

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

УТВЕРЖДАЮ  
 Управляющий ГУ "Центр по обеспечению  
 деятельности бюджетных организаций в сфере  
 образования Речицкого района"  
 \_\_\_\_\_ Э.Г.Кириленкова  
 \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

ПРИМЕРНЫЕ ДВУХНЕДЕЛЬНЫЕ РАЦИОНЫ ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ  
 НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2024/2025 УЧЕБНОГО ГОДА

С-витамин: 6-10 - 0,05 гр, 11-18 - 0,07 гр. (ЧАЭС)

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>1-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>1 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№8.21	Котлеты (свинина) лопатка или таз	50	6,7	9,2	7,1	138,0					
№10.7	Макаронные изделия отварные	130	4,4	3,8	26,3	156,0					
№13.6	Какао с молоком	200	3,8	3,9	20,7	133,0					
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	10,8	53,2					
№1.19	Сыр (порциями)	15	3,5	4,4	0,0	51,0					
№12.1	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	45,0					
	<b>Итого:</b>		<b>20,4</b>	<b>22,0</b>	<b>74,7</b>	<b>576,2</b>					
	калорийность в % от суточной					25,2					
<b>ОБЕД</b>											
№1.65	Салат из свеклы с сыром и чесноком с м/р	60	3,3	9,1	3,5	108,6	80	4,4	12,1	4,6	144,8
№2.21	Суп крестьянский с крупой в2 (м/с)(рис.) сметана к первому блюду	200	1,6	1,4	10,8	62,0	200	1,6	1,4	10,8	62,0
	Жаркое по-домашнему (свинина) (м/с)	5	0,1	0,8	0,2	8,1	5	0,1	0,8	0,2	8,1
№8.11	лопатка	50/125	12,8	23,9	18,8	343,0	60/150	15,4	28,7	22,6	411,6
№13.4	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	12,0	51,5	200/7	0,3	0,1	12,0	51,5
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,2	13,4	63,0	40	2,8	0,2	17,9	84,0
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	30	2,4	0,4	16,3	79,8
	<b>Итого:</b>	<b>310,0</b>	<b>21,4</b>	<b>35,5</b>	<b>66,6</b>	<b>673,4</b>	<b>26,9</b>	<b>43,6</b>	<b>84,4</b>	<b>841,8</b>	
	калорийность в % от суточной					30,6					31,2
<b>ПОЛДНИК</b>											
№4.1	Каша молочная вязкая (гречка)	150	6,0	4,9	26,4	173,8	150	6,0	4,9	26,4	173,8
	Молоко	200	5,2	5,6	8,6	104,0	200	5,2	5,6	8,6	104,0
	<b>Итого:</b>		<b>11,2</b>	<b>10,5</b>	<b>35,0</b>	<b>277,8</b>	<b>11,2</b>	<b>10,5</b>	<b>35,0</b>	<b>277,8</b>	
	калорийность в % от суточной					12,6					10,3
<b>УЖИН</b>											
№8.21	Котлеты (свинина) лопатка или таз						75	10,1	13,8	10,7	207,0
№10.7	Макаронные изделия отварные						150	5,1	4,4	30,3	180,0
№13.6	Какао с молоком						200	3,8	3,9	20,7	133,0
	Батон						30	2,4	0,4	16,3	79,8
№1.19	Сыр (порциями)						15	3,5	4,4	0,0	51,0
№12.1	Фрукты						100	0,4	0,4	9,8	45,0
	<b>Итого:</b>						<b>25,2</b>	<b>27,3</b>	<b>87,7</b>	<b>695,8</b>	
	калорийность в % от суточной										25,8
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>53,0</b>	<b>67,9</b>	<b>176,3</b>	<b>1527,4</b>	<b>63,3</b>	<b>81,4</b>	<b>207,1</b>	<b>1815,4</b>	
	<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>		<b>212,0</b>	<b>611,5</b>	<b>705,0</b>	<b>1528,5</b>	<b>253,4</b>	<b>732,6</b>	<b>828,4</b>	<b>1814,3</b>	
	Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.		<b>14</b>	<b>32</b>	<b>57</b>	<b>69</b>	<b>14</b>	<b>32</b>	<b>58</b>	<b>67</b>	
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>41,8</b>	<b>57,4</b>	<b>141,3</b>	<b>1249,6</b>	<b>26,9</b>	<b>43,6</b>	<b>84,4</b>	<b>1119,6</b>	
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>	

