

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»
В.Ю. Воробьев

«01» сентября 2022 г.

Согласовано с:

Директор МБОУ Школа № 49
г.о. Самара

Е. В. Чанкова

«01» 09 2022 г.



**Примерное двенадцатидневное цикличное меню
завтраков, обедов, полдников
для обучающихся в общеобразовательных учреждениях
(для детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта
стол №5).**

Примерное циклическое меню

День: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мкг						Минеральные вещества, мг					
			А	Б	В	Ж	У	Y		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
	Завтрак																				
209	Яйцо вареное	С 7-11 лет	5,08	4,6	0,28	63	0,03	0	100	0	22	76,8	4,8	1							
		С 12-18 лет	5,08	4,6	0,28	63	0,03	0	100	0	22	76,8	4,8	1							
175	Каша вязкая молочная «Дружба»	С 7-11 лет	6,08	11,18	33,48	260	0,1	0,96	54,8	0	133,38	156,72	37,22	0,81							
		С 12-18 лет	6,08	11,18	33,48	260	0,1	0,96	54,8	0	133,38	156,72	37,22	0,81							
ТТК343	Кофейный напиток с молоком	С 7-11 лет	3,16	2,67	9,23	73	0,044	1,3	20	0	125,8	90	14	0,13							
		С 12-18 лет	3,16	2,67	9,23	73	0,044	1,3	20	0	125,8	90	14	0,13							
ТТК251/1	Батон	С 7-11 лет	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6							
		С 12-18 лет	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6							
	Итого :	С 7-11 лет	17,48	20	64,89	510	0,229	2,26	174,805	0	290,68	356,02	62,52	2,54							
	Итого :	С 12-18 лет	17,48	20	64,89	510	0,229	2,26	174,805	0	290,68	356,02	62,52	2,54							
	Обед																				
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	С 7-11 лет	2,15	2,27	13,96	94,6	0,09	6,6	0	0	23,36	54,06	21,82	0,9							
		С 12-18 лет	16,1	13,15	18,84	118,3	0,113	8,25	0	0	29,2	67,57	27,27	1,13							
ТТК335	Капуста тушеная с цыпятами 40/150	С 7-11 лет	12,68	10,95	14,14	205,8	0,06	25,74	0	0	87,97	131,81	38,97	1,7							
		С 12-18 лет	12,68	10,95	14,14	205,8	0,06	25,74	0	0	87,97	131,81	38,97	1,7							
ТТК349/4	Компот из смеси сухофруктов	С 7-11 лет	0,66	0,09	26,8	110,6	0,016	0,73	0	0	32,48	23,44	17,46	0,7							
		С 12-18 лет	0,66	0,09	26,8	110,6	0,016	0,73	0	0	32,48	23,44	17,46	0,7							
ТТК249	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55							
		С 12-18 лет	2,68	0,4	18,12	86,8	0,044	0	0	0	8	26	5,6	0,44							
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8							
		С 12-18 лет	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7							
	Итого :	С 7-11 лет	21,92	14,37	92,63	599,9	0,301	33,07	0,0006	0	167,01	319,41	108,05	5,65							
	Итого :	С 12-18 лет	36,74	25,43	100,52	642,1	0,353	34,72	0,0018	0	177,45	365,22	123,5	6,67							
	Итого :	С 7-11 лет	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
	Итого :	С 12-18 лет	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
	Итого за День :	С 7-11 лет	39,4	34,37	157,52	1109,9	0,53	35,33	174,81	0	457,69	675,43	170,57	8,19							
	Итого за День :	С 12-18 лет	54,22	45,43	165,41	1152,1	0,582	36,98	174,81	0	468,13	721,24	186,02	9,21							

