	1,50	0,06	3,99	22,50	0,03	3,00	0,02	0,06	6,00	18,60	6,30	0,21
тتك	Биточки мясные	75	13,23	9,44	11,09	182,22	0,13	0,75	9,42	2,45	24,62	134,43	32,60	1,28
тتك	Капуста тушеная с картофелем	150	3,11	4,58	24,92	153,33	0,14	59,69	0,00	2,96	53,45	72,26	31,90	1,61
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	0,02	0,00	0,00	0,20	3,60	11,70	2,52	0,20
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66
	Всего	490	24,14	18,16	72,41	549,66	0,39	64,56	9,47	5,99	210,41	381,81	103,75	4,92
	<i>ОБЕД</i>													
№115,2013	Икра кабачковая	80	1,28	5,04	5,92	74,16	0,04	12,00	0,00	2,00	22,00	25,92	16,48	0,72
№465, 2004	Плов из филе птицы	210	23,79	17,14	42,02	417,51	0,12	4,75	7,48	7,34	20,81	236,78	105,24	1,99
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	0,03	0,00	0,00	0,29	5,20	16,90	3,64	0,29
	Всего	516	27,22	22,46	72,49	600,99	0,21	25,11	7,50	9,63	55,91	286,20	127,78	3,06
	3 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№255, 2013	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	210	7,81	11,03	39,50	288,52	0,15	1,03	0,04	0,83	147,16	247,04	32,25	0,89
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	23	1,75	0,21	11,43	54,58	0,03	0,00	0,00	0,25	4,60	14,95	3,22	0,25

№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
пром	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	0,02	24,00	0,05	0,00	45,60	0,00	21,60	5,52
	Всего	713	18,88	19,64	102,40	661,88	0,28	27,24	0,17	1,52	478,88	447,35	74,53	8,04
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлеты по-Хлыновски	100	17,14	11,57	10,47	214,59	0,15	6,25	18,50	2,92	27,75	185,91	48,06	1,68
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	0,04	0,00	0,00	0,35	6,40	20,80	4,48	0,35
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	0,05	0,00	0,00	0,42	14,10	45,00	5,70	1,17
	Всего	537	27,32	18,10	96,86	659,60	0,46	14,75	18,65	5,26	66,31	306,60	68,85	4,14
	4 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
тتك	Кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,16	0,01	1,44	0,01	0,01	12,60	12,30	3,90	0,11
ТТК	Шницель рубленый из филе птицы с маслом	100	16,84	14,43	16,20	262,05	0,16	1,80	5,35	3,03	32,44	140,50	59,79	1,61
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
№528/2,1994	Соус красный основной	50	0,44	1,05	3,25	24,15	0,01	1,80	0,01	0,50	3,22	6,31	3,06	0,13
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	0,05	0,00	0,00	0,43	14,57	46,50	5,89	1,21
	Всего	608	31,75	24,03	109,25	780,25	0,58	7,94	5,37	5,07	94,86	454,87	226,32	9,19
	<i>ОБЕД</i>													
№78,2004	Икра морковная	100	1,81	8,15	10,17	121,32	0,12	21,75	0,04	3,74	46,06	59,33	36,52	1,30
№489,2004	Рагу из филе птицы	260	23,55	9,35	29,67	297,03	0,24	30,95	7,67	4,99	34,75	240,49	112,04	2,76
тتك	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	0,01	6,40	0,00	0,00	6,60	0,00	1,92	0,13
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,69	0,25	17,93	80,75	0,06	0,00	0,00	0,50	16,92	54,00	6,84	1,40
	Всего	631	29,86	18,09	85,63	624,71	0,46	59,10	7,71	9,62	111,33	376,57	162,22	5,97
	5 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№260,2013	Каша Дружба	205	5,87	7,63	29,42	209,87	0,10	1,12	0,04	0,22	124,21	152,48	28,39	0,55
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	0,04	0,00	0,00	0,34	11,28	36,00	4,56	0,94
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	594	19,35	17,39	77,80	545,10	0,28	48,40	0,19	0,99	505,25	468,85	76,85	2,91

	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлеты мясные	100	17,64	12,59	14,78	242,96	0,17	1,00	12,56	3,27	32,82	179,24	43,46	1,70
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	0,16	25,90	0,01	1,22	40,08	98,08	31,95	1,18
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	0,03	0,00	0,00	0,32	5,80	18,85	4,06	0,32
	Всего	479	23,20	17,54	72,10	539,10	0,49	34,24	12,71	5,46	78,82	296,17	79,47	3,20
	6 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№333,2004	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,34	15,23	37,82	333,65	0,10	0,56	0,05	1,01	221,27	159,16	8,61	0,88
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	0,06	0,00	0,00	0,46	15,51	49,50	6,27	1,29
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	723	18,99	18,80	116,61	711,63	0,26	27,21	0,15	1,99	356,40	281,22	56,64	8,96
	<i>ОБЕД</i>													
тتك	Зеленый горошек консервированный	30	1,50	0,06	3,99	22,50	0,03	3,00	0,02	0,06	6,00	18,60	6,30	0,21
№431, 2004	Печень по-строгоновски	100	9,83	9,15	6,01	145,73	0,16	17,46	4,11	3,38	16,08	12,46	11,85	3,55
№511, 2004	Рис отварной	180	4,60	6,52	48,06	269,32	0,05	0,00	0,00	0,34	7,13	99,63	32,44	0,66
тتك	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	0,05	0,00	0,00	0,39	13,16	42,00	5,32	1,09
	Всего	568	24,05	19,04	107,19	696,32	0,33	22,06	4,13	4,50	69,97	192,19	73,31	6,24
	Всего за две недели ЗАВТРАК	7545	292,44	227,10	1151,0	7817,6	4,2	336,6	51,9	33,9	3905,5	4951,8	1263,1	82,60
	Среднее за день	628,75	24,37	18,93	95,9	651,5	0,4	28,0	4,3	2,8	325,5	412,6	105,3	6,88
	Всего за две недели ОБЕД	7018	338,00	255,71	1148,0	8245,2	6,0	425,5	151,1	90,8	1135,3	3964,8	1509,8	70,41
	Среднее за день	584,83	28,17	21,31	95,7	687,1	0,5	35,5	12,6	7,6	94,6	330,4	125,8	5,87

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (МО) общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания"
с 12 лет и старше

