

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ "Пятигорская СОШ"

А.Ю. Новикова
«01» марта 2024 г.

Примерное повозрастное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания
Участника МБОУ "Пятигорская СОШ" Ромодановского района Республики Мордовия

Осенне-зимний период
Возрастная группа с 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15	Бутерброд с сыром	60	7,020	4,530	18,480	134,855
243	Котлета	80	12,440	9,240	19,560	256,560
202	Рожи отпаренные	180	6,412	3,654	47,942	222,476
377	Чай с лимоником	185	0,235	0,051	12,188	50,962
Итого за Обед		505	26,097	17,475	91,170	658,853
Овощи свежие порционные		60	1,320	0,120	4,200	24,000
88	Шу из свежей капусты со сметаной	200	1,784	4,666	9,928	89,660
291	Плов из мяса птицы	200	23,127	21,831	39,830	432,847
349	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,014	18,353	105,250
Хлеб диетоло-пшеничный		30	2,220	0,390	12,960	65,300
Хлеб пшеничный		30	2,280	0,270	13,860	65,300
Кислота аскорбиновая		0,035	30,965	27,291	99,151	750,657
Итого за Обед		700	57,062	44,766	190,321	1409,510
День/неделя: Вторник - 1 Магашине						
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15	Бутерброд с сыром	60	7,020	4,53	18,480	134,855
175	Капла молочная рисовая	150	4,238	4,204	29,506	161,997
384	"Капшо с молоком"	180	2,624	2,400	17,472	101,984
Фрукт. 1 шт		115				56,000
Итого за Завтрак		505	13,882	11,680	46,978	454,836
Овощи		60	1,099	4,124	5,547	64,140
67	Винегрет овощной	200	1,530	2,208	10,247	67,250
103	Суп картофельный с вермишелью	90	16,073	21,239	13,026	306,237
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	150	3,247	2,831	23,429	141,566
128	картофельное пюре	180	0,180	0,046	12,038	49,262
376	Чай с сахаром	30	2,220	0,390	12,960	65,300
Хлеб диетоло-пшеничный		30	2,280	0,270	13,860	65,300
Хлеб пшеничный		740	26,629	31,108	91,107	758,055
Итого за Обед						
Всего за Вторник - 1 Магашине			40,471	42,788	138,085	1212,891

Возрастная группа с 11 до 17 лет

№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15	Бутерброд с сыром	60	7,020	4,530	18,480	134,855
243	Котлета	100	15,550	11,550	15,700	176,650
202	Рожи отпаренные	180	7,740	4,535	49,415	209,645
377	Чай с лимоником	200	0,225	0,051	12,188	50,965
Итого за Обед		540	30,535	20,666	95,783	382,122
Овощи свежие порционные		100	2,200	0,200	7,000	40,000
88	Шу из свежей капусты со сметаной	250	2,281	5,872	12,613	113,510
291	Плов из мяса птицы	250	29,002	27,530	49,812	545,026
349	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,014	18,353	74,550
Хлеб диетоло-пшеничный		40	2,960	0,520	17,280	84,400
Хлеб пшеничный		40	3,040	0,360	18,480	88,400
Кислота аскорбиновая		0,035	39,717	34,496	123,538	945,886
Итого за Обед		702	70,252	55,162	219,521	1678,008
День/неделя: Вторник - 1 Старише						
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15	Бутерброд с сыром	60	7,020	4,53	18,480	134,855
175	Капла молочная рисовая	200	3,637	6,263	39,341	212,826
384	"Капшо с молоком"	180	2,624	2,400	17,472	101,984
Фрукт. 1 шт		100				40,000
Итого за Завтрак		540	15,281	13,193	56,813	449,665
Овощи		100	1,846	7,208	9,293	110,170
67	Винегрет овощной	250	1,931	3,262	12,925	89,130
103	Суп картофельный с вермишелью	100	17,748	24,476	14,032	345,936
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	150	3,902	4,743	28,150	171,355
128	картофельное пюре	180	0,180	0,046	12,038	49,262
376	Чай с сахаром	40	2,960	0,520	17,280	84,400
Хлеб диетоло-пшеничный		40	3,040	0,360	18,480	88,400
Хлеб пшеничный		890	31,607	40,615	112,798	938,053
Итого за Обед			46,888	53,808	169,011	1388,318
Всего за Вторник - 1 Старише						