Примерное цикличное меню

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг								Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	С	А	Е		С	В	В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
1	2 Завтрак		3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15							
14	Масло сливочное	С 7-11 лет	10	0,08	7,25	0,13	66		0	0	45	0	2,4	3	0,05	0,24							
		С 12-18 лет	10	0,08	7,25	0,13	66		0	0	45	0	2,4	3	0,05	0,24							
223	Запеканка из творога с соусом	С 7-11 лет	160	18,19	13,46	26,09	297,66		0,07	0,63	104	0	172,46	153,54	17,97	1,03							
327	молочным сладким 130/30	С 12-18 лет	160	18,19	13,46	26,09	297,66		0,07	0,63	104	0	172,46	153,54	17,97	1,03							
тпк195	Чай с сахаром	С 7-11 лет	200	0,07	0,02	12	48,5		0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28							
		С 12-18 лет	200	0,07	0,02	12	48,5		0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28							
тпк251/1	Батон	С 7-11 лет	50	3,16	1,55	21,9	114		0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6							
		С 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	114		0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6							
	Итого:	С 7-11 лет	420	21,5	22,28	60,12	526,16		0,125	0,66	149,005	0	195,46	191,84	25,92	2,15							
	Итого:	С 12-18 лет	420	21,5	22,28	60,12	526,16		0,125	0,66	149,005	0	195,46	191,84	25,92	2,15							
	Обед																						
75	Икра морковная	С 7-11 лет	50	1	0,005	10,28	45,15		0,021	2,11	0	0	23,26	30,46	16,12	0,5							
		С 12-18 лет	50	1	0,005	10,28	45,15		0,021	2,11	0	0	23,26	30,46	16,12	0,5							
96	Рассольник Ленинградский, сметана	С 7-11 лет	205	1,74	4,82	9,76	89,4		0,07	6,7	0	0	23,32	45,38	19,34	0,74							
		С 12-18 лет	255	2,15	5,84	12,16	109,8		0,095	8,4	0	0	33,55	59,79	24,58	0,94							
268	Биточек рубленый с соусом	С 7-11 лет	90	9,28	8	11,37	154,4		0,056	0,71	22,2	0	15,36	94,17	20,86	1,03							
348	томатным 60/30, 80/30	С 12-18 лет	110	12,27	9,34	14,04	195,4		0,076	0,71	26,2	0	18,76	123,17	26,56	1,32							
303	Каша вязкая рисовая	С 7-11 лет	150	2,55	4,17	26,57	154		0,022	0	0	0	4,12	55,5	18	0,37							
		С 12-18 лет	180	3,07	5	31,88	184,8		0,026	0	0	0	4,94	66,7	21,6	0,44							
тпк349/1	Компот из кураги	С 7-11 лет	200	0,78	0,046	22,38	93		0,016	0,6	0	0	32,32	21,9	17,56	0,48							
		С 12-18 лет	200	0,78	0,046	22,38	93		0,016	0,6	0	0	32,32	21,9	17,56	0,48							
тпк249	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	108,5		0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55							
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9		0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77							
тпк250	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4		0,08	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8							
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6		0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7							
	Итого:	С 7-11 лет	785	20,79	18,096	107,81	679,7		0,299	8,01	22,2006	0	98,32	327,05	105,56	4,97							
	Итого:	С 12-18 лет	925	27,58	21,766	134,79	855,5		0,41	9,71	26,2018	0	123,37	433,46	134,3	6,65							
	Итого за день:		1205	42,29	40,376	167,93	1205,86		0,424	8,67	171,21	0	293,78	518,89	131,48	7,12							
	Итого за день:		1345	49,08	44,046	194,91	1381,66		0,535	10,37	175,21	0	318,83	625,3	160,22	8,8							

Примерное цикличное меню

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	Y		В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
	Завтрак																		
15	Сыр порционно	С 7-11 лет	10	2,32	2,95	0	0,003	0,07	0	0	88	50	3,5	0,1					
		С 12-18 лет	10	2,32	2,95	0	0,003	0,07	0	0	88	50	3,5	0,1					
245	Рыба припущенная	С 7-11 лет	60	10,45	1,42	0,16	0,05	0,2	6	0	10,2	102,4	7,8	0,42					
		С 12-18 лет	60	10,45	1,42	0,16	0,05	0,2	6	0	10,2	102,4	7,8	0,42					
171	Каша рассыпчатая гречневая	С 7-11 лет	160	8,85	9,55	39,86	0,21	0	40	0	26,39	210,35	140,52	4,73					
		С 12-18 лет	160	8,85	9,55	39,86	0,21	0	40	0	26,39	210,35	140,52	4,73					
тпк195	Чай с сахаром	С 7-11 лет	200	0,07	0,02	12	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28					
		С 12-18 лет	200	0,07	0,02	12	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28					
тпк251/1	Батон	С 7-11 лет	50	3,16	1,55	21,9	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6					
		С 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6					
	Итого:	С 7-11 лет	480	24,85	15,49	73,92	0,318	0,3	46,005	0	145,19	398,05	159,72	6,13					
	Итого:	С 12-18 лет	480	24,85	15,49	73,92	0,318	0,3	46,005	0	145,19	398,05	159,72	6,13					
	Обед																		
101	Суп картофельный с хлопьями «Геркулес»	С 7-11 лет	200	1,77	2,38	11,29	0,088	6,6	0	0	25,25	57,16	23,16	0,8					
		С 12-18 лет	250	2,21	2,98	14,12	0,11	0,06	0	0	28,95	71,45	28,95	1,008					
тпк5	Тестели из птицы с соусом сметанным с томатом(40/30,50/50)	С 7-11 лет	70	6,83	6,45	7,47	0,036	1,04	17,82	0	15,52	60,16	9,73	0,57					
		С 12-18 лет	100	8,76	8,69	10,21	0,046	1,46	26,5	0	23,06	78,85	13,38	0,77					
202	Макаронные изделия отварные с маслом	С 7-11 лет	155	5,65	5,99	31,52	0,06	0	29,57	0	12,57	38,89	8,43	0,84					
		С 12-18 лет	185	6,83	7,29	38,37	0,069	0	35,2	0	14,63	46,1	10,36	1,03					
388	Напиток из плодов шиповника	С 7-11 лет	200	0,67	0,27	15,77	68,2	100	0	0	21,34	3,44	3,44	0,63					
		С 12-18 лет	200	0,67	0,27	15,77	68,2	100	0	0	21,34	3,44	3,44	0,63					
тпк249	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55					
		С 12-18 лет	70	4,89	0,7	31,71	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77					
тпк250	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8					
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7					
	Итого:	С 7-11 лет	715	21,35	16,15	103,78	648,76	0,331	107,64	47,3906	0	97,88	269,75	74,56					
	Итого:	С 12-18 лет	865	27,78	20,77	132,8	833,05	0,432	101,52	61,7018	0	121,78	361,74	100,13					
	Итого за день:	С 7-11 лет	1195	46,2	31,64	177,7	1182,26	0,649	107,94	93,40	0	243,07	667,8	234,28					
	Итого за день:	С 12-18 лет	1345	52,63	36,26	206,72	1366,55	0,75	101,82	107,71	0	266,97	759,79	259,85					