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>1-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>2 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№7.10	Кукуруза консервированная	30	0,7	0,1	3,4	17,1					
№10.3	Котлеты (биточки) рыбные (на молоке)	80	9,9	6,7	11,4	145,6					
№12.6	Рис отварной	100	2,2	3,1	19,0	112,7					
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,2	0,2	21,8	88,0					
	Хлеб ржаной	40	2,9	0,3	17,9	84,0					
	<b>Итого:</b>		<b>15,9</b>	<b>10,4</b>	<b>73,5</b>	<b>447,4</b>					
	калорийность в % от суточной					20,3					
<b>ОБЕД</b>											
Ф	Салат "Цыпленок"с м/р	60	5,7	11,7	1,7	135,7					
Ф	Салат "Цыпленок" с майонезом						75	8,6	12,9	3,0	164,9
№2.10	Щи из свежей капусты с картофелем (м/с) сметана к первому блюду	200	1,8	4,8	7,2	80,0	200	1,8	4,8	7,2	80,0
ф	Наггетсы "Курочка" (грудка)	10	0,2	1,6	0,4	16,2	10	0,2	1,6	0,4	16,2
	Соус томатный (порциями)	60	12,5	6,1	5,4	128,6	80	16,7	8,1	7,2	171,5
№10.9	Соус томатный (порциями)	20	0,4	0,0	4,0	74,0	20	0,4	0,0	4,0	74,0
	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92,0	150	3,2	5,0	20,1	138,0
	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	20,9	90,0	180	0,5	0,4	20,9	90,0
	Хлеб ржаной	15	1,1	0,1	6,7	31,5	30	2,1	0,2	13,4	63,0
№12.1	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	30	2,4	0,1	15,8	74,4
	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	90,0	200	0,8	0,8	19,6	90,0
	<b>Итого:</b>		<b>26,3</b>	<b>28,8</b>	<b>87,2</b>	<b>775,2</b>	<b>36,7</b>	<b>33,9</b>	<b>111,6</b>	<b>962,0</b>	
	калорийность в % от суточной					35,2					35,6
<b>ПОЛДНИК</b>											
№14.13	Пирожки печеные (с молоком сгущенным вареным)	75	5,5	3,4	39,2	209,0	75	5,5	3,4	39,2	209,0
№13.6	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,0	16,0	78,0	200	1,4	1,0	16,0	78,0
	<b>Итого:</b>		<b>6,9</b>	<b>4,4</b>	<b>55,2</b>	<b>287,0</b>	<b>6,9</b>	<b>4,4</b>	<b>55,2</b>	<b>287,0</b>	
	калорийность в % от суточной					13,0					10,6
<b>УЖИН</b>											
№7.10	Кукуруза консервированная						30	0,7	0,1	3,4	17,1
№10.3	Котлеты (биточки) рыбные (на молоке)						100	12,4	8,4	14,2	182,0
№12.6	Рис отварной						180	4,5	6,5	39,4	234,0
	Компот из свежих плодов (яблоки)						200	0,2	0,2	21,8	88,0
	Хлеб ржаной						30	2,1	0,2	13,4	63,0
	<b>Итого:</b>						<b>19,2</b>	<b>15,3</b>	<b>88,8</b>	<b>567,0</b>	
	калорийность в % от суточной										21,0
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>49,1</b>	<b>43,6</b>	<b>215,9</b>	<b>1509,6</b>		<b>62,8</b>	<b>53,6</b>	<b>255,7</b>	<b>1816,0</b>
	Калорийность за счет Б,Ж,У		<b>196,3</b>	<b>392,6</b>	<b>863,8</b>	<b>1452,7</b>		<b>251,1</b>	<b>482,0</b>	<b>1022,6</b>	<b>1755,7</b>
	Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.		<b>14</b>	<b>30</b>	<b>59</b>	<b>69</b>		<b>14</b>	<b>30</b>	<b>58</b>	<b>67</b>
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>42,2</b>	<b>39,2</b>	<b>160,7</b>	<b>1222,6</b>		<b>36,7</b>	<b>33,9</b>	<b>111,6</b>	<b>1249,0</b>
	Норма калорийности на день					<b>2200,0</b>					<b>2700,0</b>