Сезон: Осень - зима

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углево ды		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	1неделя													
	1 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	25	6,70	6,65	0,00	86,65	0,01	0,70	0,06	0,10	260,00	136,00	0,00	0,00
№267, 2013	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	210	7,84	11,78	37,33	286,64	0,20	1,03	0,04	0,29	122,76	189,32	43,45	1,17
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	0,04	0,00	0,00	0,35	6,40	20,80	4,48	0,35
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
пром	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	0,02	24,00	0,05	0,00	45,60	0,00	21,60	5,52
	Всего	749	19,84	19,98	104,44	676,91	0,33	28,63	0,15	1,24	459,16	406,86	81,42	9,30
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Тефтели мясные	100	14,73	13,86	14,52	241,71	0,08	3,33	1,80	4,58	19,69	153,86	36,06	1,25
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	0,04	0,00	0,00	0,37	6,80	22,10	4,76	0,37
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
	Всего	544	28,52	22,86	108,16	752,51	0,63	11,83	1,95	6,80	65,49	450,67	192,48	7,87
	2 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
тتك	Зеленый горошек консервированный	20	1,00	0,04	2,66	15,00	0,02	2,00	0,01	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14
тتك	Голень куриная отварная	100	18,10	9,20	0,10	155,60	0,08	0,00	14,00	0,19	8,00	163,00	18,00	0,71
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	0,05	0,00	0,00	0,42	14,10	45,00	5,70	1,17
	Всего	535	33,13	18,94	87,19	651,72	0,32	3,12	14,04	1,97	159,46	410,17	68,43	4,22
	<i>ОБЕД</i>													
№115,2013	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	0,05	15,00	0,00	2,50	27,50	32,40	20,60	0,90

№369,2013	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	260	17,72	9,92	32,79	291,34	0,24	34,08	5,42	5,56	26,95	205,07	91,23	2,45
ттк	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	0,00	4,00	0,01	0,00	7,80	0,00	3,60	0,95
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	16	1,22	0,14	7,95	37,97	0,02	0,00	0,00	0,18	3,20	10,40	2,24	0,18
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	0,03	0,00	0,00	0,27	8,93	28,50	3,61	0,74
	Всего	595	21,59	16,66	71,51	522,30	0,34	53,08	5,43	8,50	74,38	276,37	121,28	5,22
	3 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№265, 2013	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	210	6,76	10,94	40,73	288,36	0,09	1,03	0,04	0,61	112,76	125,32	21,05	0,49
ттк	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	0,03	0,00	0,00	0,29	5,20	16,90	3,64	0,29
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	0,04	0,00	0,00	0,29	9,87	31,50	3,99	0,82
пром	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	0,02	24,00	0,05	0,00	45,60	0,00	21,60	5,52
	Всего	717	18,10	19,58	105,61	671,09	0,22	27,24	0,18	1,34	445,55	329,08	63,94	7,72
	<i>ОБЕД</i>													
№78,2004	Икра морковная	100	1,81	8,15	10,17	121,32	0,12	21,75	0,04	3,74	46,06	59,33	36,52	1,30
ТТК	Котлета Любительская из минтая	100	13,16	6,18	10,95	152,07	0,19	6,41	26,00	2,53	37,28	54,02	54,32	1,58
№520, 2004	Пюре картофельное	200	4,48	6,26	35,24	215,21	0,22	34,53	0,02	1,63	53,44	130,77	42,60	1,57
№448,2013	Соус белый основной	50	0,35	1,85	2,11	26,52	0,01	0,35	0,00	0,07	2,14	4,93	0,90	0,06
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	43	3,27	0,39	21,37	102,04	0,05	0,00	0,00	0,47	8,60	27,95	6,02	0,47
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
	Всего	733	24,94	23,12	116,24	772,79	0,77	70,38	26,19	9,65	166,44	337,00	147,95	6,55
	4 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
ттк	Кукуруза консервированная	20	0,44	0,08	2,24	11,44	0,00	0,96	0,00	0,01	8,40	8,20	2,60	0,07
ТТК	Биточки мясные	90	15,88	11,33	13,30	218,66	0,15	0,90	11,30	2,94	29,54	161,32	39,11	1,53
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
ттк	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	33	2,51	0,30	16,40	78,31	0,04	0,00	0,00	0,36	6,60	21,45	4,62	0,36
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	0,06	0,00	0,00	0,46	15,51	49,50	6,27	1,29
	Всего	526	29,63	19,78	99,29	693,72	0,55	1,96	11,31	4,42	81,28	463,73	199,84	8,90
	<i>ОБЕД</i>													
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	120	26,58	9,12	2,83	199,75	0,09	0,05	9,91	3,32	18,14	197,00	96,08	1,59
№512,2004	Рис припущенный	150	3,72	4,33	38,92	209,52	0,04	0,00	0,00	0,26	5,46	80,33	26,28	0,54
ттк	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№108,2013	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	0,02	0,00	0,00	0,20	3,60	11,70	2,52	0,20

№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66
	Всего	505	37,00	16,58	79,43	614,90	0,18	1,65	9,91	4,01	56,79	314,53	141,31	3,37
	5 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№262, 2013	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	6,59	7,41	32,93	224,77	0,08	1,12	0,04	0,59	126,08	128,73	16,66	0,40
ттк	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,33	18,39	87,80	0,04	0,00	0,00	0,41	7,40	24,05	5,18	0,41
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	617	21,50	17,35	92,75	613,16	0,30	48,40	0,19	1,65	514,69	469,40	68,89	3,32
	<i>ОБЕД</i>													
ттк	Зеленый горошек консервированный	20	1,00	0,04	2,66	15,00	0,02	2,00	0,01	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14
№482,2004	Запеканка из печени с рисом с маслом	110	15,76	24,80	15,78	349,35	0,25	27,25	25,65	7,26	21,28	50,93	27,35	5,71
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,33	18,39	87,80	0,04	0,00	0,00	0,41	7,40	24,05	5,18	0,41
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	0,06	0,00	0,00	0,49	16,45	52,50	6,65	1,37
	Всего	552	27,22	30,83	102,99	798,29	0,48	37,61	25,68	9,05	68,62	194,18	54,23	8,54
	6 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№489,2004	Рагу из филе птицы	230	30,00	9,88	22,53	299,02	0,22	23,29	10,45	4,86	30,29	269,96	129,06	2,80
ттк	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,35	19,38	92,55	0,04	0,00	0,00	0,43	7,80	25,35	5,46	0,43
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	34	1,60	0,24	16,93	76,26	0,06	0,00	0,00	0,48	15,98	51,00	6,46	1,33
	Всего	503	36,62	12,45	76,82	565,87	0,36	24,94	10,50	5,84	118,19	392,87	154,64	5,16
	<i>ОБЕД</i>													
№612, 2004	Маринад морковный 100 гр	100	1,34	10,11	9,33	133,73	0,09	16,20	0,02	4,55	36,51	45,98	27,90	0,99
ТТК	Шницель рубленный из филе птицы, маслом 100/10 гр	110	18,70	15,23	17,99	283,82	0,17	2,00	5,94	3,36	35,78	155,78	66,43	1,79
№514,2004	Бобовые отварные /горох/ 150 гр	150	14,81	6,33	35,73	259,17	0,58	10,22	0,00	0,57	84,42	238,91	77,07	4,91
ТТК	Напиток витаминизированный Яблочно-облепиховый 200 гр	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 35 гр	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
	Всего	635	39,40	32,27	116,84	915,41	1,08	35,77	6,10	10,07	182,63	523,42	183,90	9,63
	2неделя													
	1 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													