Примерное цикличное меню

День: четверг
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порц.	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У	6	7	8		9	10	11	12	13	14	15					
338	Завтрак Фрукт	С 7-11 лет	150	0,6	0,6	14,7		70,5	0,045	16,5	0	0	24	16,5	13,5	3,3						
173,174	Каша вязкая молочная рисовая	С 12-18 лет	150	0,6	0,6	14,7		70,5	0,045	16,5	0	0	24	16,5	13,5	3,3						
ТТК195	Чай с сахаром	С 7-11 лет	210	6	10,85	42,95	294	294	0,06	0,96	54,8	0	130,67	157,44	36,46	0,6						
ТТК251/1	Батон	С 12-18 лет	200	0,07	0,02	12	48,5	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28						
		С 7-11 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6						
		С 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6						
	Итого:	С 7-11 лет	610	9,83	13,02	91,55	571,7	571,7	0,16	17,49	54,805	0	175,27	209,24	57,86	4,78						
	Итого:	С 12-18 лет	610	9,83	13,02	91,55	571,7	571,7	0,16	17,49	54,805	0	175,27	209,24	57,86	4,78						
	Обед																					
52	Салат из отварной свеклы	С 7-11 лет	60	0,86	3,66	5,02	56,34	56,34	0,01	5,7	0	0	21,1	24,58	12,54	0,8						
101	Суп картофельный с пшеном	С 12-18 лет	60	0,86	3,66	5,02	56,34	56,34	0,01	5,7	0	0	21,1	24,58	12,54	0,8						
		С 7-11 лет	200	1,74	2,27	11,43	73,2	73,2	0,088	6,6	0	0	19,2	53,36	21,32	0,77						
284	Запеканка картофельная с мясом	С 12-18 лет	250	2,18	2,84	14,29	91,5	91,5	0,11	8,25	0	0	24	66,7	26,65	0,96						
		С 7-11 лет	205	23,5	29,5	28	471	471	0,35	6,7	28,3	0	60	400	150	5,4						
ТТК349/4	Компот из смеси сухофруктов	С 12-18 лет	205	23,5	29,5	28	471	471	0,35	6,7	28,3	0	60	400	150	5,4						
ТТК249	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	200	0,65	0,089	26,8	110,6	110,6	0,016	0,72	0	0	31,9	22,97	17,13	0,68						
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	С 12-18 лет	200	0,65	0,089	26,8	110,6	110,6	0,016	0,72	0	0	31,9	22,97	17,13	0,68						
		С 7-11 лет	50	3,35	0,5	22,65	108,5	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55						
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77						
	Итого:	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	80,4	0,08	0	0,0006	0	13,2	7,6	2,8	1,8						
	Итого:	С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7						
	Итого:	С 7-11 лет	755	32,32	32,919	103,96	843,7	843,7	0,589	14,02	28,3006	0	134,3	586,43	218,25	9,2						
	Итого:	С 12-18 лет	845	36,5	37,629	128,44	1001,94	1001,94	0,683	21,37	28,3018	0	170,8	676,15	250,32	11,31						
	Итого за день:	С 7-11 лет	1365	42,15	45,939	195,51	1415,4	1415,4	0,749	31,51	83,11	0	309,57	795,67	276,11	13,98						
	Итого за день:	С 12-18 лет	1455	46,33	50,549	219,99	1573,64	1573,64	0,843	38,86	83,11	0	346,07	885,39	308,18	16,09						