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет											
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал							
<b>1-я НЕДЕЛЯ</b>																		
<b>3 ДЕНЬ</b>																		
<b>ЗАВТРАК</b>																		
ф №10.18 ф	Котлета натуральная рубленая из птицы	50	8,0	9,0	1,5	120,0												
	Капуста тушеная (м/р)	130	3,1	4,2	12,4	98,8												
	Напиток "Родничок"	180	0,6	0,1	18,8	63,6												
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,1	15,8	74,4												
	Творожный десерт	1шт/110	6,6	3,9	11,0	105,1												
	<b>Итого:</b>		<b>20,8</b>	<b>17,2</b>	<b>59,5</b>	<b>461,9</b>												
калорийность в % от суточной											21,0							
<b>ОБЕД</b>																		
№1.64 №2.3	Салат морской и б/к капусты	100	2,0	5,1	10,3	94,0	100	2,0	5,1	10,3	94,0							
	Борщ с картофелем в1 (м/с) сметана к первому блюду	200 5	1,8 0,1	5,0 0,8	11,4 0,2	98,0 8,1	200 5	1,8 0,1	5,0 0,8	11,4 0,2	98,0 8,1							
№8.3	Колбаса отварная	60	6,9	10,0	0,9	121,2	75	8,6	12,5	1,1	151,5							
ф №12.10	Картофель запеченный по-домашнему (со сметаной)	100	2,4	2,2	17,9	104,0	130	3,1	2,9	23,3	135,2							
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюма)	200	0,4	0,0	26,6	104,0	200	0,4	0,0	26,6	104,0							
№12.1	Хлеб ржаной	30	2,1	0,2	13,4	63,0	40	2,8	0,3	17,9	84,0							
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	40	3,2	0,2	21,1	99,2							
№12.1	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	90,0	200	0,8	0,8	19,6	90,0							
<b>Итого:</b>											<b>17,7</b>	<b>24,2</b>	<b>108,2</b>	<b>719,5</b>	<b>22,9</b>	<b>27,5</b>	<b>131,5</b>	<b>864,0</b>
калорийность в % от суточной											32,7							
<b>ПОЛДНИК</b>																		
Ф	Шарлотка с яблоками "Цудоуная"	100	4,7	4,7	37,0	208,0	150	7,1	7,1	55,5	312,0							
	Молоко	200	5,2	5,6	8,6	104,0	200	5,2	5,6	8,6	104,0							
<b>Итого:</b>											<b>9,9</b>	<b>10,3</b>	<b>45,6</b>	<b>312,0</b>	<b>12,3</b>	<b>12,7</b>	<b>64,1</b>	<b>416,0</b>
калорийность в % от суточной											14,2							
<b>УЖИН</b>																		
ф №10.18 ф	Котлета натуральная рубленая из птицы						75	12,0	13,5	2,3	180,0							
	Капуста тушеная (м/р)						150	3,6	4,8	14,3	114,0							
	Напиток "Родничок"						180	0,6	0,1	18,8	63,6							
	Хлеб пшеничный						60	4,9	0,2	31,7	148,8							
	Творожный десерт						1шт/110	6,6	3,9	11,0	105,1							
	<b>Итого:</b>							<b>27,7</b>	<b>22,5</b>	<b>78,1</b>	<b>611,5</b>							
калорийность в % от суточной											22,6							
ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность											<b>48,4</b>	<b>51,7</b>	<b>213,4</b>	<b>1493,4</b>	<b>62,8</b>	<b>62,7</b>	<b>273,7</b>	<b>1891,5</b>
Калорийность за счет Б,Ж,У											<b>193,5</b>	<b>465,2</b>	<b>853,4</b>	<b>1512,1</b>	<b>251,3</b>	<b>564,4</b>	<b>1094,7</b>	<b>1910,4</b>
Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной											<b>13</b>	<b>31</b>	<b>56</b>	<b>68</b>	<b>13</b>	<b>30</b>	<b>57</b>	<b>70</b>
ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность											<b>38,5</b>	<b>41,4</b>	<b>167,8</b>	<b>1181,4</b>	<b>22,9</b>	<b>27,5</b>	<b>131,5</b>	<b>1280,0</b>
Норма калорийности на день														<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>1-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>4 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№8.35	Капуста морская моринованная	50	0,5	0,1	1,5	10,0					
	Оладьи из печени	50	9,4	7,2	3,1	114,8					
№10.9	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92,0					
	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	20,9	90,0					
№12.1	Хлеб ржаной	40	2,8	0,3	17,9	84,0					
	Фрукты	150	0,6	0,6	14,8	67,5					
<b>Итого:</b>			<b>15,9</b>	<b>11,9</b>	<b>71,6</b>	<b>458,3</b>					
калорийность в % от суточной						20,8					
<b>ОБЕД</b>											
№1.40	Салат "Солнечный"	60	2,2	9,0	1,6	57,6	75	2,8	11,3	2,0	72,0
	№2.25 Суп картофельный с бобовыми (м/с)	200	4,6	3,6	16,2	116,0	200	4,6	3,6	16,2	116,0
ф	Рыба запеченая под сыром	80	17,3	12,5	0,2	182,9	100	12,2	11,0	9,9	188,4
№10.3	Рис отварной	130	3,3	4,7	28,5	169,0	130	3,3	4,7	28,5	169,0
№12.6	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,2	0,1	21,6	88,0	200	0,2	0,1	21,6	88,0
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,2	13,4	63,0	50	3,5	0,3	22,3	105,0
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	40	3,2	0,2	21,1	99,2
<b>Итого:</b>			<b>30,9</b>	<b>30,2</b>	<b>89,4</b>	<b>713,7</b>	<b>29,8</b>	<b>31,2</b>	<b>121,6</b>	<b>837,6</b>	
калорийность в % от суточной						32,4					31,0
<b>ПОЛДНИК</b>											
№6.7	Запеканка из творога со сметаной	100/15	16,0	14,3	17,5	263,0	100/15	16,0	14,3	17,5	263,0
	№13.5 Чай с молоком	200	1,5	1,4	17,2	84,0	200	1,5	1,4	17,2	84,0
<b>Итого:</b>			<b>17,5</b>	<b>15,7</b>	<b>34,7</b>	<b>347,0</b>	<b>17,5</b>	<b>15,7</b>	<b>34,7</b>	<b>347,0</b>	
калорийность в % от суточной						15,8					12,9
<b>УЖИН</b>											
№8.35	Капуста морская моринованная					65	0,7	0,1	2,0	13,0	
	Оладьи из печени					50	9,4	7,2	3,1	114,8	
№10.9	Пюре картофельное					150	3,2	5,0	20,1	138,0	
	Сок фруктовый					180	0,5	0,4	20,9	90,0	
№12.1	Хлеб ржаной					60	3,6	0,2	26,2	120,6	
	Фрукты					200	0,8	0,8	19,6	90,0	
<b>Итого:</b>							<b>18,2</b>	<b>13,7</b>	<b>91,9</b>	<b>566,4</b>	
калорийность в % от суточной											21,0
ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность			<b>64,3</b>	<b>57,8</b>	<b>195,7</b>	<b>1519,0</b>	<b>65,5</b>	<b>60,6</b>	<b>248,2</b>	<b>1751,0</b>	
<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>			<b>257,3</b>	<b>520,0</b>	<b>782,9</b>	<b>1560,2</b>	<b>261,8</b>	<b>545,2</b>	<b>992,8</b>	<b>1799,8</b>	
<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.</b>			<b>15</b>	<b>32</b>	<b>56</b>	<b>69</b>	<b>15</b>	<b>30</b>	<b>55</b>	<b>65</b>	
ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность			<b>46,8</b>	<b>42,1</b>	<b>161,0</b>	<b>1172,0</b>	<b>29,8</b>	<b>31,2</b>	<b>121,6</b>	<b>1184,6</b>	
<b>Норма калорийности на день</b>						<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>	

