

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад (Л-О) 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ПН - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	6.28	5.54	31.76	202.1	268/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	3.01	2.97	12.33	87.26	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	11.57	12.28	59.56	394.4	
ЗАВТРАК 2	Яблоки (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 свежих огурцов	65	0.45	6.57	1.30	66.3	36/Прм
	Суп картофельный с макаронными изделиями	230	2.64	2.71	19.11	111.9	152/Пермь
	Печень, тушенная в соусе	75	9.98	5.77	4.12	108	406
	Каша гречневая рассыпчатая	140	8.08	4.26	36.27	216.17	243/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.13	0.00	0.55	3.59	54-Згн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		769	26.56	20.10	90.81	654.85	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	71.5	537/Прм
	Вафли	30	0.96	0.84	24.33	102.63	607/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	10.76	7.47	37.34	265.81	
Соль дополни	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:		1535	49.79	40.05	195.81	1358.06	

ВТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	6.62	13.09	3.56	158.98	307/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	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	11.52	16.57	25.23	296.49	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.78	0.15	24.89	104.5	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	65	0.65	6.63	2.28	71.5	30/Прм
	Суп из овощей с фасолью	230	9.57	7.82	13.48	164.13	148/Прм
	Капуста тушеная	150	3.36	4.37	14.62	112.21	428/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	70	11.18	13.10	1.95	170.69	372/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	19.80	81	54-1хн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		784	30.54	32.71	81.59	748.42	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	108	535/Прм
	Булочка молочная	50	4.96	2.47	28.94	157.81	585/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	6.96	6.04	37.63	234.13	
Соль дополн	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:		1657	49.80	55.47	169.34	1383.54	

СР - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	6.24	9.94	27.76	222.64	266
	Какао с молоком	200	4.08	4.24	13.96	110.06	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	12.60	17.95	57.19	437.74	
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 зеленый с огурцами и помидорами	65	0.44	3.98	2.03	45.4	44
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	1.76	2.35	11.77	75.39	154/Прм
	Котлеты или биточки рыбные	80	11.98	2.30	8.04	101.18	351/Прм
	Картофель отварной	145	2.75	7.11	18.41	147.9	431/Прм
	Чай с молоком (2-й вариант)	180	1.40	1.46	15.62	78.84	507/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		759	23.61	17.99	85.33	597.6	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	108	535/Прм
	Сдоба обыкновенная	60	5.06	2.41	35.80	184.13	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	10.86	7.41	44.20	292.13	
Соль дополн	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	47.47	43.75	196.52	1374.47	

ЧТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	140	20.15	13.90	31.47	414.22	327/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.13	0.00	0.55	3.59	54-3гн/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		364	22.56	17.67	47.49	522.85	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.78	0.15	24.89	104.5	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	65	0.98	3.58	5.46	57.85	51/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	220	12.52	14.04	10.76	219.08	133/Прм
	Птица отварная	80	20.86	21.03	0.34	273.74	409/Прм
	Макаронные изделия отварные	140	5.29	3.46	33.64	187.04	297/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	27.00	110	527/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		774	45.43	42.90	106.66	996.6	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Пермь
	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		270	3.23	3.29	52.11	253.1	
Соль дополн	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:		1601	72.00	64.01	231.15	1877.05	

ПТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая	200	9.18	6.68	32.86	229.44	254/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	3.01	2.97	12.33	87.26	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	14.47	13.42	60.66	421.74	
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	Салат из горошка зеленого консервированного	65	1.91	3.37	4.02	53.92	10/Мск
	Щи из свежей капусты с картофелем	230	8.10	11.22	8.62	168.52	147/Прм
	Картофельное пюре	140	3.01	3.29	20.22	122.96	434/Пермь
	Тефтели из печени с рисом	70	4.49	5.18	7.64	94.93	284
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		754	22.88	23.85	76.21	613.83	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Пермь
	Пирожки печеные из сдобного теста с овощным фаршем	60	3.50	3.70	21.00	131	562/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	4.28	3.85	45.89	235.5	
Соль дополн	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:		1521	43.13	41.62	203.76	1367.07	

