

ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(Завтрак «Переменка, Обед «Обжорка»)

Сезон (осень-зима)

Для организации питания детей

с диагнозом целиакия

(безглютеновая диета)

В возрасте 7-11 лет

"Утверждаю"

НП "Лидер"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 2 г. Перми

Директор _____//

Директор _____//

Примерное меню (Сезон: Осенне - Зимний)

Меню для детей 7-11 лет /целиакия (безглютеновая диета)/осень-зима

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 1

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)90г	90,0	23,0	7,7	0,6	163,3	0,06	№295/ЕСТН2018	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ)	150,0	4,7	6,2	21,4	160,6	2,14	№248/ЕСТН2013/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1шт	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018	

Итого по подменю: 620,0 32,0 19,4 63,2 555,1 6,32

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.	60,0	1,1	6,1	5,4	80,4	0,54	№1/ЕСТН2018	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ"	200,0	1,5	0,2	9,2	44,2	0,92	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (БЕЗ ХЛЕБА И МОЛОКА)	90,0	17,9	12,3		181,9		№347/ЕСТН2018/3	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ.	180,0	4,6	4,7	33,0	192,8	3,30	№170/ЕСТН2018	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 760,0 28,8 28,2 88,8 722,5 8,88

День 2

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	0,11	№145/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	15,4	15,1		197,0		№405/Диет.с6.201	
ЛАПША РИСОВАЯ МЕЛКАЯ ОТВАРНАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	0,1	3,6	43,3	205,9	4,33	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 530,0 19,6 23,7 71,7 577,1 7,17

Обед "Обжорка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	0,23	№145/ЕСТН2018/5	
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ" *	200,0	1,4	4,2	7,0	71,0	0,70	№101/ЕСТН2018/5	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (Р/МАСЛО)	240,0	19,6	19,3	50,2	452,7	5,02	№329/ЕСТН2018	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА *	200,0	0,7	0,3	19,6	83,8	1,96	№493/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 730,0 26,1 28,8 96,3 747,5 9,63

День 3

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	60,0	0,5	0,1	1,0	6,5	0,10	№146/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ)90г	90,0	20,3	2,4	0,3	103,4	0,03	№363/ЕСТН2018	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	8,6	7,3	39,0	255,7	3,90	№204/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1		10,3	41,4	1,03	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 537,0 33,2 14,7 67,8 534,2 6,78

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ.	60,0	0,6	4,9	2,1	54,7	0,21	№18/ЕСТН2018/5	
--------------------------------------	------	-----	-----	-----	------	------	----------------	--

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ" (Р/МАСЛО)	200,0	9,4	12,9	3,3	166,6	0,33	№108/ЕСТН2018/5	
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)90Г	90,0	23,2	7,7	0,9	166,0	0,09	№294/ЕСТН2018/5	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й В) Р/МАСЛО, БЕЗ МУКИ	150,0	2,4	4,6	15,2	111,4	1,52	№175/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ *	200,0	1,0	0,1	20,2	85,4	2,02	№491/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	40,3	35,1	58,9	711,3	5,89		

День 4

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	15,9	14,7		195,9		№335/ЕСТН2018/5	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(Р/МАСЛО)	150,0	3,6	4,5	37,9	206,5	3,79	№385/ЕСТН2018	
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1		13,1	52,8	1,31	№652/Диет.сб./М2	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018	
Итого по подменю:	640,0	23,9	24,7	82,9	649,0	8,29		

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ.	60,0	0,7	6,1	4,2	74,7	0,42	№3/ЕСТН2018	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ.	214,0	5,0	5,1	14,5	123,8	1,45	№121/ЕСТН2018/5	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	240,0	17,4	7,5	41,4	302,9	4,14	№352/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№501/ЕСТН2018/3	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	744,0	26,8	23,6	101,3	724,6	10,13		

