

День 6	Обед:							0,00
	50/М	Салат из свеклы с сыром	60		3,02	6,39	3,96	85,43
	88/М	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5		1,95	5,95	9,12	97,83
	291/М	Плов с курицей	150/90		19,11	19,56	40,69	415,24
	342/М	Компот из вишни	180		0,14	0,04	13,88	56,44
		Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20		1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	44,40
	Итого:	845	72	28,84	33,02	102,97	824,42	
День 7	Обед:							0,00
	39/М	Салат из картофеля, кукурузы консервированной, огурца соленого и моркови	60		0,9	3,14	5,27	52,94
	102/М	Суп картофельный с фасолью	200		4,39	4,22	13,23	108,46
	260/М	Гуляш из говядины	90		14,77	12,3	3,14	182,34
	173/М	Каша пшеничная	150		3,45	4,19	18,96	127,35
	342/М	Компот из свежих яблок	180		0,14	0,14	13,51	55,86
		Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20		1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	44,40
		Итого:	840	72	28,27	25,07	89,43	696,43
День 8	Обед:							0,00
	55/М	Салат из свеклы с соленым огурцом	60		0,73	3,06	3,68	45,18
	102/М	Суп с макаронными изделиями	200		2,05	2,22	12,55	78,38
	279/М	Тефтели из говядины с соусом красным основным	90/30		10,70	11,60	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150		4,35	6,32	29,69	193,0
	349/М	Компот из сухофруктов	180		0,4	0,02	20,6	84,18
		Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20		1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	44,40
	Итого:	845	72	22,85	24,3	114,72	768,98	
День 9	Обед:							0,00
	45/М	Салат из белокочанной капусты	60		0,93	3,05	2,6	41,57
	98/М	Суп крестьянский с рисом	200		1,74	4,95	11,7	98,31
	294/М	Котлеты из индейки с соусом томатным	90/30		9,56	9,86	12,14	175,54
	202/М	Макароны отварные	150		6,2	4,58	42,3	235,22
	342/М	Компот из вишни	180		0,14	0,04	13,88	56,44
		Хлеб пшеничный	20		1,58	0,2	9,66	46,76
		Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,86	78,32
	338/М	Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	44,40
	Итого:	870	72	23,19	23,56	117,94	776,56	
День 10	Обед:							0,00
	62/М	Салат морковный	60		0,78	3,06	4,14	47,22
	85/М	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5		1,53	4,88	9,94	89,80
	232/М	Хек запеченный	90		12,09	5,61	8,46	132,69
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5		3,27	4,71	22,03	143,59
	342/М	Компот из вишни	180		0,14	0,04	13,88	56,44
		Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20		1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	44,40
		Итого:	875	72	22,43	19,38	93,77	639,22
Среднее значение обедов					25,26	25,46	103,74	745,10
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы					33%	32%	31%	32%
100 % Норма СанПиН					77	79	335	2 350
Примечание: Расчет сырья, выхода готовых блюд произведен по Сборнику рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 год. Фрукты включены по массе нетто. В блюдах используется исключительно йодированная соль.								