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>1-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>5 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№8.21	Шницели (свинина) лопатка или таз	50	6,7	9,2	7,1	138,0					
№5.2	Омлет натуральный	105	10,0	23,2	14,8	167,0					
Ф	Напиток яблочный	200	0,2	0,1	12,6	52,5					
	Хлеб ржаной	15	1,1	0,1	6,7	31,5					
	Вафли	25	1,3	7,0	15,5	130,0					
	<b>Итого:</b>		<b>19,2</b>	<b>39,6</b>	<b>56,8</b>	<b>519,0</b>					
	калорийность в % от суточной					23,6					
<b>ОБЕД</b>											
№1.70	Салат "Здоровье"	60	1,0	6,1	3,5	72,6	80	1,3	8,1	4,7	96,8
№2.24	Суп картофельный с крупой в3 (м/с)(пшено)	200	1,8	2,8	13,2	86,0	200	1,8	2,8	13,2	86,0
Ф	Котлета натуральная рубленая "Нежная"	75	11,8	22,4	4,6	266,3	75	11,8	22,4	4,6	266,3
№10.22	Рагу овощное	130	2,6	7,5	15,3	139,1	130	2,6	7,5	15,3	139,1
№13.2	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,0	41,0	200	0,2	0,0	10,0	41,0
	Хлеб ржаной	15	1,1	0,1	6,7	31,5	40	2,8	0,3	17,9	84,0
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	30	2,4	0,1	15,8	74,4
№12.1	Фрукты	120	0,5	0,5	11,8	54,0	120	0,5	0,5	11,8	54,0
	<b>Итого:</b>		<b>20,2</b>	<b>39,4</b>	<b>73,1</b>	<b>727,7</b>		<b>23,4</b>	<b>41,7</b>	<b>93,4</b>	<b>841,6</b>
	калорийность в % от суточной					33,1					31,2
<b>ПОЛДНИК</b>											
№14.9	Оладьи (на молоке) (м/р) со сметаной	100/15	8,0	10,2	40,2	285,0	100/15	8,0	10,2	40,2	285,0
№13.6	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,0	16,0	78,0	200	1,4	1,0	16,0	78,0
	<b>Итого:</b>		<b>9,4</b>	<b>11,2</b>	<b>56,2</b>	<b>363,0</b>		<b>9,4</b>	<b>11,2</b>	<b>56,2</b>	<b>363,0</b>
	калорийность в % от суточной					16,5					13,4
<b>УЖИН</b>											
Ф	Горошек зеленый консервированный	30	1,0	0,1			30	1,0	0,1	2,0	12,0
№8.21	Шницели (свинина) лопатка или таз	75	10,1	13,8			75	10,1	13,8	10,7	207,0
№5.2	Омлет натуральный	105	10,0	23,2			105	10,0	23,2	14,8	167,0
Ф	Напиток яблочный	200	0,2	0,1			200	0,2	0,1	12,6	52,5
	Хлеб ржаной	40	2,8	0,3			40	2,8	0,3	17,9	84,0
	Вафли	25	1,3	7,0			25	1,3	7,0	15,5	130,0
	<b>Итого:</b>		<b>25,3</b>	<b>44,5</b>				<b>25,3</b>	<b>44,5</b>	<b>73,5</b>	<b>652,5</b>
	калорийность в % от суточной										24,2
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>48,7</b>	<b>90,3</b>	<b>186,0</b>	<b>1609,7</b>		<b>58,1</b>	<b>97,5</b>	<b>223,1</b>	<b>1857,1</b>
	<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>		<b>194,9</b>	<b>812,3</b>	<b>744,2</b>	<b>1751,4</b>		<b>232,3</b>	<b>877,3</b>	<b>892,2</b>	<b>2001,8</b>
	<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной</b>		<b>15</b>	<b>32</b>	<b>55</b>	<b>70</b>		<b>14</b>	<b>32</b>	<b>56</b>	<b>69</b>
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>39,3</b>	<b>79,1</b>	<b>129,8</b>	<b>1246,7</b>		<b>23,4</b>	<b>41,7</b>	<b>93,4</b>	<b>1204,6</b>
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>					<b>2700,0</b>