Примерное циклическое меню

День: пятница
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимне-весенний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи,		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
	наименование блюда		А	Б	В	Ж	У	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
1	Завтрак		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
15	Сыр порционнно		10	2,32	2,95	0	36	0,003	0,07	0	0	88	50	3,5	0,1			
ТТК292	Котлета рубленная из птицы «Крепыш»		10	2,32	2,95	0	36	0,003	0,07	0	0	88	50	3,5	0,1			
	Котлета рубленная из птицы «Крепыш»		50	6,63	4,48	3,91	82,5	0,025	1,42	44	0	49,5	43,5	8,78	0,35			
	Котлета рубленная из птицы «Крепыш»		50	6,63	4,48	3,91	82,5	0,025	1,42	44	0	49,5	43,5	8,78	0,35			
202	Макаронные изделия отварные с маслом		155	5,65	5,99	31,52	202,56	0,06	0	29,57	0	12,57	38,89	8,43	0,84			
	Макаронные изделия отварные с маслом		155	5,65	5,99	31,52	202,56	0,06	0	29,57	0	12,57	38,89	8,43	0,84			
ТТК195	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28			
	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28			
ТТК251/1	Батон		50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6			
	Батон		50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6			
	Итого :		465	17,83	14,99	69,33	483,56	0,143	1,52	73,575	0	170,67	167,69	28,61	2,17			
	Итого :		465	17,83	14,99	69,33	483,56	0,143	1,52	73,575	0	170,67	167,69	28,61	2,17			
	Обед																	
88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана		205	1,54	4,71	6,5	79,9	0,048	12,64	0	0	43,8	39,2	17,7	0,67			
	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана		255	1,89	5,7	8,08	97,08	0,06	15,79	0,54	0	53,65	52	22,53	0,84			
ТТК265	Гуляш из птицы 50/50		100	11,61	14,73	4,24	194,25	0,04	4,25	57,6	0	36,74	73,87	8,46	0,99			
	Гуляш из птицы 50/50		100	11,61	14,73	4,24	194,25	0,04	4,25	57,6	0	36,74	73,87	8,46	0,99			
303	Каша вязкая перловая		150	3,01	4,16	21,36	135	0,028	0	0	0	13,4	104,7	12,8	0,58			
	Каша вязкая перловая		180	3,61	4,99	25,63	162	0,033	0	0	0	16	125,6	15,4	0,7			
ТТК349/2	Компот из изюма		200	0,34	0,073	29,5	120	0,021	0,43	0	0	19,92	18,72	7,91	0,44			
	Компот из изюма		200	0,34	0,073	29,5	120	0,021	0,43	0	0	19,92	18,72	7,91	0,44			
ТТК249	Хлеб пшеничный		50	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55			
	Хлеб пшеничный		70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77			
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0,0006	0	13,2	77,6	22,8	1,8			
	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0,0018	0	19,8	116,4	34,2	2,7			
	Итого :		745	22,93	24,733	99,33	718,05	0,272	17,32	57,601	0	137,06	346,59	76,67	5,03			
	Итого :		865	26,76	27,033	121,78	845,83	0,351	20,47	58,142	0	160,11	432,09	98,3	6,44			
	Итого за день :		1210	40,76	39,723	168,66	1201,61	0,415	18,84	131,18	0	307,73	514,28	105,28	7,2			
	Итого за день :		1330	44,59	42,023	191,11	1329,39	0,494	21,99	131,72	0	330,78	599,78	126,91	8,61			

Примерное цикличное меню

День: суббота
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимне-весенний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества				
				Б	Ж	У	В	С		А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
15	Завтрак Масло сливочное	С 7-11 лет С 12-18 лет	10 10	0,08 0,08	7,25 7,25	0,13 0,13	66 66	0 0	0 0	40 40	0 0	2,4 2,4	3 3	0 0	0,02 0,02				
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	С 7-11 лет С 12-18 лет	220 220	6,11 6,11	10,72 10,72	42,36 42,36	291 291	0,08 0,08	1,17 1,17	58 58	0 0	134,07 134,07	118,19 118,19	20,3 20,3	0,5 0,5				
ТТК195	Чай с сахаром	С 7-11 лет С 12-18 лет	200 200	0,07 0,07	0,02 0,02	12 12	48,5 48,5	0 0	0,03 0,03	0 0	0 0	11,1 11,1	2,8 2,8	1,4 1,4	0,28 0,28				
ТТК251/1	Батон	С 7-11 лет С 12-18 лет	50 50	3,16 3,16	1,55 1,55	21,9 21,9	114 114	0,055 0,055	0 0	0,005 0,005	0 0	9,5 9,5	32,5 32,5	6,5 6,5	0,6 0,6				
	Итого :	С 7-11 лет	480	9,42	19,54	76,39	519,5	0,135	1,2	98,005	0	157,07	156,49	28,2	1,4				
	Итого :	С 12-18 лет	480	9,42	19,54	76,39	-519,5	0,135	1,2	98,005	0	157,07	156,49	28,2	1,4				
	Обед																		
101	Суп картофельный с рисом	С 7-11 лет	200	1,55	2,18	11,66	72,6	0,076	6,6	0	0	18,44	50,04	18,22	0,4				
241	Жаркое из цыплят	С 12-18 лет	250	1,97	2,73	14,58	90,75	0,095	8,25	0	0	23,05	62,55	22,8	0,88				
ТТК112/1	50/150	С 7-11 лет	200	12,8	10,6	29,3	257,2	0,2	30	0	0	30	228	37,8	2,8				
388	Напиток из плодов шиповника	С 12-18 лет	200	12,8	10,6	29,3	257,2	0,2	30	0	0	30	228	37,8	2,8				
ТТК249	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет С 12-18 лет	200 200	0,67 0,67	0,27 0,27	15,77 15,77	68,2 68,2	0,012 0,01	100 100	0 0	0 0	21,34 21,34	3,44 3,44	3,44 3,44	0,63 0,63				
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет С 12-18 лет	50 70 40	3,35 4,69 3,08	0,5 0,7 0,56	22,65 31,71 15,08	108,5 151,9 80,4	0,055 0,077 0,08	0 0 0	0 0 0	0 0 0	10 14 13,2	32,5 45,5 77,6	7 9,8 22,8	0,55 0,77 1,8				
	Итого :	С 7-11 лет	690	21,45	14,11	94,46	586,9	0,423	136,6	0,0006	0	19,8	116,4	34,2	2,7				
	Итого :	С 12-18 лет	780	24,75	15,14	113,98	688,65	0,502	138,25	0,0018	0	108,19	455,89	108,04	7,78				
	Итого за день :	С 7-11 лет	1170	30,87	33,65	170,85	1106,4	0,568	137,8	98,0056	0	250,05	548,07	117,46	7,58				
	Итого за день :	С 12-18 лет	1260	34,17	34,68	190,37	1208,15	0,637	139,45	98,0068	0	265,26	612,38	136,24	9,18				

