Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

COLJIACOBAHO

БЕРЕЗОВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 32

Лылова О.В.

примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

УТВЕРЖДАЮ

Столовая БМАОУ № 32

ИП Засухина Л.Н.

F

Засухина Л.Н.

(2-х недельное)

The Hard

Дети 12 лет и старше Осенний-зимний

Категория: Сезон:

1-ая неделя/Понедельник

N ₉ beц.																		
	Приём пищи,	Macca	Пищевь	Пищевые вещества	ства		Ω	Витамины (мг)	(ML)				Минера	Минеральные вещества (мг)	щества (Mr)		
	наименование блюда	порции		Ξ	1	ККАП	۵	B1	L	2	×	2	Ma	۵	FP	_	Sp	ш
			9	×	>		(рет.экв)	3))	<u>.</u> .	3	<u>ה</u>		2		3	
	2	3	4	2	9	7	œ	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Обед																	
103	Суп картофельный с макаронными	250	2,71	2,59	19,45	111		80'0	7,15		490,815	20,8059	23,1011	58,5511	0,911	0,0048	0,0003	0,0351
	изделиями																	
2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Хлеб ржаной	20	7	0,35	8,42	45		0,05			60,75	9,46	16,7475	57,42	1,0875	800000	0,0165	0,0037
2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,56	13,47	72		80'0			97,2	15,136	26,796	91,872	1,74	0,0013	0,0264	0,0058
304	Рис отварной	180	4,32	6,13	42,18	241	24	0,04			66,663	5,845	28,2162	86,3963	0,5716			
	Компот из смеси сухофруктов	200	90'0		20,8	83					9'0	0,352			0,0522			
246	Гуляш из отварной говядины "	100	14,78	15,85	3,38	215		90'0	1,72		281,9427	16,6232	22,9506	148,0392	2,1585	0,0011		0,0112
430	Кукуруза сахарная	70	1,45	0,25	7,14	36		0,01	1,34			3,08		30,45	0,2436			
	Всего в Обед	860	28,52	25,72	114,82	804	24	0,31	10,21		7076,799	71,302	117,8114	117,8114 472,7286	6,7644	800'0	0,0432	0,0558

1-ая неделя/Вторник

(Г) А Витамины (мг) В Тамины (мг) Винеральны (мг) Винера	Сезон: Категория:	Осенний-зимний Дети 12 лет и старше														7	1-ая неделя/Вторник	я/Втор	ник
TOPIUM E XK Y KKAT A B1 C D K Ca Ca Ca Ca Ca Ca Ca		Service Control of the Control of th	Macca		she Belli	ества		an an	зитамине	ol (Mr)	- 76			Минерал	вные веп	цества (л	/IL)		
3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 0,01 88 10,13 10,912 10,912 250 7 11,07 9,46 165 25 0,05 14,15 0,01 329,204 53,6789 180 6,24 5,02 33,86 205 12 0,05 14,15 0,01 329,204 53,6789 100 14,43 10,13 7,03 177 10 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198 7,73 10,73 10,73 10,75 10,75 10,75461		Прием пищи,	пории		(1)		ККАП	A	81	U	٥	×	ප	Mg	Д	Fe	П	Se	ш
40 4 0,7 16,84 90 0,1 8 9 10 11 13 12 18,92 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 88 10,6 15,136 200 0,64 3,78 18,16 109 0,01 88 10,6 10,912 250 7 11,07 9,46 165 25 0,05 14,15 0,01 329,204 53,6789 180 6,24 5,02 33,86 205 12 0,05 14,15 0,01 260,2714 35,5789 100 14,43 10,13 7,03 177 10 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376				9	×	>		(рет.экв)									7		
40 4 0,7 16,84 90 0,1 88 13,136 10,912 15,136 200 0,64 3,78 18,16 109 0,01 88 10,61 10,912		2	8	4	2	9	7	00	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
40 4 0,7 16,84 90 0,1 0,1 121,5 121,5 10,52,5 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 88 10,6 15,136 200 0,64 3,78 18,16 109 0,01 88 10,6 10,912 250 7 11,07 9,46 165 25 0,05 14,15 0,01 329,204 53,6789 180 6,24 5,02 33,86 205 12 0,05 44,4512 12,4616 100 14,43 10,13 7,03 177 10 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198 7,84 10,07 0,01 0,01 260,2714 36,5376		, 2 06ea											000	32 40E	114 84	2,175	0.0016	0,033	0,0074
40 3,2 0,56 13,47 72 0,00 88 10,6 10,912 200 0,64 3,78 18,16 109 25 0,01 88 10,6 10,912 180 6,24 3,78 16 165 25 0,05 14,15 0,01 329,204 53,6789 100 14,43 10,13 7,03 177 10 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198 27,95 198 27,97 0,07 0,07 0,01 260,2714 36,5376	5		40	A					0,1			6,121	15.136	26.796	91,872	1,74	0,0013	0,0264	0,0058
250 0,04 3,78 10,10 103 25 0,05 14,15 0,01 329,204 53,6789 53,6789 100 14,43 10,13 7,03 178 188 20,05 10,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198	X	6 пшеничный	9				*		0,00	80		10,6	10,912	2,958	2,958	4,4022		*	
180 6,24 5,02 33,86 205 12 0,05 44,4512 12,4616 100 14,43 10,13 7,03 177 10 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198	至	титок из плодов шиповника	200					25		14,15	0,01	329,204	53,6789	25,859	88,509	1,1354	0,0052	0,0003	0,0528
180 0,27 5,02 5,03 177 10 0,07 0,12 0,01 260,2714 36,5376 80 3,61 7,89 27,95 198	E	из свежей капусты с картофелем	057					12				44,4512	12,4616	8,7502	39,0648	0,8683			
80 3,61 7,89 27,95 198 22,000 843,2266 147.6461	Ma	каронные изделия отварные	180			,		10		0,12	10,0	260,2714	36,5376	31,4905	164,4126	1,5061	0,007	0,0108	0,0472
000 57-	Бит	очки паровые Ф	007												i ·			and the same case and a second	
39,15 126,78 1 016 4/ 0,30 102,2/ 0,02 000,000	5			6		126,78	1 016	47	0,36	102,27	0,02	863,2266		129,3487	501,6564	11,827	0,0152	0,0705	0,1132