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>2-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>1 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№8.21	Котлеты (свинина) лопатка или таз	50	6,7	9,2	7,1	138,0					
№3.7	Картофель и овощи, тушеные в соусе красном осн.	125	2,6	7,1	18,8	150,0					
№13.4	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	12,0	51,5					
№12.1	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,1	15,8	74,4					
№12.1	Фрукты	130	0,5	0,5	12,7	58,5					
	<b>Итого:</b>		<b>12,5</b>	<b>17,0</b>	<b>66,5</b>	<b>472,4</b>					
	калорийность в % от суточной					21,5					
<b>ОБЕД</b>											
№1.47	Салат из б/к с м/р (с морковью)	60	1,4	3,1	6,8	60,6	80	1,9	4,1	9,0	80,8
№2.26	Суп картофельный с макаронными изделиями (м/с)	200	2,2	3,4	15,4	100,0	200	2,2	3,4	15,4	100,0
Ф	Колбаски мясные с сыром (свинина)	60	8,4	14,2	1,8	168,9	75	10,5	17,8	2,2	211,1
№10.2	Каша вязкая (перловка)	150	3,0	3,8	20,4	129,0	150	3,0	3,8	20,4	129,0
№12.6	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,2	0,2	21,8	88,0	200	0,2	0,2	21,8	88,0
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,1	13,1	60,3	50	3,0	0,2	21,8	100,5
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,1	15,8	74,4	50	4,1	0,2	26,4	124,0
	<b>Итого:</b>		<b>19,5</b>	<b>24,8</b>	<b>95,1</b>	<b>681,2</b>	<b>24,9</b>	<b>29,6</b>	<b>117,0</b>	<b>833,4</b>	
	калорийность в % от суточной					31,0					30,9
<b>ПОЛДНИК</b>											
	Йогурт (питьевой)	180	5,2	2,7	28,8	160,2	200	5,8	3,0	32,0	178,0
	Печенье	50	3,5	7,0	37,0	225,0	50	3,5	7,0	37,0	225,0
	<b>Итого:</b>		<b>8,7</b>	<b>9,7</b>	<b>65,8</b>	<b>385,2</b>	<b>9,3</b>	<b>10,0</b>	<b>69,0</b>	<b>403,0</b>	
	калорийность в % от суточной					17,5					14,9
<b>УЖИН</b>											
№8.21	Котлеты (свинина) лопатка или таз						75	10,1	13,8	10,7	207,0
№3.7	Картофель и овощи, тушеные в соусе красном осн.						150	3,1	8,5	22,6	180,0
№13.4	Чай с лимоном						200/7	0,3	0,1	12,0	51,5
№12.1	Батон						30	2,4	0,5	16,2	79,8
№12.1	Фрукты						200	0,8	0,8	19,6	90,0
	<b>Итого:</b>						<b>16,6</b>	<b>23,7</b>	<b>81,0</b>	<b>608,3</b>	
	калорийность в % от суточной										22,5
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>40,7</b>	<b>51,5</b>	<b>227,4</b>	<b>1538,8</b>	<b>50,8</b>	<b>63,3</b>	<b>267,1</b>	<b>1844,7</b>	
	<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>		<b>162,7</b>	<b>463,7</b>	<b>909,6</b>	<b>1536,0</b>	<b>203,4</b>	<b>569,7</b>	<b>1068,2</b>	<b>1841,3</b>	
	Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной		<b>11</b>	<b>30</b>	<b>59</b>	<b>70</b>	<b>11</b>	<b>31</b>	<b>58</b>	<b>68</b>	
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>32,0</b>	<b>46,2</b>	<b>163,5</b>	<b>1153,6</b>	<b>24,9</b>	<b>32,9</b>	<b>110,2</b>	<b>1236,4</b>	
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>	

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>2-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>2 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№9.16	Кнели из птицы с рисом (на молоке)	60	10,5	9,7	4,0	145,0					
№10.18	Капуста тушеная (м/р)	100	2,4	3,2	9,5	76,0					
Ф	Напиток "Фантастик"	200	0,2	0,1	17,0	70,0					
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,1	13,1	60,3					
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2					
№12.1	Фрукты	150	0,6	0,6	14,8	67,5					
	<b>Итого:</b>		<b>16,7</b>	<b>13,8</b>	<b>66,4</b>	<b>456,0</b>					
	калорийность в % от суточной					20,7					
<b>ОБЕД</b>											
№1.76	Винегрет овощной	80	0,5	3,8	2,4	45,4	80	0,5	3,8	2,4	45,4
№2.10	Щи из свежей капусты с картофелем (м/с)	200	1,8	4,8	7,2	80,0	200	1,8	4,8	7,2	80,0
	сметана к первому блюду	5	0,1	0,8	0,2	8,1	5	0,1	0,8	0,2	8,1
Ф	Рыбные палочки (тушка)	75	11,4	6,5	12,0	144,3	100	15,2	8,6	16,0	192,4
№10.9	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92,0	150	3,2	5,0	20,1	138,0
	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	20,9	90,0	180	0,5	0,4	20,9	90,0
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,1	13,1	60,3	40	2,4	0,3	17,6	80,5
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	30	2,4	0,1	15,8	74,4
	Творожный десерт	1шт/110	6,6	3,9	11,0	105,1	1шт/110	6,6	3,9	11,0	105,1
	<b>Итого:</b>		<b>26,0</b>	<b>23,6</b>	<b>88,1</b>	<b>662,4</b>	<b>32,7</b>	<b>27,6</b>	<b>111,2</b>	<b>813,9</b>	
	калорийность в % от суточной					30,1					30,1
<b>ПОЛДНИК</b>											
ф№25	Блинчики «Ажурные» с молоком	100/15	10,1	6,8	38,5	261,3	100/15	10,1	6,8	38,5	261,3
№13.5	сгущенным										
	Чай с молоком	200	1,5	1,4	17,2	84,0	200	1,5	1,4	17,2	84,0
	<b>Итого:</b>		<b>11,6</b>	<b>8,2</b>	<b>55,7</b>	<b>345,3</b>	<b>11,6</b>	<b>8,2</b>	<b>55,7</b>	<b>345,3</b>	
	калорийность в % от суточной					15,7					12,8
<b>УЖИН</b>											
№9.16	Кнели из птицы с рисом (на молоке)						100	17,5	16,2	6,7	241,7
№10.18	Капуста тушеная (м/р)						150	3,6	4,8	14,3	114,0
Ф	Напиток "Фантастик"						200	0,2	0,1	17,0	70,0
	Хлеб ржаной						40	2,4	0,3	17,6	80,5
	Хлеб пшеничный						30	2,4	0,1	15,8	74,4
№12.1	Фрукты						150	0,6	0,6	14,8	67,5
	<b>Итого:</b>						<b>26,7</b>	<b>22,1</b>	<b>86,3</b>	<b>648,1</b>	
	калорийность в % от суточной										24,0
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>54,3</b>	<b>45,6</b>	<b>210,2</b>	<b>1463,7</b>	<b>71,0</b>	<b>57,9</b>	<b>253,2</b>	<b>1807,3</b>	
	Калорийность за счет Б,Ж,У		<b>217,2</b>	<b>410,1</b>	<b>840,7</b>	<b>1468,1</b>	<b>283,9</b>	<b>521,5</b>	<b>1012,9</b>	<b>1818,2</b>	
	Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.		<b>15</b>	<b>30</b>	<b>57</b>	<b>67</b>	<b>15</b>	<b>30</b>	<b>56</b>	<b>67</b>	
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>42,7</b>	<b>37,4</b>	<b>154,5</b>	<b>1118,4</b>	<b>32,7</b>	<b>27,6</b>	<b>111,2</b>	<b>1159,2</b>	
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>	