№101,2013	Сыр порционный	25	6,70	6,65	0,00	86,65	0,01	0,70	0,06	0,10	260,00	136,00	0,00	0,00
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	210	7,31	12,61	29,56	261,01	0,19	1,12	0,04	0,70	140,92	212,07	47,06	1,31
ттк	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	22,37	106,79	0,05	0,00	0,00	0,50	9,00	29,25	6,30	0,50
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	770	20,51	21,00	106,39	696,62	0,34	26,92	0,15	1,86	481,37	445,56	87,86	9,96
	<i>ОБЕД</i>													
№78,2004	Икра свекольная	100	2,12	8,08	13,14	133,74	0,04	14,34	0,03	3,82	35,60	50,47	40,37	1,46
ТТК	Фрикадельки из филе курицы	90	15,65	2,11	9,14	118,19	0,07	1,91	24,95	0,56	17,47	131,18	57,17	1,29
№520, 2004	Пюре картофельное	200	4,48	6,26	35,24	215,21	0,22	34,53	0,02	1,63	53,44	130,77	42,60	1,57
№528/2,1994	Соус красный основной	50	0,44	1,05	3,25	24,15	0,01	1,80	0,01	0,50	3,22	6,31	3,06	0,13
ТТК	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	38	2,89	0,34	18,89	90,17	0,04	0,00	0,00	0,42	7,60	24,70	5,32	0,42
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	45	2,12	0,32	22,41	100,94	0,08	0,00	0,00	0,63	21,15	67,50	8,55	1,76
	Всего	723	27,68	18,16	118,54	748,31	0,59	59,92	25,14	8,21	138,60	410,93	157,06	6,62
	2 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
ттк	Зеленый горошек консервированный	30	1,50	0,06	3,99	22,50	0,03	3,00	0,02	0,06	6,00	18,60	6,30	0,21
ттк	Биточки мясные	75	13,23	9,44	11,09	182,22	0,13	0,75	9,42	2,45	24,62	134,43	32,60	1,28
ттк	Капуста тушеная с картофелем	150	3,11	4,58	24,92	153,33	0,14	59,69	0,00	2,96	53,45	72,26	31,90	1,61
ттк	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	0,02	0,00	0,00	0,20	3,60	11,70	2,52	0,20
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66
	Всего	490	24,14	18,16	72,41	549,66	0,39	64,56	9,47	5,99	210,41	381,81	103,75	4,92
	<i>ОБЕД</i>													
№115,2013	Икра кабачковая	80	1,28	5,04	5,92	74,16	0,04	12,00	0,00	2,00	22,00	25,92	16,48	0,72
№465, 2004	Плов из филе птицы	210	23,79	17,14	42,02	417,51	0,12	4,75	7,48	7,34	20,81	236,78	105,24	1,99
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	0,03	0,00	0,00	0,29	5,20	16,90	3,64	0,29
	Всего	516	27,22	22,46	72,49	600,99	0,21	25,11	7,50	9,63	55,91	286,20	127,78	3,06
	3 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№255, 2013	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	210	7,81	11,03	39,50	288,52	0,15	1,03	0,04	0,83	147,16	247,04	32,25	0,89
ттк	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	23	1,75	0,21	11,43	54,58	0,03	0,00	0,00	0,25	4,60	14,95	3,22	0,25

№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
пром	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	0,02	24,00	0,05	0,00	45,60	0,00	21,60	5,52
	Всего	713	18,88	19,64	102,40	661,88	0,28	27,24	0,17	1,52	478,88	447,35	74,53	8,04
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлеты по-Хлыновски	100	17,14	11,57	10,47	214,59	0,15	6,25	18,50	2,92	27,75	185,91	48,06	1,68
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	0,04	0,00	0,00	0,35	6,40	20,80	4,48	0,35
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	0,05	0,00	0,00	0,42	14,10	45,00	5,70	1,17
	Всего	537	27,32	18,10	96,86	659,60	0,46	14,75	18,65	5,26	66,31	306,60	68,85	4,14
	4 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
тتك	Кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,16	0,01	1,44	0,01	0,01	12,60	12,30	3,90	0,11
ТТК	Шницель рубленый из филе птицы с маслом	100	16,84	14,43	16,20	262,05	0,16	1,80	5,35	3,03	32,44	140,50	59,79	1,61
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
№528/2,1994	Соус красный основной	50	0,44	1,05	3,25	24,15	0,01	1,80	0,01	0,50	3,22	6,31	3,06	0,13
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	0,05	0,00	0,00	0,43	14,57	46,50	5,89	1,21
	Всего	608	31,75	24,03	109,25	780,25	0,58	7,94	5,37	5,07	94,86	454,87	226,32	9,19
	<i>ОБЕД</i>													
№78,2004	Икра морковная	100	1,81	8,15	10,17	121,32	0,12	21,75	0,04	3,74	46,06	59,33	36,52	1,30
№489,2004	Рагу из филе птицы	260	23,55	9,35	29,67	297,03	0,24	30,95	7,67	4,99	34,75	240,49	112,04	2,76
тتك	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	0,01	6,40	0,00	0,00	6,60	0,00	1,92	0,13
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,69	0,25	17,93	80,75	0,06	0,00	0,00	0,50	16,92	54,00	6,84	1,40
	Всего	631	29,86	18,09	85,63	624,71	0,46	59,10	7,71	9,62	111,33	376,57	162,22	5,97
	5 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№260,2013	Каша Дружба	205	5,87	7,63	29,42	209,87	0,10	1,12	0,04	0,22	124,21	152,48	28,39	0,55
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	0,04	0,00	0,00	0,34	11,28	36,00	4,56	0,94
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	594	19,35	17,39	77,80	545,10	0,28	48,40	0,19	0,99	505,25	468,85	76,85	2,91