№ п/п	Наименование дичи, птицы, рыбы	Масса популяции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Итого за Запрудку						
279	Бутерброд с маслом	60	4.120	7.562	18.61	144.900
173	Торбелли мясные с томатным соусом	120	15.537	22.928	14.102	324.210
173	Каши гречневая валяка	150	4.694	4.121	23.491	140.396
376	Чай с сахаром	180	0.180	0.046	12.038	49.262
510	Фрукт	100				
Итого за Окед						
			24.531	34.657	68.241	658.768
Итого за Запрудку						
			13.810	12.302	59.830	454.021
Итого за Окед						
			15.516	12.530	67.627	724.196
Итого за Иртанина - I Малашине						
			29.326	24.832	127.457	1178.217

№ п/п	Наименование дичи, птицы, рыбы	Масса популяции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Итого за Запрудку						
279	Бутерброд с маслом	60	4.120	7.562	18.61	144.900
173	Торбелли мясные с томатным соусом	100/30	17.161	24.362	15.053	347.330
173	Каши гречневая валяка	180	5.584	5.077	28.189	168.565
376	Чай с сахаром	200	0.200	0.046	12.038	49.262
520	Фрукт	100				
Итого за Запрудку						
			27.065	37.047	73.890	710.047
Итого за Окед						
			15.285	13.845	68.137	451.220
Итого за Иртанина - I Старшине						
			18.365	16.868	83.554	867.245
			33.650	30.713	151.691	1318.605

№ п/п	Наименование дичи, птицы, рыбы	Масса популяции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Итого за Запрудку						
210	Бутерброд с маслом	60	4.120	7.562	18.61	144.900
377	Чай с лимоном	180	0.225	0.051	12.188	50.962
377	Батон копченый	40	2.800	0.400	18.400	88.000
Фрукт		100				
Итого за Запрудку						
			23.898	32.041	62.452	580.880
Итого за Окед						
			29.998	30.149	89.353	727.020
Итого за Иртанина - I Малашине						
			53.806	62.190	151.805	1307.100

№ п/п	Наименование дичи, птицы, рыбы	Масса популяции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Итого за Запрудку						
62	Овощи свежие порубленные	60	0.936	0.072	7.962	37.170
82	Борщи на свежей капусте со сметаной	200	1.704	4.636	10.386	91.550
150	Каши гречневая	180	22.534	24.767	25.632	394.150
289	Гуляши на говядины	90	0.234	0.014	18.353	74.550
342	Конфит из абрикосов	30	2.220	0.390	12.960	63.300
Хлеб ржаной-пшеничный		40	2.280	0.270	13.860	66.300
Хлеб пшеничный		740				
Кислота аскорбиновая		880				
Итого за Запрудку						
			27.847	36.434	85.766	634.740
Итого за Окед						
			38.084	37.510	112.676	913.700
Итого за Иртанина - I Старшине						
			65.931	75.944	178.442	1553.449

№ п/п	Наименование дичи, птицы, рыбы	Масса популяции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Итого за Запрудку						
45	Салат из белокочерной капусты	60	1.066	3.088	6.611	59.040
102	Суп вегетарианский с горохом	200	5.050	5.411	15.334	151.010
243	Резь овощное	180	10.560	22.944	0.384	310.560
342	Конфит из абрикос	40	0.134	0.062	14.089	56.470
Хлеб ржаной-пшеничный		40	2.220	0.390	12.960	63.300
Хлеб пшеничный		40	2.280	0.270	13.860	66.300
Кислота аскорбиновая		700				
Итого за Запрудку						
			21.310	32.145	63.288	706.680
Итого за Окед						
			45.841	66.802	131.529	1365.448

№ п/п	Наименование дичи, птицы, рыбы	Масса популяции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Итого за Запрудку						
45	Салат из белокочерной капусты	100	1.755	5.177	11.250	99.280
102	Суп вегетарианский с горохом	250	6.441	6.561	19.546	163.390
243	Резь овощное	200	11.660	25.334	0.424	276.660
342	Конфит из абрикос	200	0.134	0.062	14.089	56.470
Хлеб ржаной-пшеничный		40	2.960	0.520	17.280	84.400
Хлеб пшеничный		40	3.040	0.360	18.480	88.400
Кислота аскорбиновая		830				
Итого за Запрудку						
			25.990	37.934	81.069	708.600
Итого за Окед						
			51.855	75.001	154.959	1478.647

№ п/п	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Бутерброд с маслом	60	0,080	7,250	0,13	66,090
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	16,073	21,239	13,026	306,237
128	Картофельное пюре	120	2,992	2,919	18,708	111,777
139	Каша гречневая	30	0,867	1,033	3,824	28,410
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262
	Чай без сахара	30	3,040	0,360	18,480	88,400
	Чай пиленчатый	300				
Итого за Запрудку						630,506