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>2-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>3 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
Ф №10.2	Митболы с сыром	50	8,3	13,0	2,7	173,1					
№13.6	Каша вязкая (перловка)	100	2,0	2,5	13,6	86,0					
	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,0	16,0	78,0					
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,1	15,8	74,4					
№1.19	Сыр (порциями)	15	3,5	4,4	0,0	54,0					
№12.1	Фрукты	120	0,5	0,5	11,8	54,0					
	<b>Итого:</b>		<b>18,1</b>	<b>21,5</b>	<b>59,9</b>	<b>519,5</b>					
	калорийность в % от суточной					23,6					
<b>ОБЕД</b>											
№1.80	Салат "Чайка" с маслом растительным	60	7,9	14,3	1,4	165,6					
№1.80	Салат "Чайка" с майонезом						75	9,4	18,2	1,8	208,5
№2.18	Рассольник ленинградский (м/с)(перловка)	200	1,6	3,2	12,2	84,0	200	1,6	3,2	12,2	84,0
	сметана к первому блюду	5	0,1	0,8	0,2	8,1	5	0,1	0,8	0,2	8,1
Ф	Грудка цыплят жареная "Каприз" (грудка)	60	14,4	9,7	23,4	115,2	75	18,0	12,1	29,2	144,0
	Соус томатный (порциями)	20	0,4	0,0	4,0	74,0	20	0,4	0,0	4,0	74,0
№10.7	Макаронные изделия отварные	130	4,4	3,8	26,3	156,0	130	4,4	3,8	26,3	156,0
ф	Напиток "Родничок"	180	0,6	0,1	18,8	63,6	180	0,6	0,1	18,8	63,6
	Хлеб ржаной	15	1,1	0,1	6,7	31,5	40	2,4	0,3	17,6	80,5
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	30	2,4	0,1	15,8	74,4
	<b>Итого:</b>		<b>31,7</b>	<b>32,0</b>	<b>100,9</b>	<b>735,2</b>	<b>39,4</b>	<b>38,6</b>	<b>125,9</b>	<b>893,1</b>	
	калорийность в % от суточной					33,4					33,1
<b>ПОЛДНИК</b>											
ф	Конвертки с сыром	100	10,1	10,4	29,8	252,6	100	10,1	10,4	29,8	252,6
№13.10	Кефир	180	5,0	5,8	7,4	100,8	200	5,6	6,4	8,2	112,0
	<b>Итого:</b>		<b>15,1</b>	<b>16,2</b>	<b>37,2</b>	<b>353,4</b>	<b>15,7</b>	<b>16,8</b>	<b>38,0</b>	<b>364,6</b>	
	калорийность в % от суточной					16,1					13,5
<b>УЖИН</b>											
Ф	Митболы с сыром						75	12,5	19,5	4,0	259,6
№10.2	Каша вязкая (перловка)						180	3,6	4,5	24,5	154,8
№13.6	Кофейный напиток с молоком						200	1,4	1,0	16,0	78,0
	Хлеб пшеничный						30	2,4	0,1	15,8	74,4
№1.19	Сыр (порциями)						15	3,5	4,4	0,0	54,0
№12.1	Фрукты						120	0,5	0,5	11,8	54,0
	<b>Итого:</b>						<b>23,9</b>	<b>30,0</b>	<b>72,1</b>	<b>674,8</b>	
	калорийность в % от суточной										25,0
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>64,9</b>	<b>69,7</b>	<b>198,0</b>	<b>1608,1</b>	<b>79,0</b>	<b>85,4</b>	<b>236,0</b>	<b>1932,5</b>	
	<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>		<b>259,8</b>	<b>627,6</b>	<b>792,2</b>	<b>1679,5</b>	<b>315,9</b>	<b>768,7</b>	<b>944,1</b>	<b>2028,7</b>	
	<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.</b>		<b>15</b>	<b>30</b>	<b>58</b>	<b>70</b>	<b>15</b>	<b>31</b>	<b>57</b>	<b>70</b>	
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>49,8</b>	<b>53,5</b>	<b>160,8</b>	<b>1254,7</b>	<b>39,4</b>	<b>38,6</b>	<b>125,9</b>	<b>1257,7</b>	
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>	