	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлеты мясные	100	17,64	12,59	14,78	242,96	0,17	1,00	12,56	3,27	32,82	179,24	43,46	1,70
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	0,16	25,90	0,01	1,22	40,08	98,08	31,95	1,18
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	0,03	0,00	0,00	0,32	5,80	18,85	4,06	0,32
	Всего	479	23,20	17,54	72,10	539,10	0,49	34,24	12,71	5,46	78,82	296,17	79,47	3,20
	6 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№333,2004	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,34	15,23	37,82	333,65	0,10	0,56	0,05	1,01	221,27	159,16	8,61	0,88
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	0,06	0,00	0,00	0,46	15,51	49,50	6,27	1,29
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	723	18,99	18,80	116,61	711,63	0,26	27,21	0,15	1,99	356,40	281,22	56,64	8,96
	<i>ОБЕД</i>													
тتك	Зеленый горошек консервированный	30	1,50	0,06	3,99	22,50	0,03	3,00	0,02	0,06	6,00	18,60	6,30	0,21
№431, 2004	Печень по-строгоновски	100	9,83	9,15	6,01	145,73	0,16	17,46	4,11	3,38	16,08	12,46	11,85	3,55
№511, 2004	Рис отварной	180	4,60	6,52	48,06	269,32	0,05	0,00	0,00	0,34	7,13	99,63	32,44	0,66
тتك	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	0,05	0,00	0,00	0,39	13,16	42,00	5,32	1,09
	Всего	568	24,05	19,04	107,19	696,32	0,33	22,06	4,13	4,50	69,97	192,19	73,31	6,24
	Всего за две недели ЗАВТРАК	7545	292,44	227,10	1151,0	7817,6	4,2	336,6	51,9	33,9	3905,5	4951,8	1263,1	82,60
	Среднее за день	628,75	24,37	18,93	95,9	651,5	0,4	28,0	4,3	2,8	325,5	412,6	105,3	6,88
	Всего за две недели ОБЕД	7018	338,00	255,71	1148,0	8245,2	6,0	425,5	151,1	90,8	1135,3	3964,8	1509,8	70,41
	Среднее за день	584,83	28,17	21,31	95,7	687,1	0,5	35,5	12,6	7,6	94,6	330,4	125,8	5,87

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (ГОС) 1-4 классов общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания"

7-11 лет

Сезон: Осень - зима

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углево ды		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	1 неделя													
	1 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	0,00	0,42	0,04	0,06	157,53	82,40	0,00	0,00
№267, 2013	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	205	7,80	8,15	37,26	253,60	0,20	1,03	0,03	0,24	121,56	187,82	43,43	1,16
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	577	15,36	12,75	71,43	461,90	0,32	49,96	0,14	0,63	335,04	333,96	66,07	2,57
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Тефтели мясные	60	8,84	8,31	8,71	144,92	0,05	2,00	1,08	2,74	11,81	92,31	21,63	0,75
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	0,02	0,00	0,00	0,23	4,20	13,65	2,94	0,23
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
	Всего	476	20,94	17,09	88,42	591,23	0,55	10,50	1,23	4,61	47,96	358,17	173,39	6,65
	2 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
тتك	Голень куриная отварная	80	14,48	7,36	0,08	124,48	0,07	0,00	11,20	0,15	6,40	130,40	14,40	0,57
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	120	4,66	4,29	29,68	176,01	0,07	0,00	0,00	0,68	9,28	38,16	6,75	0,68
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Всего	430	25,55	15,73	59,67	482,44	0,21	1,12	11,23	1,25	136,44	307,38	52,55	2,55
	<i>ОБЕД</i>													
№369,2013	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	210	16,83	8,29	24,66	240,55	0,19	25,56	5,41	4,50	21,41	179,46	81,32	2,05
тتك	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	0,00	4,00	0,01	0,00	7,80	0,00	3,60	0,95
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	0,05	0,00	0,00	0,42	14,10	45,00	5,70	1,17

	Всего	480	21,44	9,02	73,38	460,44	0,29	29,56	5,42	5,36	51,31	250,46	96,22	4,61
	3 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№265, 2013	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	205	6,72	7,31	40,66	255,32	0,09	1,03	0,04	0,56	111,56	123,82	21,03	0,48
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	43	3,27	0,39	21,37	102,04	0,05	0,00	0,00	0,47	8,60	27,95	6,02	0,47
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	39	1,83	0,27	19,42	87,48	0,07	0,00	0,00	0,55	18,33	58,50	7,41	1,52
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	737	14,88	10,96	123,94	653,88	0,26	27,68	0,13	1,65	250,11	256,83	70,62	8,83
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлета Любительская из минтая	100	13,16	6,18	10,95	152,07	0,19	6,41	26,00	2,53	37,28	54,02	54,32	1,58
№520, 2004	Пюре картофельное	180	4,03	5,63	31,71	193,68	0,19	31,07	0,02	1,47	48,09	117,69	38,34	1,41
№448,2013	Соус белый основной	20	0,14	0,74	0,85	10,61	0,00	0,14	0,00	0,03	0,85	1,97	0,36	0,03
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	0,05	0,00	0,00	0,42	14,10	45,00	5,70	1,17
	Всего	570	21,78	13,13	94,81	584,49	0,61	44,97	26,15	5,53	108,45	244,68	104,31	4,63
	4 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
ТТК	Биточки мясные	60	10,58	7,55	8,87	145,77	0,10	0,60	7,54	1,96	19,69	107,54	26,08	1,02
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,87	9,35	49,04	323,80	0,37	0,00	0,01	0,78	19,30	258,03	171,41	5,76
тتك	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	0,02	0,00	0,00	0,23	4,20	13,65	2,94	0,23
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
	Всего	481	24,19	17,28	88,35	605,73	0,53	0,70	7,54	3,25	57,74	417,46	208,62	8,64
	<i>ОБЕД</i>													
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	90	16,91	6,35	2,66	135,40	0,06	0,05	6,22	2,21	14,86	126,85	60,82	1,01
№512,2004	Рис припущенный	120	2,97	3,47	31,13	167,62	0,03	0,00	0,00	0,21	4,37	64,26	21,02	0,43
тتك	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	0,02	0,00	0,00	0,23	4,20	13,65	2,94	0,23
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
	Всего	451	26,95	12,98	74,47	522,49	0,15	1,65	6,22	2,93	54,43	234,76	101,78	2,84
	5 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№262, 2013	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	6,59	7,41	32,93	224,77	0,08	1,12	0,04	0,59	126,08	128,73	16,66	0,40
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	0,02	0,00	0,00	0,23	4,20	13,65	2,94	0,23