Итого за Обед						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
103	Омлет свежее порционное	40	0,696	0,087	1,497	11,310
274	Суп картофельный с вермишелью	180	1,330	2,208	10,247	67,250
202	Рожицы рубленые из мяса	90	13,454	24,026	11,608	313,903
342	Каша рисовая рассыпчатая	180	6,412	47,942	223,476	57,240
	Каша гречневая	180	0,198	0,250	1,252	57,240
	Чай с сахаром	40	2,280	0,270	13,860	66,300
	Чай без сахара	700				
Итого за Обед						803,779

Итого за Супруше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
103	Омлет свежее порционное	40	0,696	0,087	1,497	11,310
274	Суп картофельный с вермишелью	180	1,330	2,208	10,247	67,250
202	Рожицы рубленые из мяса	90	13,454	24,026	11,608	313,903
342	Каша рисовая рассыпчатая	180	6,412	47,942	223,476	57,240
	Каша гречневая	180	0,198	0,250	1,252	57,240
	Чай с сахаром	40	2,280	0,270	13,860	66,300
	Чай без сахара	700				
Итого за Супруше						803,779

Итого за Мидуше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	Бутерброд с маслом	60	0,025	19,830	80,250	144,900
204	Рожицы рубленые из мяса	60	4,120	7,562	18,61	144,900
377	Чай с лимонком	180	11,672	8,822	43,122	277,756
	Чай без сахара	40	0,225	0,051	12,188	59,982
	Чай пиленчатый	40	3,040	0,360	18,480	88,400
Итого за Мидуше						642,248

Итого за Пенсальник - 2 Мидуше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
746	Икра ополуха	50	1,020	5,400	5,400	81,600
83	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	1,704	4,636	10,386	91,550
260	Ухины из птицы	90	13,306	12,603	3,966	181,270
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	37,071	187,026
348	Компот из свободруктов	180	0,234	0,014	18,333	74,350
	Хлеб ржаной-пиленчатый	30	2,220	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300
	Кислота аскорбиновая	0,035				
Итого за Мидуше						746,646

Итого за Пенсальник - 2 Мидуше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
8	Запеканка из творожно-сметанной	150,20	27,840	18,000	32,400	279,600
173	Каша пшеничная молочная	150	6,509	5,304	33,899	210,237
384	Корейский салатик	180	2,368	2,400	17,408	100,800
Итого за Запрудку						590,637

Итого за Обед						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
45	Суп из безлактозной капусты	30	1,066	3,068	6,611	39,040
103	Суп картофельный с вермишелью	180	1,530	2,208	10,247	67,250
243	Фрикадельки в томатном соусе	100	10,510	11,780	13,750	202,500
173	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,121	23,491	140,306
377	Чай с лимонком	180	0,225	0,051	12,188	59,982
	Хлеб ржаной-пиленчатый	30	2,220	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300
Итого за Обед						649,748

Всего за Супруше - 2 Мидуше 662,664 63,342 205,348 1660,656

Итого за Супруше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	Бутерброд с маслом	40/10	0,080	7,250	0,13	66,090
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	17,748	24,476	14,032	345,926
128	Картофельное пюре	130	2,980	2,924	20,223	119,247
139	Каша гречневая	50	1,349	1,081	5,128	36,430
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262
	Чай без сахара	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Чай пиленчатый	310				
Итого за Супруше						705,285

Итого за Обед						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
103	Омлет свежее порционное	100	1,160	0,145	2,465	18,860
274	Суп картофельный с вермишелью	250	1,911	3,262	12,925	89,130
202	Рожицы рубленые из мяса	100	14,872	25,785	13,002	342,942
342	Каша рисовая рассыпчатая	180	7,740	4,335	57,530	269,645
	Каша гречневая	180	0,198	0,250	1,252	57,240
	Чай с сахаром	40	2,960	0,350	12,280	84,400
	Чай без сахара	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Чай пиленчатый	890				
Итого за Обед						956,607

Итого за Супруше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	Бутерброд с маслом	60	0,025	19,830	80,250	144,900
204	Рожицы рубленые из мяса	60	4,120	7,562	18,61	144,900
377	Чай с лимонком	180	11,672	8,822	43,122	277,756
	Чай без сахара	40	0,225	0,051	12,188	59,982
	Чай пиленчатый	40	3,040	0,360	18,480	88,400
Итого за Супруше						782,277