День 5

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	60,0	0,6	3,7	2,2	44,6	0,22	№17/ЕСТН2018/5	
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	19,1	5,2		123,2		№369/ЕСТН2018/5	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Р/МАСЛО)	150,0	3,1	6,6	25,2	172,8	2,52	№150/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	26,5	20,4	54,7	508,0	5,47		

Обед "Обжорка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	0,11	№145/ЕСТН2018	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ"	200,0	1,8	0,3	13,9	65,2	1,39	№97/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	15,4	15,1		197,0		№405/Диет.сб.201	
ЛАПША РИСОВАЯ МЕЛКАЯ ОТВАРНАЯ (Р/МАСЛО).	180,0	0,1	4,2	52,0	246,2	5,20	№255/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	760,0	21,4	24,6	102,8	716,8	10,28		

День 7

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	0,23	№145/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (БЕЗ ХЛЕБА И МОЛОКА)	90,0	17,9	12,3		181,9		№347/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	8,6	7,3	39,0	255,7	3,90	№204/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0			10,1	40,3	1,01	№461/ЕСТН/2018/	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	30,9	24,6	68,6	617,9	6,86		

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60Г	60,0	0,4	4,9	1,1	49,7	0,11	№14/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ	200,0	4,5	4,6	17,5	129,0	1,75	№144/П2013/5	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МУКИ) 280Г	280,0	35,1	9,1	25,4	324,0	2,54	№373/ЕСТН2018	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	770,0	43,7	23,5	85,2	725,9	8,52		
День 8								
Завтрак "Переменка" 7-11 лет								
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ (БЕЗ МОЛОКА,	90,0	14,5	7,2	0,1	123,4	0,01	№303/ЕСТН2018/5	
РИС ОТВАРНОЙ 100Г (Р/МАСЛО)	100,0	2,5	4,1	26,4	152,4	2,64	№384/ЕСТН2018/5	
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (СМЕСЬ ОВОЩНАЯ НА Р/МАСЛЕ)	50,0	1,4	1,2	2,3	24,9	0,23	№156/ЕСТН2018/3	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№457/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018	
Итого по подменю:	620,0	22,7	18,0	70,8	534,7	7,08		
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100,0	1,0	5,2	8,2	83,6	0,82	№22/ЕСТН2018/5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ *	200,0	1,5	4,2	8,9	79,6	0,89	№114/ЕСТН2018/5	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) БЕЗ ХЛЕБА	90,0	14,6	12,3	2,4	178,9	0,24	№346/ЕСТН2018/5	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ)	150,0	4,7	6,2	21,4	160,6	2,14	№248/ЕСТН2013/5	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА *	200,0	0,7	0,3	19,6	83,8	1,96	№493/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	770,0	26,2	33,1	77,7	713,7	7,77		
День 9								
Завтрак "Переменка" 7-11 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	0,11	№145/ЕСТН2018	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	240,0	17,4	7,5	41,4	302,9	4,14	№352/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1		13,1	52,8	1,31	№652/Диет.сб./М2	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	550,0	21,6	12,5	72,8	489,7	7,28		
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	60,0	0,5	0,1	1,0	6,5	0,10	№146/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ"	200,0	1,5	0,2	9,2	44,2	0,92	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (БЕЗ ХЛЕБА, Р/МАСЛО)	90,0	14,2	21,6	0,2	252,2	0,02	№168/М2003	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(Р/МАСЛО)	150,0	3,6	4,5	37,9	206,5	3,79	№385/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК*	200,0	0,2	0,2	18,9	77,6	1,89	№484/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	23,7	31,5	84,4	714,2	8,44		
День 10								
Завтрак "Переменка" 7-11 лет								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ.	60,0	0,9	3,7	5,1	56,6	0,51	№26/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	19,1	4,0		112,4		№369/ЕСТН2018/5	
ЛАПША РИСОВАЯ МЕЛКАЯ ОТВАРНАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	0,1	3,6	43,3	205,9	4,33	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	23,8	16,2	74,9	539,5	7,49		
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	0,23	№145/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ"	200,0	1,8	0,3	13,9	65,2	1,39	№97/ЕСТН2018/5	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Р/МАСЛО)	240,0	25,6	26,1	22,2	425,7	2,22	№327/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	200,0	0,6		24,7	101,4	2,47	№492/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	32,4	31,4	80,3	732,3	8,03		