Примерное циклическое меню

День : понедельник
Неделя : вторая
Сезон : осенне- зимне-весенний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Применение наименования блюда	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
ТТк8/1	Омлет с натуральным	130	11,46	22	2,2	254	0,08	0,1	216,3	0	92,8	150,5	15,6	2,37		
	с 12-18 лет	130	11,46	22	2,2	254	0,08	0,1	216,3	0	92,8	150,5	15,6	2,37		
ТТк343	Кофейный напиток с молоком	215	3,04	2,66	9,23	73	0,044	1,3	20	0	125,78	90	14	0,13		
	с 12-18 лет	215	3,04	2,66	9,23	73	0,044	1,3	20	0	125,78	90	14	0,13		
ТТк251/1	Батон	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,05	0	9,5	32,5	6,5	0,6		
	с 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,05	0	9,5	32,5	6,5	0,6		
338	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,045	16,5	0	0	24	16,5	13,5	3,3		
	с 12-18 лет	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,045	16,5	0	0	24	16,5	13,5	3,3		
	Итого	545	18,26	26,81	48,03	511,5	0,224	17,9	236,35	0	252,08	289,5	49,6	6,4		
	Итого	545	18,26	26,81	48,03	511,5	0,224	17,9	236,35	0	252,08	289,5	49,6	6,4		
	Обед															
82	Борщ с капустой и картофелем, сметана	205	1,57	4,68	8,93	91,1	0,041	0,044	8,56	0	44,18	43,68	20,9	0,99		
	с 12-18 лет	255	1,93	5,67	11,11	111,8	0,052	10,69	0,54	0	54,12	57,6	26,52	1,23		
278	Тефтели мясные в соусе (1 вар)	90	7,48	7,75	8,85	135,07	0,045	0,42	27,16	0	22,1	82,49	16,37	0,79		
331	60/30, 60/50	110	7,83	8,75	10,25	151	0,05	0,72	33,92	0	27,95	88,37	18,33	0,87		
171	Каша рассыпчатая гречневая	160	8,85	9,55	39,86	280	0,21	0	40	0	26,39	210,35	140,52	4,73		
	с 12-18 лет	190	10,5	11,34	47,3	332,5	0,25	0	45	0	31,3	250	167	5,6		
ТТк349/4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,65	0,089	26,8	110,6	0,016	0,72	0	0	31,9	22,97	17,13	0,68		
	с 12-18 лет	200	0,65	0,089	26,8	110,6	0,016	0,72	0	0	31,9	22,97	17,13	0,68		
ТТк249	Хлеб пшеничный	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,055	0	0	0	10	32,5	7	0,55		
	с 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0	0	0	14	45,5	9,8	0,77		
ТТк250	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0	0	0	13,2	71,2	22	1,8		
	с 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0	0	0	19,8	106,8	33	2,7		
	Итого	745	24,88	23,129	122,17	805,67	0,447	1,184	75,72	0	147,77	463,19	223,92	9,54		
	Итого	885	30,22	27,389	149,79	978,4	0,565	12,13	79,46	0	179,07	571,24	271,78	11,85		
	Итого за день	1290	43,14	49,939	170,2	1317,17	0,671	19,084	312,07	0	399,85	752,69	273,52	15,94		
	Итого за день	1430	48,48	54,199	197,82	1489,9	0,789	30,03	315,81	0	431,15	860,74	321,38	18,25		