№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	566	14,22	11,78	77,33	472,23	0,25	47,84	0,14	1,18	296,44	327,70	63,80	2,56
	<i>ОБЕД</i>													
№482,2004	Запеканка из печени с рисом с маслом	85	12,58	17,66	12,59	259,65	0,20	21,80	20,52	5,77	16,30	39,84	21,87	4,56
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	0,05	0,00	0,00	0,39	13,16	42,00	5,32	1,09
	Всего	488	21,80	23,50	87,69	649,41	0,38	30,16	20,54	7,30	53,96	152,39	41,54	6,84
	6 день 1 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№489,2004	Рагу из филе птицы	200	19,85	7,56	22,34	236,83	0,19	23,26	6,58	3,96	26,82	196,34	92,04	2,20
тгк	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	0,06	0,00	0,00	0,46	15,51	49,50	6,27	1,29
	Всего	468	26,12	10,09	74,15	491,94	0,32	24,91	6,63	4,88	113,45	315,15	116,87	4,47
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Шницель рубленый из филе птицы	100	18,62	7,98	17,86	217,73	0,17	2,00	5,94	3,26	33,38	152,78	66,38	1,77
№514,2004	Бобовые отварные /горох/	150	14,81	6,33	35,73	259,17	0,58	10,22	0,00	0,57	84,42	238,91	77,07	4,91
ТТК	Напиток витаминизированный Яблочно-облепиховый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
	Всего	505	36,89	14,76	97,43	670,08	0,96	19,57	6,08	5,16	135,68	448,69	152,40	7,98
	2 неделя													
	1 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№101,2013	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	0,00	0,42	0,04	0,06	157,53	82,40	0,00	0,00
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	205	7,27	8,99	29,49	227,96	0,19	1,12	0,04	0,65	139,72	210,57	47,04	1,30
тгк	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	0,06	0,00	0,00	0,46	15,51	49,50	6,27	1,29
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	608	16,70	13,85	82,37	520,99	0,36	47,24	0,14	1,56	366,91	409,46	75,81	4,00
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Фрикадельки из филе курицы	90	15,65	2,11	9,14	118,19	0,07	1,91	24,95	0,56	17,47	131,18	57,17	1,29
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	0,16	25,90	0,01	1,22	40,08	98,08	31,95	1,18

№528/2,1994	Соус красный основной	25	0,22	0,52	1,63	12,10	0,01	0,90	0,00	0,25	1,61	3,16	1,53	0,07
ТТК	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	0,03	0,00	0,00	0,32	5,80	18,85	4,06	0,32
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	0,04	0,00	0,00	0,36	12,22	39,00	4,94	1,01
	Всего	520	22,65	7,78	81,04	484,74	0,44	36,05	25,10	3,36	77,30	290,26	99,64	3,87
	2 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
ТТК	Биточки мясные	50	8,82	6,29	7,39	121,48	0,08	0,50	6,28	1,63	16,41	89,62	21,73	0,85
№534,2004	Капуста тушеная	150	3,86	5,33	17,53	133,49	0,13	91,18	0,03	3,13	88,10	66,18	34,27	2,04
ттк	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	0,04	0,00	0,00	0,29	9,87	31,50	3,99	0,82
	Всего	441	19,32	15,75	60,31	460,29	0,31	92,80	6,34	5,36	233,14	319,62	89,99	4,90
	<i>ОБЕД</i>													
№492,2004	Плов из филе птицы	200	20,46	11,88	41,66	355,39	0,12	4,95	6,22	5,06	20,16	212,54	93,33	1,80
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Всего	430	22,92	12,19	68,20	474,20	0,16	13,31	6,23	5,39	34,06	238,64	99,95	2,19
	3 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№255, 2013	Каша ячневая вязкая с маслом	205	7,77	7,40	39,44	255,48	0,15	1,03	0,03	0,78	145,96	245,54	32,23	0,88
ттк	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	43	3,27	0,39	21,37	102,04	0,05	0,00	0,00	0,47	8,60	27,95	6,02	0,47
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	738	15,98	11,06	123,21	656,28	0,33	27,68	0,13	1,89	284,98	380,05	82,01	9,26
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлеты по-Хлыновски	60	10,28	6,94	6,28	128,75	0,09	3,75	11,10	1,75	16,65	111,55	28,84	1,01
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	50	1,02	1,32	3,93	31,72	0,02	2,31	0,02	0,13	12,68	14,38	4,35	0,17
ттк	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	0,04	0,00	0,00	0,29	9,87	31,50	3,99	0,82
	Всего	501	19,64	13,96	84,20	540,96	0,38	13,41	11,26	3,89	54,92	218,12	48,41	3,07
	4 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
ТТК	Шницель рубленый из филе птицы	90	16,76	7,18	16,07	195,96	0,16	1,80	5,35	2,93	30,04	137,50	59,74	1,59

№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
№528/2,1994	Соус красный основной	25	0,22	0,52	1,63	12,10	0,01	0,90	0,00	0,25	1,61	3,16	1,53	0,07
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№108,2013	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	0,03	0,00	0,00	0,30	5,40	17,55	3,78	0,30
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,27	0,19	13,45	60,56	0,05	0,00	0,00	0,38	12,69	40,50	5,13	1,05
	Всего	526	29,62	15,99	95,69	645,13	0,55	5,60	5,36	4,51	73,77	421,97	218,26	8,70
	<i>ОБЕД</i>													
№489,2004	Рагу из филе птицы	210	23,30	7,84	22,40	253,34	0,20	23,26	7,90	4,04	27,99	221,31	104,60	2,40
тتك	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	0,01	6,40	0,00	0,00	6,60	0,00	1,92	0,13
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Всего	440	25,72	8,12	47,77	367,09	0,24	29,66	7,90	4,37	40,59	240,81	110,72	2,86
	5 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№260,2013	Каша Дружба	205	5,87	7,63	29,42	209,87	0,10	1,12	0,04	0,22	124,21	152,48	28,39	0,55
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	540	12,10	11,81	60,88	398,22	0,22	47,84	0,14	0,47	283,97	317,55	70,89	1,86
	<i>ОБЕД</i>													
ТТК	Котлеты мясные	60	10,58	7,55	8,87	145,77	0,10	0,60	7,54	1,96	19,69	107,54	26,08	1,02
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	0,16	25,90	0,01	1,22	40,08	98,08	31,95	1,18
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	0,04	0,00	0,00	0,29	9,87	31,50	3,99	0,82
	Всего	451	16,45	12,57	72,17	467,66	0,45	33,84	7,68	4,35	73,77	250,12	64,81	3,24
	6 день 2 неделя													
	<i>ЗАВТРАК</i>													
№333,2004	Макаронные изделия отварные с сыром маслом	150	8,50	11,60	28,33	251,72	0,07	0,42	0,04	0,76	166,00	119,40	6,45	0,66
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	0,04	0,00	0,00	0,29	9,87	31,50	3,99	0,82
№112,2013	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	0,02	20,00	0,04	0,00	38,00	0,00	18,00	4,60
	Всего	591	13,87	14,71	86,31	533,12	0,19	22,07	0,12	1,35	281,99	210,46	44,90	6,90
	<i>ОБЕД</i>													
№431, 2004	Печень по-строгоновски	80	7,86	7,32	4,81	116,58	0,13	13,97	3,29	2,70	12,86	9,96	9,48	2,84
№511, 2004	Рис отварной	150	3,83	5,43	40,05	224,43	0,04	0,00	0,00	0,28	5,94	83,03	27,03	0,55
тتك	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39