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 11

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	16,5	16,0	0,9	213,1	0,09	№341/ЕСТН2018/3	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (БЕЗ МУКИ, Р/МАСЛО)	150,0	3,4	5,2	9,7	99,0	0,97	№377/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018/5	

Итого по подменю: 610,0 24,2 26,7 51,6 541,7 5,16

Обед "Обжорка" 7-11 лет

ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	60,0	1,1	5,3	4,6	71,1	0,46	№148/ЕСТН2018/5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ *	200,0	1,5	4,2	8,9	79,6	0,89	№114/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ)90Г	90,0	20,3	2,4	0,3	103,4	0,03	№363/ЕСТН2018	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ НА Р/МАСЛЕ	180,0	10,3	9,2	46,8	311,3	4,68	№204/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 760,0 36,9 26,0 96,4 767,0 9,64

Средние значения за период

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма об"ема блюда за один прием пищи,г
---	------	------	------	---------	---

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

Норма: 20-25 %	15,4 - 19,3	15,8 - 19,8	67,0 - 83,8	470,0 - 587,5	500,0
Факт: 23,6 %	25,8	20,0	67,8	554,7	569,7

Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 2,6

Обед "Обжорка" 7-11 лет

Норма: 30-35 %	23,1 - 27,0	23,7 - 27,7	100,5 - 117,3	705,0 - 822,5	700,0
Факт: 31,0 %	30,5	28,5	87,2	727,6	748,4

Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 2,9

"Утверждаю"

НП "Лидер"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 2 г. Перми

Директор _____ //

Директор _____ //

Примерное меню (Сезон: Осенне - Зимний)

Меню для детей 7-11 лет /целиакия (безглютеновая диета)/осень-зима

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 1

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)90г	90,0	23,0	7,7	0,6	163,3	0,06	№295/ЕСТН2018	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ)	150,0	4,7	6,2	21,4	160,6	2,14	№248/ЕСТН2013/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1шт	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018	
Итого по подменю:	620,0	32,0	19,4	63,2	555,1	6,32		

День 2

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	0,11	№145/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	15,4	15,1		197,0		№405/Диет.сб.201	
ЛАПША РИСОВАЯ МЕЛКАЯ ОТВАРНАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	0,1	3,6	43,3	205,9	4,33	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	19,6	23,7	71,7	577,1	7,17		

День 3

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	60,0	0,5	0,1	1,0	6,5	0,10	№146/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ)90г	90,0	20,3	2,4	0,3	103,4	0,03	№363/ЕСТН2018	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	8,6	7,3	39,0	255,7	3,90	№204/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1		10,3	41,4	1,03	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	537,0	33,2	14,7	67,8	534,2	6,78		

День 4

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	15,9	14,7		195,9		№335/ЕСТН2018/5	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(Р/МАСЛО)	150,0	3,6	4,5	37,9	206,5	3,79	№385/ЕСТН2018	
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1		13,1	52,8	1,31	№652/Диет.сб./М2	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1шт	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018	
Итого по подменю:	640,0	23,9	24,7	82,9	649,0	8,29		

День 5

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	60,0	0,6	3,7	2,2	44,6	0,22	№17/ЕСТН2018/5	
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	19,1	5,2		123,2		№369/ЕСТН2018/5	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Р/МАСЛО)	150,0	3,1	6,6	25,2	172,8	2,52	№150/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	26,5	20,4	54,7	508,0	5,47		

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 7

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	0,23	№145/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (БЕЗ ХЛЕБА И МОЛОКА)	90,0	17,9	12,3		181,9		№347/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	8,6	7,3	39,0	255,7	3,90	№204/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0			10,1	40,3	1,01	№461/ЕСТН/2018/	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	30,9	24,6	68,6	617,9	6,86		

