

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 3-7 лет (3-В) 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ПН - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	6.20	7.46	30.86	215.4	268/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	2.84	2.41	14.36	91.01	395/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		414	11.32	13.64	60.69	411.45	
ЗАВТРАК 2	Банан (плоды свежие)	100	1.50	0.50	21.00	96	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1.50	0.50	21.00	96	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	65	1.45	1.06	7.30	45.06	245/Мск
	Суп с рыбными консервами	250	9.23	7.23	16.05	166.25	159/Прм
	Гуляш из говядины	70	12.02	12.83	2.45	173.25	373/Прм
	Каша гречневая рассыпчатая	140	7.98	7.32	34.61	236.18	243/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.13	0.00	6.21	25.84	54-3гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		784	36.09	29.23	97.84	798.98	
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Булочка молочная	50	4.80	1.10	28.10	142	585/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	14.80	7.50	45.10	316	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1551	63.71	50.87	224.63	1622.43	
ВТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	15.52	24.08	4.16	293.54	307/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Сыр сычужный твердый порциями	10	2.56	2.61	0.00	34.3	106/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	20.46	27.56	25.34	429.97	

ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.95	0.00	24.13	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.95	0.00	24.13	104.5	
ОБЕД	Салат из свеклы и моркови	65	0.84	6.70	4.61	82.55	52/Прм
	Суп из овощей с фасолью	230	3.38	4.05	14.05	106.26	148/Прм
	Капуста тушеная	150	5.55	5.40	5.85	94.5	428/Прм
	Печень, тушенная в соусе	75	9.98	5.77	4.12	108	406
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	19.80	81	54-1хн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		789	25.53	22.71	79.65	624.71	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Вафли	30	0.84	0.99	23.19	105	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	6.84	6.19	36.09	228.5	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1662	53.78	56.46	165.21	1387.68	

СР - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	5.26	11.66	25.06	226.2	266
	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.88	397/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		434	11.62	18.97	58.11	450.12	
ЗАВТРАК 2	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.40	0.40	9.80	47	
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	65	1.94	3.37	4.06	54.34	10/Мск
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	1.76	2.35	11.77	75.39	154/Прм
	Котлеты или биточки рыбные	80	11.12	1.68	7.68	90.4	351/Прм
	Картофель отварной	145	2.75	7.11	18.41	147.9	431/Прм
	Чай с молоком (2-й вариант)	180	1.35	1.17	15.66	78.3	507/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		759	24.20	16.47	88.80	598.73	
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Сдоба обыкновенная	60	5.10	2.80	35.30	187	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	15.10	9.20	52.30	361	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1556	51.32	45.04	209.01	1456.85	

ЧТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	140	22.40	17.26	28.94	360.26	327/Прм
	Соус молочный сладкий		0.00	0.00	0.00	0	449
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)	45	0.31	0.00	6.52	27.45	516/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.13	0.00	6.21	25.84	54-Згн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		409	25.12	21.03	57.14	518.59	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.95	0.19	19.19	87.4	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.95	0.19	19.19	87.4	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	65	0.98	3.58	5.46	57.85	51/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	220	1.61	4.40	9.37	83.6	133/Прм
	Птица отварная	80	18.86	13.03	0.46	194.29	409/Прм
	Макаронные изделия отварные	140	5.28	0.63	27.10	135.24	297/Прм
	Кисель с витаминами "Кисель Валетек"	190	0.00	0.00	17.48	70.3	633/Прм
	Кисель из яблок		0.00	0.00	0.00	0	520
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм	
ИТОГО ЗА ОБЕД		764	32.01	22.43	91.09	693.68	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	609/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	8.25	8.14	35.22	248.6	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1646	66.33	51.79	202.64	1548.27	

ПТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая	200	9.16	12.88	32.60	283	254/Прм
	Яйца вареные	20	2.55	2.30	0.15	31.5	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	2.84	2.41	14.36	91.01	395/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		434	16.83	21.36	62.58	510.55	
ЗАВТРАК 2	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.90	0.20	8.10	43	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	65	1.45	1.06	7.30	45.06	245/Мск
	Щи из свежей капусты с картофелем	230	1.61	4.58	7.15	76.36	147/Прм
	Картофельное пюре	140	2.94	6.16	15.26	128.8	434/Пермь
	Тефтели из печени с рисом	70	4.49	5.18	7.64	94.93	284
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		754	15.90	17.77	74.33	521.08	
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Пирожки печеные из слобного теста с овощным фаршем	60	3.50	3.70	21.00	131	562/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	13.50	10.10	38.00	305	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1551	47.13	49.43	183.01	1379.63	

ПН - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	5.54	8.62	32.40	229.4	274/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Сыр сычужный твердый порциями	10	2.56	2.61	0.00	34.3	106/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	10.48	12.10	53.58	365.83	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.95	0.00	24.13	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.95	0.00	24.13	104.5	
ОБЕД	Салат из свеклы и моркови	65	0.84	6.70	4.61	82.55	52/Прм
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	220	2.02	3.74	13.31	95.04	149/Прм
	Рыба, запеченная в омлете	80	12.72	6.24	2.56	117.6	343/Прм
	Картофель отварной	145	2.75	7.11	18.41	147.9	431/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	27.00	110	527/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		779	24.11	24.58	97.11	705.49	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Вафли	30	0.84	0.99	23.19	105	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	6.84	6.19	36.09	228.5	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1672	42.38	42.87	210.91	1404.32	

ВТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Запеканка морковная с творогом	150	13.09	15.60	27.30	290	320/Прм
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)	40	0.28	0.00	5.80	24.4	516/Прм
	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.88	397/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	19.70	20.01	66.10	511.88	
ЗАВТРАК 2	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.40	0.40	9.80	47	
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	65	1.94	3.37	4.06	54.34	10/Мск
	Рассольник ленинградский	220	1.80	4.62	14.30	106.7	139
	Рагу из овощей	150	3.00	8.02	12.75	135	201/Прм
	Печень, тушенная в соусе	75	9.98	5.77	4.12	108	406
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		759	22.13	22.57	72.21	579.97	
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Булочка домашняя	60	4.50	7.80	36.20	233	583
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	14.50	14.20	53.20	407	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1542	56.73	57.18	201.31	1545.85	

СР - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	15.52	24.08	4.16	293.54	307/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.13	0.00	6.21	25.84	54-Згн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		404	17.93	27.85	25.84	424.42	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.95	0.00	24.13	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.95	0.00	24.13	104.5	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	65	1.45	1.06	7.30	45.06	245/Мск
	Суп с рыбными консервами	250	9.23	7.23	16.05	166.25	159/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	70	10.59	9.66	1.68	135.8	372/Прм
	Рис отварной	140	3.44	5.67	31.56	190.96	419/Прм
	Кисель из яблоч	200	0.10	0.12	23.40	96	520
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		794	30.09	24.53	111.21	786.47	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Пряники	35	2.07	1.64	26.25	128.1	608/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		285	8.07	6.84	39.15	251.6	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1676	57.04	59.22	200.33	1566.99	

ЧТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	5.26	11.66	25.06	226.2	266/Прм
	Яйца вареные	20	2.55	2.30	0.15	31.5	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	2.84	2.41	14.36	91.01	395/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Сыр сычужный твердый порциями	10	2.56	2.61	0.00	34.3	106/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	15.46	19.85	54.99	461.61	
ЗАВТРАК 2	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.90	0.20	8.10	43	
ОБЕД	Салат из моркови	65	0.72	6.57	5.92	85.8	19/Пермь
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	1.76	2.35	11.77	75.39	154/Прм
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9.08	7.58	25.50	206.25	301/Прм
	Печень говяжья по-строгановски	70	11.45	8.79	2.74	135.55	403/Прм
	Компот из яблок с лимоном		0.00	0.00	0.00	0	528/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2ги/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм	
ИТОГО ЗА ОБЕД		754	28.42	26.08	82.91	678.92	
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Сдоба обыкновенная	60	5.10	2.80	35.30	187	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	15.10	9.20	52.30	361	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1557	59.88	55.33	198.30	1544.53	

ПТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	140	22.40	17.26	28.94	360.26	327/Прм
	Соус молочный сладкий		0.00	0.00	0.00	0	449
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)	45	0.31	0.00	6.52	27.45	516/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	35	2.62	1.02	17.99	91.7	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	25.46	18.28	59.21	502.94	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные		0.00	0.00	0.00	0	537/Прм
	Кисель с витаминами "Кисель Валетек"	190	0.00	0.00	17.48	70.3	633/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.00	0.00	17.48	70.3	
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	65	1.23	5.78	5.00	77.35	121/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	220	1.61	4.40	9.37	83.6	133/Прм
	Рыба, припущенная в молоке	80	10.72	5.76	2.48	103.2	342
	Картофельное пюре	140	2.94	6.16	15.26	128.8	434/Пермь
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	27.00	110	527/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	16.46	81.9	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		774	22.28	22.89	90.33	655.35	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	609/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	8.25	8.14	35.22	248.6	
Соль дополнительно	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		3	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1647	55.99	49.31	202.24	1477.19	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16060	554.29	517.50	1997.59	14933.74	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1606	55.43	51.75	199.76	1493.374	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 1,5-3 лет (З-В) 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ПН - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	150	4.65	5.60	23.15	161.55	268/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.45	2.08	12.37	78.37	395/Мск
	Батон нарезной	40	3.00	1.16	20.56	104.8	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	10.14	12.46	56.14	377.77	
ЗАВТРАК 2	Банан (плоды свежие)	100	1.50	0.50	21.00	96	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1.50	0.50	21.00	96	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	50	1.12	0.81	5.61	34.66	245/Мск
	Суп с рыбными консервами	200	7.38	5.78	12.84	133	159/Прм
	Гуляш из говядины	60	10.30	11.00	2.10	148.5	373/Прм
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6.27	5.75	27.19	185.57	243/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.13	0.00	5.89	24.48	54-3гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		651	29.11	23.93	76.55	638.31	
ПОЛДНИК	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Булочка молочная	45	4.32	0.99	25.29	127.8	585/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	13.32	6.75	40.59	284.4	
Соль дополнительный	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		2	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1328	54.07	43.64	194.28	1396.48	
ВТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	12.93	20.07	3.46	244.62	307/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Сыр сычужный твердый порциями	7	1.79	1.83	0.00	24.01	106/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		362	16.73	22.63	22.07	357.66	

ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.00	19.05	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.75	0.00	19.05	82.5	
ОБЕД	Салат из свеклы и моркови	50	0.65	5.15	3.55	63.5	52/Прм
	Суп из овощей с фасолью	200	2.94	3.52	12.22	92.4	148/Прм
	Капуста тушеная	120	4.44	4.32	4.68	75.6	428/Прм
	Печень, тушенная в соусе	55	7.32	4.23	3.02	79.2	406
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0.00	17.82	72.9	54-1хн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		656	19.71	17.81	64.21	495.7	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Вафли	15	0.42	0.49	11.60	52.5	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245	5.84	5.19	23.70	166	
Соль дополнитель	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		1	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1414	43.03	45.63	129.03	1101.86	