Примерное циклическое меню

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: с7-11лет, с12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	7		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
570	Завтрак Маринад овощной	с7-11лет С 12-18 лет	30 30	0,6 0,6	0,031 0,031	6,16 6,16	27,36 27,36	1,26 1,26	0 0	0 0	13,95 13,95	18,27 18,27	9,67 9,67	0,3 0,3						
235	Шницель рыбный с маслом	с7-11лет	40	5,5	3,24	3,6	65,6	1,64	16	0	27,6	87	15,5	1,22						
128	Картофельное пюре	С 12-18 лет	40	5,5	3,24	3,6	65,6	1,64	16	0	27,6	87	15,5	1,22						
ТТК195	Чай с сахаром	С 7-11лет С 12-18 лет	155 200	3,25 0,07	9,61 0,02	18,88 12	181,5 48,5	18,69 0,03	57,7 0	0	43,74 43,74	91,38 91,38	28,77 28,77	1,08 1,08						
ТТК251/1	Батон	С 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28						
	Итого	С 12-18 лет	475	12,58	14,451	62,54	436,96	0,242	73,75	0	105,89	231,95	61,84	3,48						
	Итого	С 12-18 лет	475	12,58	14,451	62,54	436,96	0,242	73,75	0	105,89	231,95	61,84	3,48						
	Обед																			
ТТК181	Салат «Осенний»	с7-11лет С 12-18 лет	50 50	0,68 0,68	2,6 2,6	4,28 4,28	43,3 43,3	6 6	0 0	0	10,65 10,65	21,4 21,4	10,95 10,95	0,36 0,36						
95	Рассольник домашний, сметана	с7-11лет	205	1,8	4,82	10,15	99,7	10,52	0	0	36,2	52,66	22,46	0,87						
291	Плов из птицы	С 12-18 лет	255	2,22	5,84	12,87	122,5	13,14	0,54	0	44,15	68,82	28,48	1,09						
ТТК349/2	Компот из изюма	С 7-11 лет С 12-18 лет	200 200	18 0,34	8,95 0,073	36,45 29,5	298,66 120	6,53 0,43	28 0	0	36,09 19,92	189 18,72	53,9 7,91	1,86 0,44						
ТТК249	Хлеб пшеничный	С 7-11лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,021	0	0	19,92	18,72	7,91	0,44						
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,055	0	0	10	32,5	7	0,55						
745	Итого	с7-11лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,077	0	0	14	45,5	9,8	0,77						
Итого	Итого	С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,08	0	0	13,2	71,2	22	1,8						
Итого	Итого	С 7-11лет	745	26,47	14,903	113,83	707,26	17,48	28	0	115,41	364,08	59,37	5,52						
Итого	Итого	С 12-18 лет	835	30,55	18,163	137,43	856,96	26,1	28,54	0	144,61	450,24	144,04	7,22						
ТТК81																				
386																				
	Итого за день	с7-11лет	1220	39,05	29,354	176,37	1144,22	39,1	101,75	0	221,3	596,03	121,21	9						
	Итого за день	С 12-18 лет	1310	43,13	32,61	199,97	1293,92	47,72	102,29	0	250,5	682,19	205,88	10,7						

