

Четверг, вторая неделя

Завтрак

3/10	Запеканка творожная без сахара	150	25,12	23,96	16,45	2,53	11,08	296,87	227,27	32,42	284,51	0,81	95,20	108,65	1,60	0,07	0,46
11/66 (МР 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а)	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,00	0,06	0,06	0,48	4,15	2,72	0,80	1,43	0,04	0,00	0,14	0,01	0,00	1,12
-	Фрукт свежий	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24,00	13,50	16,50	3,30	0,00	7,50	0,30	0,05	15,00
-	Орехи	20	3,05	0,00	10,70	12,16	3,13	118,78	15,66	20,88	57,77	0,35	0,00	1,60	0,52	0,06	0,46
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	0,40	0,56	0,07	0,00
Итого за 'Завтрак'			31,66	23,96	28,29	15,83	48,78	570,17	283,65	86,40	423,41	6,06	95,20	118,29	2,99	0,24	17,04

Обед

7/54 (2018 № 24/1)	Салат из морской капусты с морковью и растительным маслом	100	1,09	0,41	9,45	4,94	7,71	117,08	31,26	95,26	51,84	7,56	0,07	1000,00	2,40	0,05	3,35
6/70 (2004 № 132)	Рассолник Ленинградский со сметаной	250	5,55	3,05	12,08	8,04	17,95	199,79	36,63	29,91	93,98	1,38	16,71	420,37	4,26	0,09	6,07
8/23	Биточек домашний	100	17,07	14,11	14,20	2,32	5,60	218,54	13,98	19,13	131,25	1,44	14,40	18,00	1,77	0,26	0,18
5/53 (2004 № 297)	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	7,46	0,05	6,20	1,94	38,92	231,42	16,25	114,19	168,59	3,94	24,00	28,20	0,54	0,22	0,00
5/9	Кукуруза припущенная с маслом	50	1,05	0,00	2,15	2,15	5,42	44,98	0,36	0,02	0,11	0,00	0,00	0,00	0,88	0,00	0,00
11/68 (МР 2.4.0162-19 2.4. № 11.14)	Отвар шиповника без сахара	200	0,65	0,00	0,27	0,27	12,03	46,50	10,80	3,06	3,06	0,54	0,00	163,40	0,76	0,01	40,00
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за 'Обед'			35,49	17,61	44,72	20,03	105,35	941,77	116,28	270,96	480,43	15,63	55,18	1630,17	10,89	0,66	49,60
Итого за день			67,15	41,57	73,01	35,85	154,13	1511,94	399,92	357,36	903,83	21,69	150,38	1748,46	13,88	0,91	66,64
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			74,61	0,00	79,36	0,00	40,24	55,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	194,27	0,00	65,00	95,20
Содержание, % от калорийности			19,00		45,00		36,00										
Соотношение Б:Ж:У			1:1,1:1,9														
Соотношение Са:Р			1:2,3														

Пятница, вторая неделя

Завтрак

1/51 (2004 № 3)	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	4,98	3,49	11,60	0,16	10,28	166,36	135,63	7,89	89,18	0,38	77,42	88,20	0,40	0,03	0,10
4/57 (2018 № 1/6)	Яйцо отварное	50	6,35	6,35	5,75	0,00	0,35	78,48	27,50	6,00	96,00	1,25	125,00	130,00	0,30	0,04	0,00
2/66 (МР 2.4.0162-19, 2.4.)	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	250	7,83	3,33	10,77	2,27	29,37	242,74	158,11	61,22	212,96	1,46	55,00	61,30	0,68	0,18	0,60
11/59 (2004 № 692)	Кофейный напиток без сахара	200	2,74	2,90	2,20	0,00	4,89	49,72	105,60	12,18	78,30	0,09	12,00	22,00	0,00	0,03	0,52
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за 'Завтрак'			23,22	16,07	30,56	2,66	53,24	575,97	433,84	96,68	508,04	3,96	269,42	301,70	1,65	0,31	1,22

Обед

7/53 (2018 № 21/1)	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	0,00	6,01	6,01	4,01	72,15	18,85	15,77	31,81	0,71	0,00	67,21	3,02	0,04	16,12
6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	8,88	2,91	7,77	3,20	23,16	192,21	43,14	39,60	106,65	2,47	18,36	411,80	1,99	0,22	4,94
9/6	Фрикасе из филе бедра в сметанном соусе	100	13,08	14,13	14,42	3,29	3,85	196,48	21,81	16,45	104,97	1,06	18,89	245,90	2,33	0,05	0,89
5/57 (2004 № 214)	Капуста тушеная	100	2,52	0,00	2,65	2,65	10,15	69,51	59,68	24,55	48,11	0,92	0,00	171,57	1,44	0,04	18,64
5/54 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные	100	3,77	0,03	2,72	0,44	23,61	133,62	8,82	5,27	29,33	0,54	13,20	14,85	0,57	0,04	0,00
11/70 (2018 № 1/10)	Отвар из яблок и кураги без сахара	200	0,41	0,00	0,17	0,17	7,87	31,63	13,97	8,41	10,88	1,01	0,00	31,15	0,36	0,01	1,68
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	0,40	0,56	0,07	0,00
Итого за 'Обед'			33,49	17,07	34,36	16,38	98,70	817,73	180,27	128,86	394,95	8,26	50,45	942,88	10,26	0,48	42,27
Итого за день			56,71	33,14	64,91	19,04	151,94	1393,70	614,11	225,54	903,00	12,22	319,87	1244,58	11,91	0,79	43,49
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			63,01	0,00	70,55	0,00	39,67	51,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	138,29	0,00	56,43	62,13
Соотношение Б:Ж:У			17,00		43,00		40,00										
Соотношение Са:Р			1:1,1:2,4														
			1:1,5														
Итого за период			609,53	343,26	648,56	224,17	1585,21	14360,24	5655,27	2393,09	8954,57	130,77	3086,05	17410,34	129,78	7,28	463,84
Среднее за период			60,95	34,33	64,86	22,42	158,52	1436,02	565,53	239,31	895,46	13,08	308,61	1741,03	12,98	0,73	46,38
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			67,73	0,00	70,50	0,00	41,39	52,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	193,45	0,00	52,00	66,26
Соотношение Б:Ж:У			16,98		40,65		41,58										

* Блюда (изделия) изготовлены с использованием йодированной соли

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 371348185686954332516910937330321524310793855769

Владелец Захарова Наталья Николаевна

Действителен с 05.10.2023 по 04.10.2024