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>2-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>4 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
ф №10.9	Котлета "Нежность" (тушка)	<b>80</b>	8,5	6,7	11,4	140,2					
	Пюре картофельное	<b>100</b>	2,1	3,3	13,4	92,0					
	Сок фруктовый	<b>180</b>	0,5	0,4	20,9	90,0					
	Хлеб ржаной	<b>30</b>	1,8	0,1	13,1	60,3					
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,4	0,1	15,8	74,4					
	<b>Итого:</b>		<b>15,3</b>	<b>10,6</b>	<b>74,6</b>	<b>456,9</b>					
	калорийность в % от суточной					20,8					
<b>ОБЕД</b>											
№1.63	Салат из овощей с морской капустой	<b>80</b>	1,0	5,8	5,9	80,0	<b>80</b>	1,0	5,8	5,9	80,0
	№2.25 Суп картофельный с бобовыми (м/с)	<b>200</b>	4,6	3,6	16,2	116,0	<b>200</b>	4,6	3,6	16,2	116,0
ф	Мясные гнезда	<b>75</b>	10,1	7,3	6,4	131,5	<b>100</b>	13,4	9,7	8,5	175,3
№10.3	Рис отварной	<b>150</b>	3,8	5,4	32,9	195,0	<b>150</b>	3,8	5,4	32,9	195,0
№12.8	Компот из апельсинов	<b>200</b>	0,4	0,1	21,8	87,0	<b>200</b>	0,4	0,1	21,8	87,0
	Хлеб ржаной	<b>15</b>	0,9	0,1	6,6	31,2	<b>40</b>	2,4	0,3	17,6	80,5
№12.1	Хлеб пшеничный	<b>15</b>	1,2	0,1	7,9	37,2	<b>30</b>	2,4	0,1	15,8	74,4
	Фрукты	<b>150</b>	0,6	0,6	14,8	67,5	<b>200</b>	0,8	0,8	19,6	90,0
	<b>Итого:</b>		<b>22,7</b>	<b>22,9</b>	<b>112,5</b>	<b>745,4</b>	<b>28,9</b>	<b>25,8</b>	<b>138,4</b>	<b>898,2</b>	
	калорийность в % от суточной					33,9					33,3
<b>ПОЛДНИК</b>											
№14.9	Оладьи (на молоке) (м/р) со сметаной	<b>100/15</b>	8,0	10,2	40,2	285,0	<b>100/15</b>	8,0	10,2	40,2	285,0
	№12.14 Кисель из яблок	<b>200</b>	0,1	0,1	26,6	104,0	<b>200</b>	0,1	0,1	26,6	104,0
	<b>Итого:</b>		<b>8,1</b>	<b>10,3</b>	<b>66,8</b>	<b>389,0</b>	<b>8,1</b>	<b>10,3</b>	<b>66,8</b>	<b>389,0</b>	
	калорийность в % от суточной					15,9					14,4
<b>УЖИН</b>											
ф №10.9	Котлета "Нежность" (тушка)						<b>100</b>	10,6	8,4	14,3	175,2
	Пюре картофельное						<b>150</b>	3,2	5,0	20,1	138,0
	Сок фруктовый						<b>180</b>	0,5	0,4	20,9	90,0
	Хлеб ржаной						<b>40</b>	2,4	0,3	17,6	80,5
	Хлеб пшеничный						<b>30</b>	2,4	0,1	15,8	74,4
	<b>Итого:</b>						<b>19,1</b>	<b>14,2</b>	<b>88,7</b>	<b>558,1</b>	
	калорийность в % от суточной										20,7
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>46,1</b>	<b>43,8</b>	<b>253,9</b>	<b>1591,3</b>	<b>56,1</b>	<b>50,3</b>	<b>293,9</b>	<b>1845,3</b>	
	<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>		<b>184,4</b>	<b>394,3</b>	<b>1015,7</b>	<b>1594,5</b>	<b>224,4</b>	<b>452,7</b>	<b>1175,6</b>	<b>1852,7</b>	
	<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной</b>		<b>12</b>	<b>31</b>	<b>59</b>	<b>72</b>	<b>12</b>	<b>32</b>	<b>58</b>	<b>70</b>	
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		<b>38,0</b>	<b>33,5</b>	<b>187,1</b>	<b>1202,3</b>	<b>28,9</b>	<b>25,8</b>	<b>138,4</b>	<b>1287,2</b>	
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>				<b>2700,0</b>	