ПН - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	5.62	5.92	33.38	209.3	274/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	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	10.52	9.40	55.05	346.81	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.78	0.15	24.89	104.5	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	65	0.65	6.63	2.28	71.5	30/Прм
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	220	14.04	11.00	19.45	233.16	149/Прм
	Рыба, запеченная в омлете	80	13.40	7.70	4.66	141.73	343/Прм
	Картофель отварной в молоке	150	4.65	6.30	18.75	150	432/Пермь
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	27.00	110	527/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		784	38.52	32.42	101.60	855.28	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	108	535/Прм
	Вафли	30	0.96	0.84	24.33	102.63	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	6.96	6.04	37.63	234.13	
Соль дополн	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:		1677	56.78	48.01	219.17	1540.72	

ВТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Запеканка морковная с творогом	150	11.92	11.80	25.88	295.68	320/Прм
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)	40	0.00	0.00	2.00	7.58	516/Прм
	Какао с молоком	200	4.08	4.24	13.96	110.06	397/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	18.25	16.91	57.26	491.92	
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 свежих помидоров и огурцов	65	0.58	3.31	2.34	41.6	31/Прм
	Рассольник ленинградский	220	1.80	4.62	14.30	106.7	139
	Рагу из овощей	150	2.83	11.54	14.55	174.85	201/Прм
	Печень, тушенная в соусе	75	9.98	5.77	4.12	108	406
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		759	20.56	26.03	71.02	604.65	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	108	535/Прм
	Булочка домашняя	60	4.50	7.80	36.20	233	583
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	10.30	12.80	44.60	341	
Соль дополн	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	49.51	56.14	182.68	1484.57	

СР - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	6.62	13.09	3.56	158.98	307/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.13	0.00	0.55	3.59	54-3гн/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	9.03	16.86	19.58	267.61	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0.78	0.15	24.89	104.5	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	65	0.45	6.57	1.30	66.3	36/Прм
	Суп с рыбными консервами	250	9.23	7.23	16.05	166.25	159/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	70	11.18	13.10	1.95	170.69	372/Прм
	Рис отварной	140	3.44	5.67	31.56	190.96	419/Прм
	Кисель из яблок	200	0.12	0.12	22.90	89.9	520
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		794	29.70	33.48	103.22	832.99	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	108	535/Прм
	Пряники	35	1.68	0.98	27.19	117.53	608/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		285	7.68	6.18	40.49	249.03	
Соль дополн	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	47.19	56.67	188.18	1454.13	

ЧТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	5.32	5.62	28.26	184.7	266/Прм
	Яйца вареные	20	2.55	2.30	0.15	31.5	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	3.01	2.97	12.33	87.26	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	15.69	14.37	56.16	416.36	
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 свежих помидоров	65	0.65	6.63	2.28	71.5	30/Прм
	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	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		754	28.31	26.14	78.00	662.19	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	108	535/Прм
	Сдоба обыкновенная	60	5.06	2.41	35.80	184.13	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	10.86	7.41	44.20	292.13	
Соль дополн	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	55.76	48.12	186.46	1413.68	

ПТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	140	20.15	13.90	31.47	414.22	327/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	35	2.62	1.02	17.99	91.7	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	22.86	14.92	55.71	530.53	
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 зеленый с огурцами и помидорами	65	0.44	3.98	2.03	45.4	44
	Борщ с капустой и картофелем	220	12.52	14.04	10.76	219.08	133/Прм
	Рыба, припущенная в молоке	80	12.42	7.10	2.51	124.1	342
	Картофельное пюре	140	3.01	3.29	20.22	122.96	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	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		774	34.17	29.20	91.98	770.43	
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Пряники	35	1.68	0.98	27.19	117.53	608/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		215	1.77	0.98	33.44	142.14	
Соль дополн	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:		1447	59.20	45.50	190.93	1490.1	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		15769	530.63	499.34	1964.00	14743.39	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1576.9	53.06	49.93	196.40	1474.34	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