Примерное цикличное меню

День: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: Осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мкг				Минеральные вещества, мг									
			б	ж	у	а	с	В1		А	Е	Са	Р	К	Fe								
1	С 7-11 лет	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	0	0	0,02	0	0,02	0	0,02	0					
	Завтрак																						
14	С 12-18 лет	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	0	0	0,02	0	0,02	0	0,02	0	0,02				
	Масло сливочное																						
181	С 7-11 лет	220	6,11	10,72	42,36	291	0,08	1,17	58	0	134,07	118,19	20,3	0,5	118,19	20,3	0,5	118,19	20,3	0,5			
	Каша жидкая молочная из манной крупы																						
	С 12-18 лет	220	6,11	10,72	42,36	291	0,08	1,17	58	0	134,07	118,19	20,3	0,5	118,19	20,3	0,5	118,19	20,3	0,5			
ттк195	С 7-11 лет	200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	11,1	2,8	1,4	0,28	11,1	2,8	1,4	0,28	
	Чай с сахаром																						
	С 12-18 лет	200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	11,1	2,8	1,4	0,28	11,1	2,8	1,4	0,28	
ттк251/1	С 7-11 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	1,08	9,5	32,5	6,5	1,08	9,5	32,5	6,5	1,08	
	Батон																						
	С 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	1,08	9,5	32,5	6,5	1,08	9,5	32,5	6,5	1,08	
	Итого :	480	9,42	19,54	76,39	519,5	0,135	1,2	98,005	0	157,07	156,49	28,2	1,4	157,07	156,49	28,2	1,4	157,07	156,49	28,2	1,4	
	Итого :	480	9,42	19,54	76,39	519,5	0,135	1,2	98,005	0	157,07	156,49	28,2	1,4	157,07	156,49	28,2	1,4	157,07	156,49	28,2	1,4	
	Обед																						
62	С 7-11 лет	50	0,62	0,047	5,74	40,85	0,029	1,68	0	0	12,88	26,35	18	0,33	12,88	26,35	18	0,33	12,88	26,35	18	0,33	
	Салат из моркови с сахаром																						
	С 12-18 лет	50	0,62	0,047	5,74	40,85	0,029	1,68	0	0	12,88	26,35	18	0,33	12,88	26,35	18	0,33	12,88	26,35	18	0,33	
108	С 7-11 лет	200	2,85	3,67	15,03	115,4	0,084	4,6	4,6	0	26,72	57,78	20,28	0,94	26,72	57,78	20,28	0,94	26,72	57,78	20,28	0,94	
	Суп картофельный с клецками																						
121	С 12-18 лет	250	3,55	4,59	18,79	144,25	0,1	5,75	21,05	0	33,4	72,22	25,35	1,17	33,4	72,22	25,35	1,17	33,4	72,22	25,35	1,17	
295	С 7-11 лет	50	8,68	4,76	8,07	110	0,1	0,45	26,9	0	28,7	38,5	11,69	1,8	28,7	38,5	11,69	1,8	28,7	38,5	11,69	1,8	
	Котлета рубленая из птицы																						
	С 12-18 лет	50	8,68	4,76	8,07	110	0,1	0,45	26,9	0	28,7	38,5	11,69	1,8	28,7	38,5	11,69	1,8	28,7	38,5	11,69	1,8	
303	С 7-11 лет	150	4,58	5,01	20,52	145,5	0,06	0	0	0	8,45	108,87	72,03	2,42	8,45	108,87	72,03	2,42	8,45	108,87	72,03	2,42	
	Каша вязкая гречневая																						
	С 12-18 лет	180	5,43	5,64	24,32	169,6	0,13	0	0	0	10,68	128,9	85,36	2,88	10,68	128,9	85,36	2,88	10,68	128,9	85,36	2,88	
ттк349/4	С 7-11 лет	200	0,65	0,089	26,8	110,6	0,016	0,72	0	0	31,9	22,97	17,13	0,68	31,9	22,97	17,13	0,68	31,9	22,97	17,13	0,68	
	Компот из смеси сухофруктов																						
	С 12-18 лет	200	0,65	0,089	26,8	110,6	0,016	0,72	0	0	31,9	22,97	17,13	0,68	31,9	22,97	17,13	0,68	31,9	22,97	17,13	0,68	
ттк249	С 7-11 лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,04	0	0	10	32,5	7	0,55	10	32,5	7	0,55	10	32,5	7	0,55	10	
	Хлеб пшеничный																						
	С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,06	0	0	14	45,5	9,8	0,77	14	45,5	9,8	0,77	14	45,5	9,8	0,77	14	
ттк250	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,09	0	0	13,2	71,2	22	1,8	13,2	71,2	22	1,8	13,2	71,2	22	1,8	13,2	
	Хлеб ржано-пшеничный																						
	С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,15	0	0	19,8	106,8	33	2,7	19,8	106,8	33	2,7	19,8	106,8	33	2,7	19,8	
	Итого :	740	23,09	14,589	108,15	670,4	0,39	5,77	31,5	0	118,97	331,82	150,13	8,19	118,97	331,82	150,13	8,19	118,97	331,82	150,13	8,19	
	Итого :	860	28,24	16,666	138,05	847,8	0,585	8,6	47,95	0	151,36	441,24	200,33	10,33	151,36	441,24	200,33	10,33	151,36	441,24	200,33	10,33	
	Итого за день :	1220	32,51	34,129	184,54	1189,9	0,525	6,97	129,505	0	276,04	488,31	178,33	9,59	276,04	488,31	178,33	9,59	276,04	488,31	178,33	9,59	
	Итого за день :	1340	37,66	36,206	214,44	1367,3	0,72	9,8	145,955	0	308,43	597,73	228,53	12,21	308,43	597,73	228,53	12,21	308,43	597,73	228,53	12,21	

Примерное циклическое меню

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимне-весенний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	Завтрак		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
15	Сыр порционно	С 7-11 лет С 12-18 лет	10	2,32	2,95	0	36	0,003	0,07	0	0	88	50	3,5	0,1		
			10	2,32	2,95	0	36	0,003	0,07	0	0	88	50	3,5	0,1		
ТТК179	Пудинг из творога запеченный с соусом молочным (326)	С 7-11 лет С 12-18 лет	160	20,44	15,58	33,68	357,57	0,117	0,39	83,8	0	192,95	224,08	29,82	1,44		
1ТТК195	Чай с сахаром	С 7-11 лет С 12-18 лет	200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
			200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
ТТК251/1	Батон	С 7-11 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6		
			50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6		
	Итого	с 7-11 лет	420	25,99	20,1	67,58	556,07	0,175	0,49	83,805	0	301,55	309,38	41,22	2,42		
	Итого	С 12-18 лет	420	25,99	20,1	67,58	556,07	0,175	0,49	83,805	0	301,55	309,38	41,22	2,42		
	Обед														1		
88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана	с 7-11 лет С 12-18 лет	205	1,54	4,71	6,5	79,9	0,048	12,64	0	0	43,8	42,2	18,1	0,67		
			255	1,89	5,7	8,08	97,08	0,06	15,79	0,54	0	53,65	52	22,53	0,84		
288	Фрикадельки мясные в соусе сметанном с томатом 60/60	с 7-11 лет	120	9,49	9,06	8,41	153	0,052	0,47	32	0	26,2	98,2	20,25	0,92		
355		С 12-18 лет	120	9,49	9,06	8,41	153	0,052	0,47	32	0	26,2	98,2	20,25	0,92		
304	Рис отварной	с 7-11 лет	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,026	0	0	0	1,36	60,94	16,33	0,52		
			180	4,38	6,45	44	251,64	0,031	0	0	0	1,64	73,13	19,6	0,63		
ТТК349/2	Компот из изюма	с 7-11 лет	200	0,34	0,073	29,5	120	0,021	0,43	0	0	19,92	18,72	7,91	0,44		
			200	0,34	0,073	29,5	120	0,021	0,43	0	0	19,92	18,72	7,91	0,44		
ТТК249	Хлеб пшеничный	с 7-11 лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,04	0	0	0	10	32,5	7	0,55		
			40	2,68	0,4	18,12	86,8	0,044	0	0	0	8	26	5,6	0,44		
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	с 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,09	0	0	0	13,2	71,2	22	1,8		
			60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,15	0	0	0	19,8	106,8	33	2,7		
	Итого	с 7-11 лет	765	21,35	20,273	118,82	751,5	0,277	13,54	32	0	114,48	323,76	91,59	5,9		
	Итого	С 12-18 лет	855	23,4	22,523	130,73	829,12	0,358	16,69	32,54	0	129,21	374,85	108,89	7,63		
	Итого за день	с 7-11 лет	1185	47,34	40,373	186,4	1307,57	0,452	14,03	115,805	0	416,03	633,14	132,81	8,32		
	Итого за день	С 12-18 лет	1275	49,39	42,623	198,31	1385,19	0,533	17,18	116,345	0	430,76	684,23	150,11	10,05		