Осенний-зимний Дети 12 лет и старше

Сезон: Категория:

рец.	Приём пини				The second name of the least n	Annature of Street, or other Designation of the last					Name and Address of the Owner, where the owner, which is the owner, where the owner, which is the owner, where the owner, where the owner, which is the owner, where the owner,	STREET, STREET				Name and Address of the Owner, where the Owner, which is the Owner,		the same of the last of the la
1 272	ויטמכש וואושאי	Macca	Пищевые вещества	не веще	ства		B	Витамины (мг)	ol (Mr)				Минера	Минеральные вещества (мг)	щества ((ML)		
н	наименование блюда	порции		Ξ	2	KKAN	٧	, H	C	_	2	5	M	۵	T.	_	S	ц
-			۵	×	>		(рет.экв)	d))	4	3	<u>-</u>	-	2		}	
2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	2	8	4	2	9	7	ω	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Обед																	
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	115		0,01	6'0		112,44	14,18	5,14	4,4	0,952			
Хлеб ржаной	oř.	20	2	0,35	8,42	45		0,05			60,75	9,46	16,7475	57,42	1,0875	8000'0	0,0165	0,0037
Хлеб пшеничный	ичный	40	3,2	95'0	13,47	72		80'0			97,2	15,136	26,796	91,872	1,74	0,0013	0,0264	0,0058
2 5 5 5 5 5 5 5 5 7 7 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8	oň	180	4,32	6,13	42,18	241	24	0,04			66,663	5,845	28,2162	86,3963	0,5716			
)))))))))	Горбуша под сырной корочкой	120	18,65	13,86	80'9	223		0,02	1,27		74,3036	19,2656	12,0331	22,8323	0,3166	0,0018	- 1	0,0191
102 Суп картоф	Суп картофельный с горохом и курой	250	86'6	65'6	18,17	199	12,5	0,2	6,1		560,084	41,2729	39,4745	135,4285	2,1446	0,0054	0,0029	6990'0
Bcero B Ofeg	бед	810	38,3	30,65	116,21	895	36,5	0,4	8,27		971,4406 105,1595	105,1595	128,4073	398,3491	6,8122	0,0093	0,0458	0,0955

Осенний-зимний Дети 12 лет и старше Сезон: Категория:

1-ая неделя/Четверг

		Manne	D	Carrolling of Jacum	Carr		B	Витамины (МГ)	(ML)				Минерал	Минеральные вещества (мг)	цества (п	ML)		
NO DO	DOMEN TALL	- ACCA	- INITIOD	שב מבחלר	200		1		, ,		-	-			-		-	L
N= pcrt.	ELOUD GALLESON	иипаоц		(<u>L</u>)	×	ККАП	A	81	U	٥	×	ප	Mg	Д.	e P	-	o S	_
			9	×	· ×		(рет.экв)											
								(-	4.0	13	14	13	15	18	19	20
-	2	m	4	2	9	7	ဆ	2	27	11	CT	77	-	2	2			
1		-																
	Обед					Ļ		30.0	1		60.75	9.46	16,7475	57,42	1,0875	8000'0	0,0165	0,0037
	>	20	2	0,35	8,42	45		coro			21/20	- 1			i		a day.	00000
	хлео ржанои	2 .	CC	0 55	12 47	72		0.08			97,2	15,136	26,796	91,872	1,74	0,0013	0,0204	ocnn'n
	Хлеб пшеничный	40	3,2	00'00	12,71	3/		2010	!			¢,	63	42	6.0		0.0006	0,0014
		150	2.25	0.3	32,7	143		0,02	15		776	77	3	ī	-12			
692	Банан	OCT		1		0	100	000	9.7	0.01	311.8725	46,662	21,6847	53,4398	1,0787	0,0059		0,0232
CO	Борш с капустой и каптофелем @	250	2,15	6,74	12,31	STT	12,3	20,0		-		000	0000	0 643	0 4010	0 0003		0.0045
70	המחול בי עמו לבו מו או עמלים לא היים להיים	000	80 0	0 05	23.62	96		0,01	24		87,7476	1,3/28	160'9	0,013	CTOL'O	20000		
345	Компот из черной смородины	700		20,0	20,02	3	1		,,,	,	DEA 2541	20 5600	64 6983	271.8428	3.3602	0,0156	0,0003	0,1287
2		200	19.98	47.76	26,93	618	375	0,26	13,31	T	T-00-1-00 T	20,000	-	2017		-	The state of the s	
263	Рагу из свинины				-	200	3000	0.44	10 69	0.01	0.011143.9242	124,2007	201,0176	525,1875	8,5683	0,0239	0,0438	0,1673
	Boero B Ofen	096	29,86	22,76	25,76 117,45	1 092	201/00	2								Commence of the Control of the Contr		

1-ая неделя/Пятница

Сезон: **Осенний-зимний** Категория: **Дети 12 лет и старше**

Nº Dell.	Приём пищи,	Macca	Пищев	Пищевые вещества	ЭСТВА		B	Витамины (мг)	(ML)				Минера	Минеральные вещества (мг)	цества (Mr)		
	наименование блюда	порции		(L)		ККАП	Δ	81	C	0	¥	S	Ma	۵	E.	Н	Se	ш
			9	×	>	-	(рет.экв)	;))					
1	2	m	4	2	9	7	80	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	OSen																	
	Ynes nwauni	30	m	0,53	12,63	89		80'0			91,125	14,19	25,1213	86,13	1,6313	0,0012	0,0248	
	Viole promised	2 2	4	0,7	16,84	06		0,1			121,5	18,92	33,495	114,84	2,175	0,0016	0,033	0,0073
		250	2,66	11,11	16,29	196	20	60'0	7,11	10,0	462,1882	32,6704	29,2426	110,3497	1,2881	0,0057	0,0002	0,0635
-	Sandyours as teopora	100/20	15,99	12,49	30,03	296	40	0,04	0,3		238,5599	215,9369	27,7553	233,7218	0,4623			
	Dany us promote 8.	180		14,44	15,35	203	24	0,07	11,66		476,1188	49,0738	28,88	69,0814	0,9713	0,0055	0,0002	0,0394
	raly vis obouten &	200		٠,	20,57	85		0,01	1,6		205,84	21,12	10,44	19,14	2,61	0,0035		0,0141
	CON CHON I CENTRALE	100	19,19	23,81	12,57	341	20	80'0	0,12	0,01	230,945	44,8864	31,4993	224,0542	2,1061	0,0024	0,0114	0,0065
	Всего в Обел	930	53,46	63,07	124,28	1 278	104	0,47	20,79	0,02	826,2769	396,7975	186,4335	857,3171	11,244	0,0199	9690'0	0,1363

2-ая неделя/Понедельник

Осенний-зимний Дети 12 лет и старше

Сезон: Категория:

	Se		19 20			0,0003 0,0351			0,0264 0,0058		_	0,0014 0,049	0,0449 0,1079
 Mr)	1	•	18			0,0048		0,0008	0,0013		0,0026	6500'0	0,0154
 щества (Fe		15		5,3213	0,911		1,0875	1,74	0,0522	0,4959	0,8755	10,4834
Минеральные вещества (мг)	۵		13		236,6438	58,5511		57,42	91,872		34,713	126,6676	605,8675
Минера	Ma	'n	14		158,085	23,1011		16,7475	26,796		11,571	23,0811	259,3817
	8	}	12		29,6888	20,8059		9,46	15,136	0,352	19,228	24,9568	119,6274
	×	:	13		300,9825	490,815		60,75	97,2	9'0	111,1785	231,4123	292,9383
	0	1	11								}		
ol (Mr)	J)	10			7,15					3,8	96'0	11,91
Витамины (мг)	B1	;	6		0,24	80'0		0,05	80'0		0,02	0,05	0,51
8	۵	(рет.экв)	8		45								45
	ККАП		7		315	111		45	72	83	09	168	854
цества		>	9		44,84	19,45		8,42	13,47	20,8	2,25	80'8	29,18 117,29
she Beu	Ξ	×	2		10,74	2,59		0,35	0,56		5,36	9,58	
Пище		9	4		96'6	2,71		2	3,2	90'0	0,71	12,31	30,95
Масса Пищевые вещества	порции		e		180	250		20	40	200	100	100/20	940
Приём пищи,	наименование блюда		2	Иеэо	Каша рассыпчатая (гречневая)	Суп картофельный с макаронными	изделиями	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из смеси сухофруктов	Салат из свежих огурцов @	Тефтели мясные с рисом @	Всего в Обед
Ng peu.			1		171	103		1	5 5 5 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	349	20	447	

2-ая неделя/Вторник

Осенний-зимний Дети 12 лет и старше Сезон: Категория:

1 Сдоба обыкно Хлеб ржаной Хлеб ржаной Картофельное Тефтели мясн Суп картофел кур.бульон Всего в Обед	Nº Dell.	Приём пиши,	Macca	Пищевые вещества	не веще	СТВа		B	Витамины (мг)	SI (MI)				Минерал	Минеральные вещества (мг)	цества (1	4r)		
1 Обед X Y К Y К Y К Y К Y X Y Y X Y Y X Y Y X Y Y X Y <th>1</th> <th>наименование блюда</th> <th>поршии</th> <th></th> <th>(<u>L</u>)</th> <th></th> <th>CKAN</th> <th>Δ</th> <th>B1</th> <th>C</th> <th>0</th> <th>¥</th> <th>ප</th> <th>Ma</th> <th>۵</th> <th>Fe</th> <th>Н</th> <th>Se</th> <th>ŭ.</th>	1	наименование блюда	поршии		(<u>L</u>)		CKAN	Δ	B1	C	0	¥	ප	Ma	۵	Fe	Н	Se	ŭ.
1 Обед 2 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 Сдоба обыкновенная Обед 6,21 3,78 37,68 210 16 0,11 8 17,16 14,19 25,1213 86,13 Хлюб ржаной Хлюб ржаной 3,0 3,2 0,53 12,63 68 7 0,08 91,125 14,19 25,1213 86,13 Хлюб ржаной Хлюб ржаной 3,2 0,54 3,78 12,63 68 7 0,08 91,125 14,19 25,1213 86,13 Хлюб пшеничный 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 9,01 88 10,61 10,91 2,91 10,91 2,91 10,91 2,91 10,91 2,91 10,91 2,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,91 10,72 10,72 <th< th=""><th></th><th></th><th></th><th>9</th><th>×</th><th>></th><th></th><th>рет.экв)</th><th>i</th><th>)</th><th>١</th><th></th><th></th><th>•</th><th></th><th></th><th></th><th></th><th></th></th<>				9	×	>		рет.экв)	i)	١			•					
Обед 37.68 21.0 16 0,11 86 17.6 23,2 59,2 Хлеб ржаной 30 3,78 12,63 68 210 16 0,11 88 17,125 14,19 25,1213 86,13 Хлеб ржаной 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 9,08 10,61 2,958 1,419 25,1213 86,13 Хлеб ржаной 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 9,08 10,61 2,958	1	2	3	4	r)	9	7	8	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Сдоба обыкновенная 80 6,21 3,78 37,68 210 16 0,11 87,68 17,6 23,2 59,2 Хлеб ржаной 30 3 0,53 12,63 68 70 0,08 91,125 14,19 25,1213 86,13 Хлеб ржаной 40 3,2 0,56 13,47 72 72 0,08 91,125 14,19 25,1213 86,13 Хлеб пшеничный 200 0,64 3,78 18,16 109 20 9,01 88 10,61 2,958 2,958 Напиток из плодов шитовника 100/50 23,61 205 30 0,15 12,2 897,5658 42,602 33,3632 99,359 Картофельное пюре 100/50 12,31 9,58 8,08 168 0,05 0,05 23,414 34,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286		Oben																	
Xлеб ржаной 3,2 0,53 12,63 68 0,08 91,125 14,19 25,1213 86,13 Хлеб ржаной 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 91,125 14,13 25,736 91,872 Хлеб пшеничный 200 0,64 3,78 18,16 109 0,01 88 10,61 2,958 2,966 231,4123 24,9568 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,666 236,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745 135,4286 23,4745	421	Соба обличованная	80	6,21	3,78	37,68	210	16				89'28	17,6	23,2	59,2	1,104			
Хлеб пшеничный 40 3,2 0,56 13,47 72 0,08 97,2 15,136 26,796 91,872 Хлеб пшеничный 200 0,64 3,78 18,16 109 0,01 88 10,61 2,958 2,958 2,958 Напиток из плодов шиповника 180 3,61 10,67 23,61 205 30 0,15 12,2 897,5658 42,602 33,3632 99,359 Картофельное пюре 100/50 12,31 9,58 8,08 168 0,05 0,96 231,4123 24,9568 23,0811 126,6676 Суп картофельный с горохом на кур. бульон 250 9,98 9,58 18,16 1030 6,1 464,8697 41,2729 39,4745 135,4286 Кур. бульон 86-10 36,0 131,79 1030 56 0,67 107,26 186,45528 166,669 173,9941 601,6152	177		30	m	0,53	12,63	89		80'0			91,125	14,19	25,1213	86,13	1,6313	0,0012	0,0248	0,0056
Алео пистичный 200 0,64 3,78 18,16 109 0,01 88 10,6 2,958		Sied Dwahon	8 4	3,2	0,56	13,47	72		80'0			97,2	15,136	26,796	91,872	1,74	0,0013	0,0264	0,0058
Картофельное пюре 100/50 3,61 10,67 23,61 205 30 0,15 12,2 20,05 0,05<	000	Sylingonymin gogodu on sorthern	2000	0,64	3,78	18,16	109		0,01	88		10,6	10,912	2,958	2,958	4,4022			
Тефтели мясные с рисом ф 100/50 9,58 8,08 168 0,05 0,96 231,4123 24,9568 23,0811 126,6676 Суп картофельный с горохом на кур.бульон 250 9,98 9,58 18,16 199 10 0,19 6,1 464,8697 41,2729 39,4745 135,4286 Кур.бульон Всего в Обед 38,95 38,95 38,47 131,79 1030 56 0,67 107,26 186,6697 173,9941 601,6152	000	Manager and programmed and programme	180	3,61	10,67	23,61	205	30	0,15	12,2		897,5658	42,602	33,3632	632'66	1,208			
Суп картофельный с горохом на кур. бульон кур. бульон Всего в Обед Весто в Обед Ве	071	Tetronia Maculio C DIACOM (6)	100/50	12,31	9,58	8,08	168		50'0	96'0		231,4123	24,9568	23,0811	126,6676	0,8755	6500'0	0,0014	0,049
КУD. Бульон Всего в Обед 38,95 38,47 131,79 1030 56 0,67 107,26 880,4528 166,6697 173,9941 601,6152	102	Суп картофельный с горохом на	250	86'6	9,58	18,16	199	10		6,1		464,8697	41,2729	39,4745	135,4286	2,1446	0,0048	0,0025	0,0588
930 38,95 38,47 131,79 1 030 56 0,67 107,26 880,4528 166,6697 173,9941 601,6152		кур.бульон												-			1	7 8 8 6 6	0000
		Всего в Обед	930	38,95	38,47	131,79	1 030	26		107,26	•		166,6697	173,9941	601,6152	13,1050	0,0132	10000	0,1194