День 8

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ (БЕЗ МОЛОКА,	90,0	14,5	7,2	0,1	123,4	0,01	№303/ЕСТН2018/5	
РИС ОТВАРНОЙ 100Г (Р/МАСЛО)	100,0	2,5	4,1	26,4	152,4	2,64	№384/ЕСТН2018/5	
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (СМЕСЬ ОВОЩНАЯ НА Р/МАСЛЕ)	50,0	1,4	1,2	2,3	24,9	0,23	№156ЕСТН/2018/3	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№457/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018	
Итого по подменю:	620,0	22,7	18,0	70,8	534,7	7,08		

День 9

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	0,11	№145/ЕСТН2018	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	240,0	17,4	7,5	41,4	302,9	4,14	№352/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1		13,1	52,8	1,31	№652/Диет.сб./М2	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	550,0	21,6	12,5	72,8	489,7	7,28		

День 10

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ.	60,0	0,9	3,7	5,1	56,6	0,51	№26/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	19,1	4,0		112,4		№369/ЕСТН2018/5	
ЛАПША РИСОВАЯ МЕЛКАЯ ОТВАРНАЯ (Р/МАСЛО)	150,0	0,1	3,6	43,3	205,9	4,33	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	530,0	23,8	16,2	74,9	539,5	7,49		

День 11

Завтрак "Переменка" 7-11 лет

КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	16,5	16,0	0,9	213,1	0,09	№341/ЕСТН2018/3	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (БЕЗ МУКИ, Р/МАСЛО)	150,0	3,4	5,2	9,7	99,0	0,97	№377/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018/5	
Итого по подменю:	610,0	24,2	26,7	51,6	541,7	5,16		

Средние значения за период

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма объемов блюд за один прием пищи, л
Завтрак "Переменка" 7-11 лет					
Норма: 20-25 %	15,4 - 19,3	15,8 - 19,8	67,0 - 83,8	470,0 - 587,5	500,0
Факт: 23,6 %	25,8	20,0	67,8	554,7	569,7
<u>Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 2,6</u>					

"Утверждаю"

НП "Лидер"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 2 г. Перми

Директор _____//

Директор _____//

Примерное меню (Сезон: Осенне - Зимний)

Меню для детей 7-11 лет /целиакия (безглютеновая диета)/осень-зима

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 1

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.	60,0	1,1	6,1	5,4	80,4	0,54	№1/ЕСТН2018	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ"	200,0	1,5	0,2	9,2	44,2	0,92	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (БЕЗ ХЛЕБА И МОЛОКА)	90,0	17,9	12,3		181,9		№347/ЕСТН2018/3	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ.	180,0	4,6	4,7	33,0	192,8	3,30	№170/ЕСТН2018	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	760,0	28,8	28,2	88,8	722,5	8,88		

День 2

Обед "Обжорка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	0,23	№145/ЕСТН2018/5	
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ" *	200,0	1,4	4,2	7,0	71,0	0,70	№101/ЕСТН2018/5	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (Р/МАСЛО)	240,0	19,6	19,3	50,2	452,7	5,02	№329/ЕСТН2018	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА *	200,0	0,7	0,3	19,6	83,8	1,96	№493/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	26,1	28,8	96,3	747,5	9,63		

День 3

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ.	60,0	0,6	4,9	2,1	54,7	0,21	№18/ЕСТН2018/5	
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ" (Р/МАСЛО)	200,0	9,4	12,9	3,3	166,6	0,33	№108/ЕСТН2018/5	
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)90г	90,0	23,2	7,7	0,9	166,0	0,09	№294/ЕСТН2018/5	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й В) Р/МАСЛО, БЕЗ МУКИ	150,0	2,4	4,6	15,2	111,4	1,52	№175/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ *	200,0	1,0	0,1	20,2	85,4	2,02	№491/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	40,3	35,1	58,9	711,3	5,89		