Итого за Пенсальник - 2 Супруше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
82	Икра ополуха	100	1,700	9,000	9,000	136,000
260	Борщ из свежей капусты со сметаной	220	2,184	5,836	13,244	115,130
171	Ухины из птицы	100	14,718	13,415	4,274	195,840
348	Компот из свободруктов	180	4,682	4,132	44,485	214,296
	Хлеб ржаной-пиленчатый	40	0,234	0,014	18,333	74,350
	Хлеб пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400
	Кислота аскорбиновая	0,035				
Итого за Супруше						908,606

Итого за Пенсальник - 2 Супруше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
8	Запеканка из творожно-сметанной	150,20	27,840	18,000	32,400	279,600
173	Каша пшеничная молочная	200	8,797	7,083	45,753	282,786
384	Корейский салатик	180	2,368	2,400	17,408	100,800
Итого за Супруше						1611,863

Итого за Обед						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
45	Суп из безлактозной капусты	100	1,755	5,117	11,250	99,280
103	Суп картофельный с вермишелью	250	1,911	3,262	12,925	89,130
243	Фрикадельки в томатном соусе	100	10,510	11,780	13,750	202,500
173	Каша гречневая вязкая	180	5,584	5,077	28,189	168,565
377	Чай с лимонком	180	0,225	0,051	12,188	59,982
	Хлеб ржаной-пиленчатый	40	2,960	0,520	17,280	84,400
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Чай пиленчатый	890				
Итого за Обед						783,237

Итого за Супруше						
№	Наименование дичи, видов, пород	Масса пошива	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
8	Запеканка из творожно-сметанной	150,20	27,840	18,000	32,400	279,600
173	Каша пшеничная молочная	200	8,797	7,083	45,753	282,786
384	Корейский салатик	180	2,368	2,400	17,408	100,800
Итого за Супруше						663,186

Всего за Супруше - 2 Супруше 650,010 53,650 209,623 1446,423

Днев/меню: Средн - 2 Малашин									
№	Наименование дичи, велики, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
1	Бутерброд с маслом	60	4,120	7,562	18,61	144,900			
223	Салатини со сметаной	160	28,440	19,510	171,100	337,160			
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262			
	Фрукт	110	2,800	0,400	18,400	88,000			
		510							
Итого за Завтрак			35,540	27,518	66,148	639,322			
Обед									
67	Выпечка овощная	50	1,099	4,134	5,547	64,140			
88	Шт на свежей капусте со сметаной	180	1,734	4,666	9,978	89,660			
208	Вареники мясные с томатным соусом	120	1,5737	28,720	14,070	311,460			
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	47,942	222,476			
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,532	57,240			
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300			
	Кислота аскорбиновая	0,035							
		740							
Итого за Обед			29,720	61,287	116,839	979,576			
Всего за Средн - 2 Малашин									
			65,270	88,805	183,007	1518,898			
Днев/меню: Четверг - 2 Малашин									
№	Наименование дичи, велики, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
1	Бутерброд с маслом	60	4,120	7,562	18,61	144,900			
294	Колбаса вареная в масле туши	90	16,079	21,239	13,095	306,237			
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	37,071	187,026			
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962			
	Хлеб пшеничный	30	3,040	0,360	18,480	88,400			
		510							
Итого за Завтрак			27,665	33,490	99,375	777,525			
Обед									
102	Орчуды соевые порционные	60	0,696	0,087	14,479	11,410			
259	Суп картофельный с горохом	200	5,050	5,441	15,384	131,010			
348	Жаркое по-домашнему	200	20,497	22,649	23,424	378,140			
	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550			
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300			
	Кислота аскорбиновая	0,035							
		700							
Итого за Обед			30,977	28,851	85,609	724,610			
Всего за Четверг - 2 Малашин									
			58,642	62,341	184,985	1502,135			
Днев/меню: Пятница - 2 Малашин									
№	Наименование дичи, велики, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
15	Бутерброд с сыром	60	7,020	4,530	18,48	134,855			
175	Каша молочная "Лужок"	150	4,422	5,372	23,942	172,366			
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262			
	Фрукт, 1 шт	120	0,600	0,600	14,700	92,300			
		510							
Итого за Завтрак			12,222	10,548	69,160	448,783			
Обед									
65	Овощи порционно свежие	30	0,679	3,112	7,903	43,380			
82	Борщ на свежей капусте со сметаной	180	1,704	4,656	10,586	91,550			
534	Рыба запеченная	90	25,026	6,446	3,495	177,530			
128	Картофельное пюре	150	3,247	3,831	23,429	171,566			
342	Компот ассорти	180	0,134	0,062	14,089	56,470			
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300			
	Кислота аскорбиновая	0,035							
		710							
Итого за Обед			35,200	18,477	86,372	685,096			
Всего за Пятница - 2 Малашин									
			47,512	29,025	155,482	1133,879			