2-ая неделя/Среда

Осенний-зимний Дети 12 лет и старше

Сезон: Категория:

K Ca 112,44 14,18 60,75 9,46 97,2 15,136 153,09 23,8392 228,385 62,392 222,9379 24,7841 93,0753 19,2837	K Ca 112,44 14,18 60,75 9,46 97,2 15,136 153,09 23,8392 228,385 62,392 222,9379 24,7841 93,0753 19,2837	К Са Мунеральные вещества (мг 13 12 14 13 15 112,44 14,18 5,14 4,4 0,952 60,75 9,46 16,7475 57,42 1,0875 97,2 15,136 26,796 91,872 1,74 153,09 23,8392 42,2038 144,6984 2,7406 222,9379 24,7841 22,3195 193,314 1,8855 9,6236 93,0753 19,2837 29,2851 75,8562 0,6236 6	К Са Мунеральные веще 13 12 14 13 112,44 14,18 5,14 4,4 60,75 9,46 16,7475 57,42 3 97,2 15,136 26,796 91,872 3 153,09 23,8392 42,2038 144,6984 3 222,9379 24,7841 22,3195 193,314 3 93,0753 19,2837 29,2851 75,8562 0
Ca 14,18 9,46 15,136 23,8392 62,392 24,7841 19,2837	11 13 12 11 13 12 11 13 12 10,075 9,46 97,2 15,136 153,09 23,8392 153,09 23,8392 24 222,9379 24,7841 28 93,0753 19,2837	D K Ca Mg P Fe	D K Ca Mg P Fe I
K Ca 13 12 112,44 14,18 60,75 9,46 97,2 15,136 153,09 23,8392 153,09 23,8392 222,9379 24,7841 93,0753 19,2837	K Ca 13 12 112,44 14,18 60,75 9,46 97,2 15,136 153,09 23,8392 153,09 23,8392 222,9379 24,7841 93,0753 19,2837	К Са Минеральные вещества (мг 112,44 14,18 5,14 4,4 0,952 60,75 9,46 16,7475 57,42 1,0875 97,2 15,136 26,796 91,872 1,74 153,09 23,8392 42,2038 144,6984 2,7406 222,9379 24,7841 22,3195 193,314 1,8855 9 93,0753 19,2837 29,2851 75,8562 0,6236 9 6	К Са Мунеральные вещества (мг) 112,44 14,18 5,14 4,4 0,952 60,75 9,46 16,7475 57,42 1,0875 0,0008 97,2 15,136 26,796 91,872 1,74 0,0013 153,09 23,8392 42,2038 144,6984 2,7406 0,0002 222,9379 24,7841 22,3195 19,2837 29,2851 75,8562 0,6236 0,0018
Ca 14,18 9,46 15,136 23,8392 62,392 24,7841 19,2837	Ca 14,18 9,46 15,136 23,8392 62,392 24,7841 19,2837	Са Му Р Fe 12 14 13 15. 14,18 5,14 4,4 0,952 9,46 16,7475 57,42 1,0875 15,136 26,796 91,872 1,74 23,8392 42,2038 144,6984 2,7406 62,392 21,7457 70,7745 0,6351 24,7841 22,3195 193,314 1,8855 19,2837 29,2851 75,8562 0,6236	Са Мунеральные вещества (мг) 12 14 13 15 18 14,18 5,14 4,4 0,952 9,00008 15,136 26,745 57,42 1,0875 0,0003 15,136 26,796 91,872 1,74 0,0013 23,8392 42,2038 144,6984 2,7406 0,002 62,392 21,7457 70,7745 0,6351 0,0062 24,7841 22,3195 193,314 1,8855 0,0002 19,2837 29,2851 75,8562 0,6236 0,0018
		Минеральные вещества (мг Мд Р Fe 14 13 15. 5,14 4,4 0,952 16,7475 57,42 1,0875 26,796 91,872 1,74 42,2038 144,6984 2,7406 21,7457 70,7745 0,6351 22,23195 193,314 1,8855 29,2851 75,8562 0,6236	Минеральные вещества (мг) Mg P Fe I 14 13 15 18 5,14 4,4 0,952 0,0008 26,795 57,42 1,0875 0,0003 26,796 91,872 1,74 0,0013 42,2038 144,6984 2,7406 0,002 22,3195 193,314 1,8855 0,0002 29,2851 75,8562 0,6236 0,0018
	Р 4,4 57,42 91,872 144,6984 70,7745 193,314 75,8562	13 Fe	8 00008 00013 0,002 00062 00002