№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	0,02	0,00	0,00	0,23	4,20	13,65	2,94	0,23
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
	Всего	471	18,76	15,92	85,53	560,49	0,23	15,57	3,29	3,49	54,00	136,64	56,45	4,80
	Всего за две недели ЗАВТРАК	6703	227,9	161,8	1003,6	6 382,15	3,85	395,44	38,04	27,98	2714,0	4017,6	1160,4	65,24
	Среднее за день	558,58	18,99	13,48	83,64	531,85	0,32	32,95	3,17	2,33	226,17	334,80	96,70	5,44
	Всего за две недели ОБЕД	5783	275,94	161,02	955,11	6 373,28	4,84	278,25	127,10	55,74	786,43	3063,7	1149,6	53,58
	Среднее за день	481,92	23,00	13,42	79,59	531,11	0,40	23,19	10,59	4,65	65,54	255,31	95,80	4,47

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (ПЛ) общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания"

Сезон: Осень - зима с 7 до 11 лет, с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углево ды		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	<u>1неделя СОШ с 11 лет</u>													
	1 день 1 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№267, 2013	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	210	7,84	11,78	37,33	286,64	0,20	1,03	0,04	0,29	122,76	189,32	43,45	1,17
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	0,05	0,00	0,00	0,45	15,04	48,00	6,08	1,25
пром	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	0,08	53,20	0,08	0,00	49,00	42,00	15,40	0,21
	Всего	639	18,37	17,93	88,93	590,54	0,38	57,69	0,17	1,15	408,75	415,86	74,37	3,85
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
тتك	Кукуруза консервированная	15	0,33	0,06	1,68	8,58	0,00	0,72	0,00	0,00	6,30	6,15	1,95	0,05
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,53	5,69	20,41	142,96	0,12	18,80	0,08	2,97	23,67	75,72	25,81	1,04
ТТК	Тефтели мясные	60	8,84	8,31	8,71	144,92	0,05	2,00	1,08	2,74	11,81	92,31	21,63	0,75
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
	Всего	755	24,34	22,91	114,98	763,47	0,68	30,02	1,31	7,70	81,07	450,14	202,66	7,98
	2 день 1 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
тتك	Голень куриная отварная	100	18,10	9,20	0,10	155,60	0,08	0,00	14,00	0,19	8,00	163,00	18,00	0,71
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,25	13,92	66,44	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
	Всего	478	30,19	18,62	66,11	552,82	0,24	1,12	14,03	1,43	139,96	348,22	57,55	2,84
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													

№115,2013	Икра кабачковая	60	0,96	3,78	4,44	55,62	0,03	9,00	0,00	1,50	16,50	19,44	12,36	0,54
№110, 2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,10	4,57	15,06	109,81	0,07	23,06	0,01	2,17	41,23	53,30	33,44	1,26
№369,2013	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	210	16,83	8,29	24,66	240,55	0,19	25,56	5,41	4,50	21,41	179,46	81,32	2,05
тток	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	0,00	4,00	0,01	0,00	7,80	0,00	3,60	0,95
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
	Всего	775	23,13	17,20	82,93	579,06	0,37	61,62	5,44	8,80	103,70	305,96	138,97	6,06
	3 день 1 неделя													
	1 КОМПЛЕКС													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№265, 2013	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	205	6,72	7,31	40,66	255,32	0,09	1,03	0,04	0,56	111,56	123,82	21,03	0,48
тток	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	725	18,21	16,02	108,02	649,08	0,22	28,24	0,18	1,34	447,93	332,93	65,44	8,09
	2 КОМПЛЕКС													
№78,2004	Икра морковная	100	1,81	8,15	10,17	121,32	0,12	21,75	0,04	3,74	46,06	59,33	36,52	1,30
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	5,55	4,51	22,25	151,78	0,24	16,44	0,00	2,38	37,75	107,83	39,24	2,05
ТТК	Котлета Любительская из минтая	100	13,16	6,18	10,95	152,07	0,19	6,41	26,00	2,53	37,28	54,02	54,32	1,58
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	0,16	25,90	0,01	1,22	40,08	98,08	31,95	1,18
№448,2013	Соус белый основной	20	0,14	0,74	0,85	10,61	0,00	0,14	0,00	0,03	0,85	1,97	0,36	0,03
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	0,05	0,00	0,00	0,45	15,04	48,00	6,08	1,25
	Всего	882	27,80	24,78	117,96	806,06	0,93	77,98	26,18	11,33	183,19	388,73	172,66	7,71
	4 день 1 неделя													
	1 КОМПЛЕКС													
ТТК	Биточки мясные	90	15,88	11,33	13,30	218,66	0,15	0,90	11,30	2,94	29,54	161,32	39,11	1,53
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
тток	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№108,2013	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	0,02	0,00	0,00	0,20	3,60	11,70	2,52	0,20
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	0,03	0,00	0,00	0,27	8,93	28,50	3,61	0,74
	Всего	477	27,39	19,47	82,63	615,28	0,51	1,00	11,31	4,05	63,30	424,78	192,48	8,12
	2 КОМПЛЕКС													
№135,2004	Суп из овощей со сметаной	260	2,41	6,11	14,25	121,62	0,10	23,85	0,01	2,79	33,21	57,76	22,58	0,92
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	90	16,91	6,35	2,66	135,40	0,06	0,05	6,22	2,21	14,86	126,85	60,82	1,01