Днев/меню: Средн - 2 Старшине									
№	Наименование дичи, велики, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
1	Бутерброд с маслом	60	4,120	7,562	18,61	144,900			
223	Салатини со сметаной	160	33,640	22,810	20,520	421,200			
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262			
	Фрукт	100	2,800	0,400	18,400	88,000			
		530							
Итого за Завтрак			40,740	30,818	69,568	703,362			
Обед									
67	Выпечка овощная	50	1,846	7,208	9,293	109,70			
88	Шт на свежей капусте со сметаной	220	2,283	5,872	12,619	113,310			
258	Вареники мясные с томатным соусом	130	17,315	30,231	19,751	403,390			
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	57,510	289,645			
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240			
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400			
	Кислота аскорбиновая	0,035							
		850							
Итого за Обед			35,407	48,780	143,409	1126,755			
Всего за Средн - 2 Старшине									
			76,147	79,598	213,067	1830,117			
Днев/меню: Четверг - 2 Старшине									
№	Наименование дичи, велики, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
1	Бутерброд с маслом	60	4,120	7,562	18,61	144,900			
294	Учогуды вареные в масле туши	100	12,248	24,476	14,032	346,936			
171	Каша рисовая рассыпчатая	140	4,882	4,512	44,485	214,296			
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400			
		560							
Итого за Завтрак			29,815	36,961	107,795	844,494			
Обед									
102	Орчуды соевые порционные	100	1,160	0,146	2,465	18,830			
259	Суп картофельный с горохом	250	6,441	6,501	19,546	165,300			
348	Жаркое по-домашнему	250	25,590	28,016	29,348	420,190			
	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	78,550			
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400			
	Кислота аскорбиновая	0,035							
		860							
Итого за Обед			39,425	35,616	105,472	899,780			
Всего за Четверг - 2 Старшине									
			69,240	72,577	213,267	1744,274			
Днев/меню: Пятница - 2 Старшине									
№	Наименование дичи, велики, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
15	Бутерброд с сыром	60	7,020	4,530	18,48	134,855			
175	Каша молочная "Лужок"	200	5,897	6,915	32,249	215,565			
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262			
	Фрукт, 1 шт	120	0,600	0,600	14,700	70,300			
		560							
Итого за Завтрак			13,697	12,091	77,467	470,182			
Обед									
65	Овощи порционно свежие	100	1,143	6,189	14,281	119,160			
82	Борщ на свежей капусте со сметаной	250	2,184	5,836	13,244	115,120			
534	Рыба запеченная	100	27,837	4,194	4,194	188,110			
128	Картофельное пюре	180	3,902	4,743	28,150	171,555			
342	Компот ассорти	180	0,134	0,062	14,089	56,470			
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400			
	Кислота аскорбиновая	0,035							
		890							
Итого за Обед			41,200	34,372	109,718	823,415			
Всего за Пятница - 2 Старшине									
			54,897	36,413	187,185	1293,197			

Дни/месяц: Суббота - 2 Младшие		Масса поддона	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рек.	Наименование дачей посевов, биолог		Б	Ж	У	
Землянок						
15	Горошек с сарном	60	7,020	4,530	18,48	134,855
291	Пшено из явца пшени	200	23,127	21,831	39,850	432,847
377	Чай с лимонком	100	0,225	0,051	12,188	50,962
		540				
Итого за Землянок			30,372	26,412	70,518	674,664
Овец						
52	Сухая на зерну, отпарной	60	1,080	3,069	6,336	57,210
198	Сух карповый с желтыми	200	2,648	6,515	19,979	133,318
293	Пшеница, започенный	90	20,853	22,422	0,380	284,300
202	Рожь отпарная	150	6,412	3,654	47,942	222,476
342	Кормовая смесь	180	0,198	0,054	12,552	57,240
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,250	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	47,860	68,300
	Кормовая акорбиона	6,035				
Итого за Овец			36,691	36,374	134,019	904,064
Итого за Суббота - 2 Младшие			67,063	62,786	184,537	1,578,728

Результаты биологического анализа энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептов биологического и кулинарного назначения для питания сельскохозяйственных животных" (М.Д.Мухоморова, М.Д.Делл, 2007, 628с. в 11 по производству кормов).
 * В таблице указаны значения энергии, полученные в результате анализа кормов, полученных из сырья, выращенного в Московской области.
 * Химический состав кормов указан в соответствии с данными от агрохимического анализа кормов.