№ тех. карты	Наименование блюд	6-10 лет					11-18 лет				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>2-я НЕДЕЛЯ</b>											
<b>5 ДЕНЬ</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>											
№8.3	Колбаса отварная	50	5,8	8,4	0,8	101,0					
№10.1	Каша рассыпчатая (гречка)	130	6,5	4,8	31,6	196,3					
Ф	Какао "Чебурашка"	200	5,2	4,5	21,2	166,8					
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2					
№12.1	Фрукты	150	0,6	0,6	14,8	67,5					
	<b>Итого:</b>		<b>19,3</b>	<b>18,3</b>	<b>76,3</b>	<b>568,8</b>					
	калорийность в % от суточной					25,9					
<b>ОБЕД</b>											
Ф	Кукуруза консервированная	50	1,2	0,2	5,7	28,5	60	1,4	0,2	6,8	34,2
№2.3	Борщ с картофелем в1 (м/с)	200	1,8	5,0	11,4	98,0	200	1,8	5,0	11,4	98,0
	сметана к первому блюду	5	0,1	0,8	0,2	8,1	5	0,1	0,8	0,2	8,1
Ф№12	Голубцы "Цудоуныя"	140/ 60	10,8	26,1	17,6	358,8	175/ 75	13,5	32,6	22,0	448,5
№13.2	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,0	41,0	200	0,2	0,0	10,0	41,0
	Хлеб ржаной	15	0,9	0,1	6,6	31,2	40	2,4	0,3	17,6	80,5
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,1	7,9	37,2	40	3,2	0,2	21,1	99,2
	Вафли	25	1,3	7,0	15,5	130,0	25	1,3	7,0	15,5	130,0
	<b>Итого:</b>		<b>17,5</b>	<b>39,3</b>	<b>74,9</b>	<b>732,8</b>		<b>23,9</b>	<b>46,1</b>	<b>104,6</b>	<b>939,5</b>
	калорийность в % от суточной					33,3					34,8
<b>ПОЛДНИК</b>											
№5.9	Драчена	100	11,1	14,9	5,6	200,0	100	11,1	14,9	5,6	200,0
	Сок фруктовый (нектар фруктовый)	200	0,6	0,4	23,2	100,0	200	0,6	0,4	23,2	100,0
	<b>Итого:</b>		<b>11,7</b>	<b>15,3</b>	<b>28,8</b>	<b>300,0</b>		<b>11,7</b>	<b>15,3</b>	<b>28,8</b>	<b>300,0</b>
	калорийность в % от суточной					13,6					11,1
<b>УЖИН</b>											
№8.3	Колбаса отварная						75	8,6	12,5	1,1	151,5
№10.1	Каша рассыпчатая (гречка)						150	7,5	5,6	36,5	226,5
Ф	Какао "Чебурашка"						200	5,2	4,5	21,2	166,8
	Хлеб пшеничный						15	1,2	0,1	7,9	37,2
№12.1	Фрукты						200	0,8	0,8	19,6	90,0
	<b>Итого:</b>							<b>23,3</b>	<b>23,4</b>	<b>86,3</b>	<b>672,0</b>
	калорийность в % от суточной										24,9
	ИТОГО, при 3-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		48,5	72,9	180,0	1601,6		58,9	84,9	219,7	1911,5
	<b>Калорийность за счет Б,Ж,У</b>		<b>194,0</b>	<b>655,9</b>	<b>720,0</b>	<b>1569,9</b>		<b>235,4</b>	<b>763,7</b>	<b>878,7</b>	<b>1877,7</b>
	<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной</b>		<b>12</b>	<b>32</b>	<b>56</b>	<b>70</b>		<b>13</b>	<b>31</b>	<b>57</b>	<b>71</b>
	ИТОГО, при 2-разовом питании за день, количество Б,Ж,У, калорийность		36,8	57,6	151,2	1301,6		23,9	46,1	104,6	1239,5
	<b>Норма калорийности на день</b>					<b>2200,0</b>					<b>2700,0</b>

<b>1-я НЕДЕЛЯ</b>											
ИТОГО, при 2-разовом питании, количество Б,Ж,У, калорийность			208,6	259,2	938,6	6072,2		139,7	178,0	801,7	6037,8
Калорийность за счет Б,Ж,У			834,4	2332,7	3754,4	6921,5		558,7	1601,9	3206,6	5367,2
<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.</b>			<b>12</b>	<b>32</b>	<b>56</b>	<b>276</b>		<b>10</b>	<b>30</b>	<b>60</b>	<b>224</b>
<b>Норма калорийности на день</b>						<b>2200</b>					<b>2700</b>
<b>2-я НЕДЕЛЯ</b>											
ИТОГО, при 2-разовом питании, количество Б,Ж,У, калорийность			199,3	228,2	995,1	6030,5		149,7	171,1	818,5	6180,0
Калорийность за счет Б,Ж,У			797,2	2053,7	3980,6	6831,5		598,8	1539,5	3274,0	5412,3
<b>Доля в обеспечении калорийности рациона за счет Б,Ж,У, калорийность в % от суточной.</b>			<b>12</b>	<b>30</b>	<b>58</b>	<b>274</b>		<b>11</b>	<b>32</b>	<b>57</b>	<b>229</b>
<b>Норма калорийности на день</b>						2200					2700

Разработал: инженер-технолог \_\_\_\_\_ С.С.Аношко