День 4

Обед "Обжорка" 7-11 лет

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ.	60,0	0,7	6,1	4,2	74,7	0,42	№3/ЕСТН2018	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ.	214,0	5,0	5,1	14,5	123,8	1,45	№121/ЕСТН2018/5	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	240,0	17,4	7,5	41,4	302,9	4,14	№352/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№501/ЕСТН2018/3	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	744,0	26,8	23,6	101,3	724,6	10,13		

День 5

Обед "Обжорка" 7-11 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	0,11	№145/ЕСТН2018	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ"	200,0	1,8	0,3	13,9	65,2	1,39	№97/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (БЕЗ МОЛОКА И ХЛЕБА)	90,0	15,4	15,1		197,0		№405/Диет.сб.201	
ЛАПША РИСОВАЯ МЕЛКАЯ ОТВАРНАЯ (Р/МАСЛО).	180,0	0,1	4,2	52,0	246,2	5,20	№255/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018/5	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	760,0	21,4	24,6	102,8	716,8	10,28		
День 7								
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60Г	60,0	0,4	4,9	1,1	49,7	0,11	№14/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ	200,0	4,5	4,6	17,5	129,0	1,75	№144/П2013/5	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МУКИ) 280Г	280,0	35,1	9,1	25,4	324,0	2,54	№373/ЕСТН2018	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	770,0	43,7	23,5	85,2	725,9	8,52		
День 8								
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100,0	1,0	5,2	8,2	83,6	0,82	№22/ЕСТН2018/5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ *	200,0	1,5	4,2	8,9	79,6	0,89	№114/ЕСТН2018/5	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) БЕЗ ХЛЕБА	90,0	14,6	12,3	2,4	178,9	0,24	№346/ЕСТН2018/5	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ)	150,0	4,7	6,2	21,4	160,6	2,14	№248/ЕСТН2013/5	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА *	200,0	0,7	0,3	19,6	83,8	1,96	№493/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	770,0	26,2	33,1	77,7	713,7	7,77		
День 9								
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	60,0	0,5	0,1	1,0	6,5	0,10	№146/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ"	200,0	1,5	0,2	9,2	44,2	0,92	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (БЕЗ ХЛЕБА, Р/МАСЛО)	90,0	14,2	21,6	0,2	252,2	0,02	№168/М2003	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(Р/МАСЛО)	150,0	3,6	4,5	37,9	206,5	3,79	№385/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК*	200,0	0,2	0,2	18,9	77,6	1,89	№484/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	23,7	31,5	84,4	714,2	8,44		
День 10								
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	0,23	№145/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ"	200,0	1,8	0,3	13,9	65,2	1,39	№97/ЕСТН2018/5	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Р/МАСЛО)	240,0	25,6	26,1	22,2	425,7	2,22	№327/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	200,0	0,6		24,7	101,4	2,47	№492/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	730,0	32,4	31,4	80,3	732,3	8,03		
День 11								
Обед "Обжорка" 7-11 лет								
ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	60,0	1,1	5,3	4,6	71,1	0,46	№148/ЕСТН2018/5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ *	200,0	1,5	4,2	8,9	79,6	0,89	№114/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ)90Г	90,0	20,3	2,4	0,3	103,4	0,03	№363/ЕСТН2018	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ НА Р/МАСЛЕ	180,0	10,3	9,2	46,8	311,3	4,68	№204/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018	
ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ (БУЛОЧКА ИЗ РИСОВОЙ МУКИ)	30,0	3,7	4,9	17,2	127,2	1,72	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	760,0	36,9	26,0	96,4	767,0	9,64		

Средние значения за период

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма объемов блюд за один прием пищи, г
--	------	------	------	---------	--

Обед "Обжорка" 7-11 лет

Норма: 30-35 % 23,1 - 27,0 23,7 - 27,7 100,5 - 117,3 705,0 - 822,5 700,0

Факт: 31,0 % 30,5 28,5 87,2 727,6 748,4

Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 2,9