Возрастная группа с 7 по 11 лет		Питательные вещества (г)			ЭН (ккал)
	Б	Ж	У		
Полновозрастные					
Полновозрастные - 1	55,362	58,476	178,145	1417,279	
Вторые - 1	40,471	42,788	156,485	1164,260	
Средняя - 1	51,233	70,507	139,471	1517,514	
Четвертые - 1	49,766	61,878	133,325	1228,290	
Пятые - 1	43,379	48,022	146,893	1195,886	
Суббота - 1	49,622	63,556	176,854	1454,285	7977,514
Средневозрастные					
Средневозрастные - 1	47,976	87,438	162,439	1329,586	1329,58567
Взрослые					
Взрослые - 2	39,313	44,074	195,966	1309,504	
Средняя - 2	66,264	63,342	205,348	1660,656	
Четвертые - 2	54,156	66,590	183,846	1531,692	
Пятые - 2	54,402	62,029	166,355	1423,325	
Суббота - 2	47,452	29,341	155,402	1079,448	
Средневозрастные - 2	67,243	62,792	184,527	1530,497	
Итого за 2 недели					
Итого за 2 недели	54,895	54,695	181,807	1422,630	
Итого за 2 недели	51,390	56,116	172,22	1376,053	
Итого за 2 недели	38,546,2	39,547,4	167,520,1	1175,1410	

Дни/месяц: Суббота - 2 Старшие		Масса поддона	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рек.	Наименование дачей посевов, биолог		Б	Ж	У	
Землянок						
15	Горошек с сарном	60	7,020	4,530	18,48	134,855
291	Пшено из явца пшени	250	29,002	27,530	49,812	545,026
377	Чай с лимонком	100	0,225	0,051	12,188	50,962
		380				
Итого за Землянок			36,247	32,111	80,480	730,843
Овец						
52	Сухая на зерну, отпарной	100	1,800	5,115	10,960	92,350
198	Сух карповый с желтыми	250	4,475	7,264	25,454	180,880
293	Пшеница, започенный	100	37,803	34,198	0,380	488,530
202	Рожь отпарная	180	7,740	4,335	54,530	269,645
342	Кормовая смесь	180	0,198	0,054	12,552	57,240
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Кормовая акорбиона	0,035				
Итого за Овец			53,124	32,576	141,195	1221,436
Итого за Суббота - 2 Старшие			89,371	64,687	221,675	1952,279

Результаты биологического анализа энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептов биологического и кулинарного назначения для питания сельскохозяйственных животных" (М.Д.Мухоморова, М.Д.Делл, 2007, 628с. в 11 по производству кормов).
 * В таблице указаны значения энергии, полученные в результате анализа кормов, полученных из сырья, выращенного в Московской области.
 * Химический состав кормов указан в соответствии с данными от агрохимического анализа кормов.

Возрастная группа с 11 лет и старше		Питательные вещества (г)			ЭН (ккал)
	Б	Ж	У		
Полновозрастные					
Полновозрастные - 1	66,342	68,822	204,045	1685,777	
Вторые - 1	46,828	59,884	187,411	1395,687	
Средняя - 1	59,295	79,684	232,489	1757,882	
Четвертые - 1	61,891	73,632	139,862	1374,639	
Пятые - 1	42,791	59,107	208,515	1536,777	
Суббота - 1	48,061	56,095	184,428	1414,374	
Средневозрастные					
Средневозрастные - 1	44,318	65,284	182,306	1544,188	
Взрослые					
Взрослые - 2	46,877	51,953	221,654	1533,053	325,908
Средняя - 2	63,799	78,100	213,853	1790,239	54,318
Четвертые - 2	65,200	72,265	194,787	1665,464	
Пятые - 2	54,837	36,459	187,105	1300,566	
Суббота - 2	89,561	84,643	222,675	1960,048	
Итого за 2 недели					
Итого за 2 недели	61,142	63,420	204,502	1614,612	
Итого за 2 недели	57,230	64,212	198,405	1579,400	
Итого за 2 недели	45,54	46,552	191,5229	1336,516278	