№512,2004	Рис припущенный	150	3,72	4,33	38,92	209,52	0,04	0,00	0,00	0,26	5,46	80,33	26,28	0,54
ттк	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	36	2,74	0,32	17,89	85,43	0,04	0,00	0,00	0,40	7,20	23,40	5,04	0,40
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,74	0,26	18,43	82,99	0,06	0,00	0,00	0,52	17,39	55,50	7,03	1,44
	Всего	773	32,04	20,21	112,42	759,74	0,30	25,50	6,23	6,17	99,72	343,83	134,95	4,69
	5 день 1 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
№101,2013	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	0,00	0,42	0,04	0,06	157,53	82,40	0,00	0,00
№262, 2013	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	6,59	7,41	32,93	224,77	0,08	1,12	0,04	0,59	126,08	128,73	16,66	0,40
ттк	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	590	18,82	15,88	81,81	545,43	0,27	48,26	0,17	1,36	457,12	420,20	65,31	2,80
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
ттк	Зеленый горошек консервированный	20	1,00	0,04	2,66	15,00	0,02	2,00	0,01	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14
№134, 2004	Суп Крестьянский с крупой	250	1,99	5,24	11,96	102,96	0,09	23,00	0,00	2,59	26,46	46,85	19,90	0,86
№482,2004	Запеканка из печени с рисом	100	15,68	17,55	15,65	283,26	0,25	27,25	25,65	7,16	18,88	47,93	27,30	5,69
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	0,07	0,00	0,00	0,56	18,80	60,00	7,60	1,56
	Всего	795	29,21	28,83	116,32	841,63	0,57	60,61	25,68	11,58	94,63	244,22	74,75	9,55
	6 день 1 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
ттк	Кукуруза консервированная	40	0,88	0,16	4,48	22,88	0,01	1,92	0,01	0,01	16,80	16,40	5,20	0,14
№489,2004	Рагу из филе птицы	200	19,85	7,56	22,34	236,83	0,19	23,26	6,58	3,96	26,82	196,34	92,04	2,20
ттк	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№108,2013	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	0,02	0,00	0,00	0,20	3,60	11,70	2,52	0,20
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	0,03	0,00	0,00	0,27	8,93	28,50	3,61	0,74
	Всего	477	25,05	10,00	63,21	443,08	0,29	26,83	6,64	4,51	120,27	299,50	117,03	3,88
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
№612, 2004	Маринад морковный	100	1,34	10,11	9,33	133,73	0,09	16,20	0,02	4,55	36,51	45,98	27,90	0,99
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,95	5,21	23,79	153,83	0,12	18,00	0,00	3,06	17,61	63,60	24,05	1,04
ТТК	Шницель рубленный из филе птицы	100	18,62	7,98	17,86	217,73	0,17	2,00	5,94	3,26	33,38	152,78	66,38	1,77
№514,2004	Бобовые отварные /горох/	150	14,81	6,33	35,73	259,17	0,58	10,22	0,00	0,57	84,42	238,91	77,07	4,91
ТТК	Напиток витаминизированный Яблочно-облепиховый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00

№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66
	Всего	837	40,05	29,93	121,59	915,97	1,15	53,77	6,10	12,54	184,03	539,77	201,43	9,58
	2неделя СОШ с 11 лет													
	1 день 2 неделя													
	1 КОМПЛЕКС													
№101,2013	Сыр порционный	25	6,70	6,65	0,00	86,65	0,01	0,70	0,06	0,10	260,00	136,00	0,00	0,00
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	210	7,31	12,61	29,56	261,01	0,19	1,12	0,04	0,70	140,92	212,07	47,06	1,31
тتك	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	0,00	0,10	0,00	0,00	5,15	8,24	4,40	0,85
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	0,03	0,00	0,00	0,28	9,40	30,00	3,80	0,78
пром	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	0,02	23,00	0,05	0,00	43,70	0,00	20,70	5,29
	Всего	715	18,35	20,64	87,02	607,28	0,29	24,92	0,14	1,42	465,17	405,81	80,16	8,56
	2 КОМПЛЕКС													
№78,2004	Икра свекольная	60	1,27	4,85	7,88	80,25	0,02	8,60	0,02	2,29	21,36	30,28	24,22	0,87
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	5,55	4,51	22,25	151,78	0,24	16,44	0,00	2,38	37,75	107,83	39,24	2,05
ТТК	Фрикадельки из филе курицы	90	15,65	2,11	9,14	118,19	0,07	1,91	24,95	0,56	17,47	131,18	57,17	1,29
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	0,16	25,90	0,01	1,22	40,08	98,08	31,95	1,18
№528/2,1994	Соус красный основной	50	0,44	1,05	3,25	24,15	0,01	1,80	0,01	0,50	3,22	6,31	3,06	0,13
ТТК	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	0,05	0,00	0,00	0,45	15,04	48,00	6,08	1,25
	Всего	862	30,04	17,71	116,27	744,65	0,73	62,00	25,13	8,38	141,04	441,18	165,92	7,10
	2 день 2 неделя													
	1 КОМПЛЕКС													
ТТК	Биточки мясные	75	13,23	9,44	11,09	182,22	0,13	0,75	9,42	2,45	24,62	134,43	32,60	1,28
тتك	Капуста тушеная с картофелем	150	3,11	4,58	24,92	153,33	0,14	59,69	0,00	2,96	53,45	72,26	31,90	1,61
тتك	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66
	Всего	462	22,79	18,12	69,41	531,90	0,36	61,56	9,46	5,95	204,81	364,51	97,73	4,74
	2 КОМПЛЕКС													
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,53	5,69	20,41	142,96	0,12	18,80	0,08	2,97	23,67	75,72	25,81	1,04
№465, 2004	Плов из филе птицы	210	23,79	17,14	42,02	417,51	0,12	4,75	7,48	7,34	20,81	236,78	105,24	1,99
№699, 2004	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	0,01	8,36	0,01	0,00	7,90	6,60	2,42	0,06
№108,2013	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	0,03	0,00	0,00	0,24	7,99	25,50	3,23	0,66