СР - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	150	3.95	8.74	18.79	169.65	266
	Какао с молоком	170	3.47	3.01	14.94	101.05	397/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	9.34	16.10	46.64	369.25	
ЗАВТРАК 2	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.40	0.40	9.80	47	
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1.49	2.60	3.12	41.8	10/Мск
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1.60	2.14	10.70	68.54	154/Прм
	Котлеты или биточки рыбные	60	8.34	1.26	5.76	67.8	351/Прм
	Картофель отварной	110	2.09	5.39	13.97	112.2	431/Прм
	Чай с молоком (2-й вариант)	150	1.12	0.97	13.05	65.25	507/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		621	18.55	12.95	69.52	467.69	
ПОЛДНИК	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Сдоба обыкновенная	45	3.82	2.10	26.47	140.25	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	12.82	7.86	41.77	296.85	
Соль дополнитель	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		2	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1298	41.11	37.31	167.73	1180.79	

ЧТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	100	16.00	12.33	20.67	257.33	327/Прм
	Соус молочный сладкий	40	1.04	2.54	6.28	52.2	449
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)		0.00	0.00	0.00	0	516/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.13	0.00	5.89	24.48	54-3гн/Нск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	19.09	19.22	45.75	432.56	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.15	15.15	69	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.75	0.15	15.15	69	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	50	0.75	2.75	4.20	44.5	51/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	200	1.46	4.00	8.52	76	133/Прм
	Птица отварная	60	14.14	9.77	0.34	145.72	409/Прм
	Макаронные изделия отварные	110	4.15	0.49	21.30	106.26	297/Прм
	Кисель с витаминами "Кисель Валетек"		0.00	0.00	0.00	0	633/Прм
	Кисель из яблок	160	0.08	0.10	18.72	76.8	520
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		631	24.49	17.70	76.00	561.38	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Печенье	20	1.50	1.96	14.88	83.4	609/Прм
	Яблоки (плоды свежие)		0.00	0.00	0.00	0	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6.72	6.46	22.08	173.4	
Соль дополнительн	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		1	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1332	51.05	43.53	158.98	1236.34	

ПТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая	130	5.95	8.37	21.19	183.95	254/Прм
	Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.45	2.08	12.37	78.37	395/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	15.42	19.40	46.77	423.87	
ЗАВТРАК 2	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.90	0.20	8.10	43	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	50	1.12	0.81	5.61	34.66	245/Мск
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.40	3.98	6.22	66.4	147/Прм
	Картофельное пюре	120	2.52	5.28	13.08	110.4	434/Пермь
	Тефтели из печени с рисом	60	3.85	4.44	6.55	81.37	284
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		661	12.93	15.10	60.14	428.46	
ПОЛДНИК	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Пирожки печеные из сдобного теста с овощным фаршем	50	2.91	3.09	17.50	109.17	562/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	11.91	8.85	32.80	265.77	
Соль дополнитель	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		2	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1348	41.16	43.55	147.81	1161.1	

ПН - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	150	4.15	6.46	24.30	172.05	274/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	20	1.50	0.58	10.28	52.4	117/Прм
	Сыр сычужный твердый порциями	6	1.54	1.57	0.00	20.58	106/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		356	7.32	8.61	40.34	268.56	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.00	19.05	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.75	0.00	19.05	82.5	
ОБЕД	Салат из свеклы и моркови	50	0.65	5.15	3.55	63.5	52/Прм
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1.84	3.40	12.10	86.4	149/Прм
	Рыба, запеченная в омлете	70	11.13	5.46	2.24	102.9	343/Прм
	Картофель отварной	110	2.09	5.39	13.97	112.2	431/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.38	0.00	20.25	82.5	527/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		631	20.00	19.99	75.03	559.6	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Вафли	15	0.42	0.49	11.60	52.5	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245	5.84	5.19	23.70	166	
Соль дополнитель	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		1	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1383	33.91	33.79	158.12	1076.66	

ВТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Запеканка морковная с творогом	130	11.35	13.52	23.66	251.33	320/Прм
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)	25	0.17	0.00	3.62	15.25	516/Прм
	Какао с молоком	170	3.47	3.01	14.94	101.05	397/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	16.87	17.26	55.07	433.13	
ЗАВТРАК 2	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.40	0.40	9.80	47	
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1.49	2.60	3.12	41.8	10/Мск
	Рассольник ленинградский	200	1.64	4.20	13.00	97	139
	Рагу из овощей	120	2.40	6.42	10.20	108	201/Прм
	Печень, тушенная в соусе	55	7.32	4.23	3.02	79.2	406
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		656	16.89	18.04	58.02	461.63	
ПОЛДНИК	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Булочка домашняя	45	3.38	5.85	27.15	174.75	583
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	12.38	11.61	42.45	331.35	
Соль дополнитель	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		1	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1332	46.54	47.31	165.34	1273.11	

СР - 2 недели							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	12.93	20.07	3.46	244.62	307/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.13	0.00	5.89	24.48	54-3гн/Нск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	14.98	24.42	22.26	367.65	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.00	19.05	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.75	0.00	19.05	82.5	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	50	1.12	0.81	5.61	34.66	245/Мск
	Суп с рыбными консервами	200	7.38	5.78	12.84	133	159/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	60	9.08	8.28	1.44	116.4	372/Прм
	Рис отварной	110	2.71	4.46	24.79	150.04	419/Прм
	Кисель из яблок	150	0.08	0.09	17.55	72	520
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		621	24.28	20.01	85.15	618.2	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Пряники	20	1.18	0.94	15.00	73.2	608/Прм
	Яблоки (плоды свежие)		0.00	0.00	0.00	0	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6.40	5.44	22.20	163.2	
Соль дополнител	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		2	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1333	46.41	49.87	148.66	1231.55	

ЧТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	130	3.42	7.58	16.29	147.03	266/Прм
	Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.45	2.08	12.37	78.37	395/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Сыр сычужный твердый порциями	7	1.79	1.83	0.00	24.01	106/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		357	14.64	16.82	41.81	377.91	
ЗАВТРАК 2	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.90	0.20	8.10	43	
ОБЕД	Салат из моркови	50	0.55	5.05	4.55	66	19/Пермь
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1.60	2.14	10.70	68.54	154/Прм
	Макаронные изделия отварные с сыром	110	6.66	5.56	18.70	151.25	301/Прм
	Печень говяжья по-строгановски	60	9.82	7.53	2.35	116.18	403/Прм
	Компот из яблок с лимоном	180	0.27	0.18	22.59	92.7	528/Прм
	Чай с сахаром		0.00	0.00	0.00	0	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		651	22.81	21.05	81.81	606.77	
ПОЛДНИК	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Сдоба обыкновенная	45	3.82	2.10	26.47	140.25	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	12.82	7.86	41.77	296.85	
Соль дополнительный	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		1	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1334	51.17	45.93	173.49	1324.53	

ПТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	100	16.00	12.33	20.67	257.33	327/Прм
	Соус молочный сладкий	40	1.04	2.54	6.28	52.2	449
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)		0.00	0.00	0.00	0	516/Прм
	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	350	19.42	15.74	48.13	411.66		
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.15	15.15	69	537/Прм
	Кисель с витаминами "Кисель Валетек"		0.00	0.00	0.00	0	633/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	150	0.75	0.15	15.15	69		
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.5	121/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	200	1.46	4.00	8.52	76	133/Прм
	Рыба, припущенная в молоке	70	9.38	5.04	2.17	90.3	342
	Картофельное пюре	120	2.52	5.28	13.08	110.4	434/Пермь
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.38	0.00	20.25	82.5	527/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	13.08	65.1	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД	641	18.60	19.36	70.79	530.8		
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Печенье	20	1.50	1.96	14.88	83.4	609/Прм
	Яблоки (плоды свежие)		0.00	0.00	0.00	0	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	6.72	6.46	22.08	173.4		
Соль дополнительн	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО		2	0.00	0.00	0.00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1343	45.49	41.71	156.15	1184.86	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		13445	453.94	432.27	1599.59	12167.28	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1344.5	45.39	43.23	159.96	1216.728	