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях-2011г. ДеЛи принт-544с. редактор М.И.Могильный, В.А.Тутельян
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях-2012. ДеЛи принт-584с. редактор М.П.Могильный, В.А.Тутельян
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания-1994г. КРФ по торговле-616с. редактор Ф.Л.Марчук

Примерное циклическое меню

День: СУБОТА
Неделя: ВТОРАЯ
Сезон: осенне-зимне-весенний
Возрастная категория: с 7-11 лет, с 12-18 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины			Минеральные вещества						
			3	4	5	ж	б	у		8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак																		
14	Масло сливочное	С 7-11 лет С 12-18 лет	10	0,08	7,25	0,13		66	0	0	0	2,4	3	0	0,02				
173	Каша вязкая молочная «Геркулес»	С 7-11 лет	210	8,31	13,12	37,63	303	0,18	0,96	54,8	0	149,62	234,98	70,82	1,73				
174		С 12-18 лет	210	8,31	13,12	37,63	303	0,18	0,96	54,8	0	149,62	234,98	70,82	1,73				
ТТК195	Чай с сахаром	С 7-11 лет	200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28				
		С 12-18 лет	200	0,07	0,02	12	48,5	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28				
ТТК251/1	Батон	С 7-11 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6				
		С 12-18 лет	50	3,16	1,55	21,9	114	0,055	0	0,005	0	9,5	32,5	6,5	0,6				
	Итого :	С 7-11 лет	470	11,62	21,94	71,66	531,5	0,235	0,99	94,805	0	172,62	273,28	78,72	2,63				
	Итого :	С 12-18 лет	470	11,62	21,94	71,66	531,5	0,235	0,99	94,805	0	172,62	273,28	78,72	2,63				
	Обед																		
82	Борщ с капустой и картофелем, сметана	С 7-11 лет	205	1,57	4,68	8,93	91,1	0,041	0,044	8,56	0	44,18	43,68	20,9	0,99				
		С 12-18 лет	255	1,93	5,67	11,11	111,8	0,052	0,069	0,54	0	54,12	57,6	26,52	1,23				
ТТК149/2	Голубцы ленивые из птицы с соусом сметанным	С 7-11 лет	150	10,88	10,35	10,27	177,83	0,068	34,21	54,4	0	55	116,2	23	1,38				
		С 12-18 лет	170	12,62	11,83	11,59	203,8	0,078	40	61,74	0	62,84	134,5	26,58	1,6				
ТТК349/1	Компот из кураги	С 7-11 лет	200	0,75	0,049	22,38	93	0,019	0,58	0	0	31,51	21,17	17,04	0,46				
		С 12-18 лет	200	0,75	0,049	22,38	93	0,019	0,58	0	0	31,51	21,17	17,04	0,46				
ТТК249	Хлеб пшеничный	С 7-11 лет	50	3,25	0,5	22,65	108,5	0,04	0	0	10	32,5	7	0,55					
		С 12-18 лет	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,06	0	0	14	45,5	9,8	0,77					
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	С 7-11 лет	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,09	0	0	13,2	71,2	22	1,8					
		С 12-18 лет	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,15	0	0	19,8	106,8	33	2,7					
	Итого за день :	С 7-11 лет	645	19,53	16,139	79,31	550,83	0,258	34,834	62,96	0	153,89	284,75	89,94	5,18				
	Итого за день :	С 12-18 лет	755	24,61	19,089	99,51	681,1	0,359	51,27	62,28	0	182,27	365,57	112,94	6,76				
	Итого за день	С 7-11 лет	1115	31,15	38,079	150,97	1082,33	0,493	35,824	157,765	0	326,51	558,03	168,66	7,81				
	Итого за день	С 12-18 лет	1225	36,23	41,029	171,17	1212,6	0,594	52,26	157,085	0	354,89	638,85	191,66	9,39				