	Всего	702	28,81	23,17	92,47	693,68	0,30	31,91	7,57	10,77	64,37	357,60	139,50	3,97
	3 день 2 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
№101,2013	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	0,01	0,56	0,05	0,08	208,00	108,80	0,00	0,00
№255, 2013	Каша ячневая вязкая с маслом	205	7,77	7,40	39,44	255,48	0,15	1,03	0,03	0,78	145,96	245,54	32,23	0,88
тتك	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, 2013	Хлеб пшеничный	19	1,44	0,17	9,44	45,09	0,02	0,00	0,00	0,21	3,80	12,35	2,66	0,21
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,85	0,13	8,96	40,37	0,03	0,00	0,00	0,25	8,46	27,00	3,42	0,70
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	712	18,48	16,01	100,33	619,30	0,27	28,24	0,17	1,40	477,84	440,25	74,47	8,14
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
тتك	Кукуруза консервированная	20	0,44	0,08	2,24	11,44	0,00	0,96	0,00	0,01	8,40	8,20	2,60	0,07
№135,2004	Суп из овощей со сметаной	260	2,41	6,11	14,25	121,62	0,10	23,85	0,01	2,79	33,21	57,76	22,58	0,92
ТТК	Котлеты по-Хлыновски	60	10,28	6,94	6,28	128,75	0,09	3,75	11,10	1,75	16,65	111,55	28,84	1,01
№332, 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	0,09	0,00	0,00	0,86	11,60	47,70	8,43	0,85
№601, 2004	Соус сметанный с томатом	25	0,51	0,66	1,97	15,86	0,01	1,16	0,01	0,06	6,34	7,19	2,18	0,09
тتك	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
	Всего	765	22,55	19,56	103,19	679,00	0,49	37,06	11,26	6,74	93,07	286,14	72,88	4,19
	4 день 2 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
ТТК	Шницель рубленый из филе птицы маслом	100	16,84	14,43	16,20	262,05	0,16	1,80	5,35	3,03	32,44	140,50	59,79	1,61
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	0,31	0,00	0,00	0,65	16,08	215,02	142,84	4,80
№528/2,1994	Соус красный основной	50	0,44	1,05	3,25	24,15	0,01	1,80	0,01	0,50	3,22	6,31	3,06	0,13
тتك	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	0,00	2,90	0,00	0,00	7,95	8,24	5,24	0,89
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,35	19,38	92,55	0,04	0,00	0,00	0,43	7,80	25,35	5,46	0,43
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,69	0,25	17,93	80,75	0,06	0,00	0,00	0,50	16,92	54,00	6,84	1,40
	Всего	582	31,25	23,93	107,89	771,94	0,58	6,50	5,36	5,12	84,41	449,42	223,23	9,27
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
№131, Пермь 2013	Свекольник со сметаной	260	2,79	5,90	20,94	148,06	0,09	19,71	0,02	2,71	46,31	73,43	45,52	1,59
№489,2004	Рагу из филе птицы	260	23,55	9,35	29,67	297,03	0,24	30,95	7,67	4,99	34,75	240,49	112,04	2,76
тتك	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	0,01	6,40	0,00	0,00	6,60	0,00	1,92	0,13
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
	Всего	770	29,56	15,67	85,95	603,05	0,41	57,06	7,69	8,32	104,41	367,67	167,73	5,73
	5 день 2 неделя													

	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
№101,2013	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	0,00	0,42	0,04	0,06	157,53	82,40	0,00	0,00
№260,2013	Каша Дружба	205	5,87	7,63	29,42	209,87	0,10	1,12	0,04	0,22	124,21	152,48	28,39	0,55
тток	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	0,04	1,12	0,03	0,08	114,76	119,32	27,20	0,97
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,25	13,92	66,44	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
№112,2013	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	0,07	0,00	42,00	36,00	13,20	0,18
	Всего	568	17,15	15,96	67,34	481,57	0,24	48,26	0,18	0,67	444,10	408,40	72,71	2,01
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,95	5,21	23,79	153,83	0,12	18,00	0,00	3,06	17,61	63,60	24,05	1,04
ТТК	Котлеты мясные	65	10,62	11,18	8,93	178,82	0,10	0,60	7,54	2,01	20,89	109,04	26,10	1,03
№520, 2004	Пюре картофельное	180	4,03	5,63	31,71	193,68	0,19	31,07	0,02	1,47	48,09	117,69	38,34	1,41
ТТК	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,13	7,34	0,13	0,65	0,13	0,00	0,00	0,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	0,04	0,00	0,00	0,35	11,75	37,50	4,75	0,98
	Всего	745	20,68	22,42	105,79	707,66	0,62	57,02	7,69	7,81	103,47	344,09	96,74	4,73
	6 день 2 неделя													
	<i>1 КОМПЛЕКС</i>													
№333,2004	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,34	15,23	37,82	333,65	0,10	0,56	0,05	1,01	221,27	159,16	8,61	0,88
тток	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	0,04	1,65	0,04	0,07	64,12	46,56	13,66	0,60
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	0,04	0,00	0,00	0,35	6,40	20,80	4,48	0,35
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	0,05	0,00	0,00	0,43	14,57	46,50	5,89	1,21
пром	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	0,03	25,00	0,05	0,00	47,50	0,00	22,50	5,75
	Всего	713	18,29	18,72	111,64	688,16	0,25	27,21	0,15	1,87	353,86	273,02	55,14	8,79
	<i>2 КОМПЛЕКС</i>													
№124, 2004	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,25	6,08	11,30	108,92	0,09	35,18	0,01	2,73	45,77	52,96	22,84	1,04
№431, 2004	Печень по-строгоновски	100	9,83	9,15	6,01	145,73	0,16	17,46	4,11	3,38	16,08	12,46	11,85	3,55
№511, 2004	Рис отварной	150	3,83	5,43	40,05	224,43	0,04	0,00	0,00	0,28	5,94	83,03	27,03	0,55
тток	Компот из смеси сухофруктов	200	4,53	2,84	20,28	124,78	0,00	1,60	0,00	0,00	21,60	0,00	13,20	0,39
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	0,05	0,00	0,00	0,45	15,04	48,00	6,08	1,25
	Всего	772	24,23	24,00	108,48	746,83	0,39	54,25	4,13	7,17	110,43	215,94	85,20	7,12
	Всего за две недели ЗАВТРАК	7138	264,34	211,30	1034,3	7096,4	3,9	359,8	48,0	30,3	3667,5	4582,9	1175,6	71,09
	Среднее за день	594,83	22,03	17,61	86,2	591,4	0,3	30,0	4,0	2,5	305,6	381,9	98,0	5,92
	Всего за две недели ОБЕД	9433	332,44	266,39	1278,4	8840,8	6,9	608,8	134,4	107,3	1363,1	4285,3	1653,4	78,41
	Среднее за день	786,08	27,70	22,20	106,53	736,73	0,58	50,73	11,20	8,94	113,59	357,11	137,78	6,53