2-ая неделя/четверг

Сезон: Осенний-зимний Категория: Дети 12 лет и старше

Nº peu.	Приём пищи,	Macca	Пищевые вещества	не веще	ства		a	Витамины (мг)	ML)				Минерал	Минеральные вещества (мг)	щества	ML)		
	наименование блюда	порции		(L)		ККАП	A	81	C	0	×	5	Ma	۵	Fe	I	Se	щ
			9	×	>		(рет.экв)	1)	١			1					
1	2	3	4	2	9	7	œ	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Oben																*	
	Ynes nwauoi	20	2	0,35	8,42	45		0,05			60,75	9,46	16,7475	57,42	1,0875	8000'0	0,0165	
	XIOC PAGINOS	40	3,2	0,56	13,47	72		80'0			97,2	15,136	26,796	91,872	1,74	0,0013	0,0264	0,0058
	Пи из свежей капусты с картофелем	250	7,64	11,25	9,45	170	20	20'0	14,2	10'0	333,7431	52,8459	26,4926	92,9099	1,1885	0,0053	6,0003	
5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	denote control of the	160	0,61	0,56	14,27	64		0,03	105,6		444,8	22,528	12,528	15,312	3,0624	0,0032	0,0005	0,0128
300	Marandulle usaenus otreadhhe	180	6,24	5,02	33,86	205	12	50'0			44,4512	12,4616	8,7502	39,0648	0,8683			
281	Eurouku napobble "	100	14,43	10,13	2,03	177	10	0,07	0,12	0,01	260,2714	36,5376	31,4905	164,4126	1,5061	0,007	0,0108	0,0472
2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Кисель с витаминами "Витошка"	200			24	95	130	0,3	20,1		•						or an adjustment of the second	
	Всего в Обед	950	34,12	27,87 110,51	110,51	828	172	0,65	140,02	1,7	241,2157	148,9691	122,8048	460,9913	9,4528	0,0176	0,0545	0,1265

2-ая неделя/Пятница

Сезон: Осенний-зимний Категория: Дети 12 лет и старше

No peu.	Приём пищи,	Macca	Пищев	Пищевые вещества	эства		Ω	Витамины (мг)	(ML)				Минера	Минеральные вещества (мг)	щества (ML)		
	наименование блюда	порции		Ξ	-	KKAN	٧	ra ta	C	c	×	2	Ma	۵	Fo	_	9	п
	1	•	Ω	×	^	-	(рет.экв)	3)	, `	4	3	20	_	2		3	
1	2	e	4	2	9	7	œ	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Обед																	
349	Компот из смеси сухофруктов	200	99'0	60'0	32,01	133		0,02	0,73		229,8	32,48	17,46	23,44	869'0			
	Хлеб ржаной	20	2	0,35	8,42	45		90'0			60,75	9,46	16,7475	57,42	1,0875	8000'0	0,0165	0,0037
2 2 3 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,56	13,47	72		80'0			97,2	15,136	26,796	91,872	1,74	0,0013	0,0264	0,0058
82	Борщ с капустой и картофелем @	250	2,15	6,74	12,31	119	12,5	0,02	2,6	0,01	311,8725	46,662	21,6847	53,4398	1,0787	6500'0		0,0232
29	Винегрет овощной	100	1,06	8,91	6,61	111		0,02	3,44		194,9836	18,5522	14,2637	32,2074	0,6005	0,0028		0,0173
291	Плов из курицы@	280	35,39	14,41	52,06	479		0,12	1,79		488,3748	26,6276	69,4099	316,8103	2,6309	2600'0	0,01	0,1973
	Всего в Обед	890	44,46	31,06	31,06 124,88	959	12,5	0,31	15,66	0,01	377,9809	0,01.377,9809 148,9178	166,3618	575,1894	7,8356	0,0205	0,0529	0,2474
	Итого		377,0	387,3	1 197,	9 788	1 004,5	4,57	489,32	1,79	13 633,	1.598,3	1 649,7	5 637,2	95,757	0,1552	0,5709	1,2489
	Среднее за период		37,71	38,74	119,8	626	100,45	0,46	48,93	0,18	0,18.363,3305	159,8365	164,9798	563,7237	9,5758	0,0155	0,0571	0,1249
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		15,41 35,62 48,96	35,62	48,96	,												