 (должность)

 (ФИО)

 (дата)

 (должность)

 (ФИО)

 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория:

Ясли (Л-О) 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ПН - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	150	4.71	4.15	23.82	151.58	268/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.59	2.56	10.62	75.14	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	10.34	11.49	55.06	364.57	
ЗАВТРАК 2	Яблоки (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 свежих огурцов	50	0.35	5.05	1.00	51	36/Прм
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.30	2.36	16.62	97.3	152/Пермь
	Печень, тушенная в соусе	55	7.32	4.23	3.02	79.2	406
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6.35	3.34	28.50	169.85	243/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.13	0.00	0.52	3.4	54-3гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		646	20.36	15.57	71.19	510.06	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	71.5	537/Прм
	Вафли	30	0.96	0.84	24.33	102.63	607/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	9.68	6.72	33.61	239.23	
Соль дополнительно	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:		1323	41.28	33.98	167.96	1156.86	

ВТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	5.52	10.90	2.97	132.48	307/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	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	9.28	13.46	22.07	246.6	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.61	0.12	19.65	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.61	0.12	19.65	82.5	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	50	0.50	5.10	1.75	55	30/Прм
	Суп из овощей с фасолью	200	8.32	6.80	11.72	142.72	148/Прм
	Капуста тушеная	120	2.69	3.49	11.70	89.77	428/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	60	9.58	11.23	1.67	146.3	372/Прм
	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	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		661	25.45	27.21	66.19	616	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.56	97.2	535/Прм
	Булочка молочная	50	4.96	2.47	28.94	157.81	585/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245	5.90	5.12	24.62	172.02	
Соль дополнительно	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:		1419	41.24	45.91	132.53	1117.12	

СР - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	150	4.68	7.45	20.82	166.98	266
	Какао с молоком	170	3.47	3.60	11.87	93.55	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	10.07	15.40	45.60	359.08	
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 зеленый с огурцами и помидорами	50	0.34	3.07	1.56	34.92	44
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1.60	2.14	10.70	68.54	154/Прм
	Котлеты или биточки рыбные	60	8.99	1.73	6.03	75.88	351/Прм
	Картофель отварной	110	2.09	5.39	13.97	112.2	431/Прм
	Чай с молоком (2-й вариант)	150	1.17	1.22	13.02	65.7	507/Прм
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		621	18.10	14.14	66.81	466.55	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.56	97.2	535/Прм
	Сдоба обыкновенная	45	3.79	1.80	26.85	138.1	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	9.01	6.30	34.41	235.3	
Соль дополнительно	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	37.58	36.24	156.62	1107.93	

ЧТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	100	14.39	9.93	22.48	295.87	327/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.13	0.00	0.52	3.4	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		310	16.44	14.28	35.91	397.82	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.61	0.12	19.65	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.61	0.12	19.65	82.5	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	50	0.75	2.75	4.20	44.5	51/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	200	11.38	12.76	9.78	199.16	133/Прм
	Птица отварная	60	15.65	15.77	0.26	205.31	409/Прм
	Макаронные изделия отварные	110	4.16	2.72	26.43	146.96	297/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	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		621	36.23	34.59	82.45	787.74	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Пермь
	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		210	2.28	2.11	39.77	187.9	
Соль дополнительно	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:		1292	55.56	51.10	177.78	1455.96	

ПТ - 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая	130	5.97	4.34	21.36	149.14	254/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.59	2.56	10.62	75.14	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		315	10.48	11.25	44.89	322.83	
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	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1.47	2.59	3.09	41.47	10/Мск
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	7.04	9.76	7.50	146.54	147/Прм
	Картофельное пюре	120	2.58	2.82	17.33	105.4	434/Пермь
	Тефтели из печени с рисом	60	3.85	4.44	6.55	81.37	284
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		661	18.94	20.20	62.25	508.7	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0.78	0.15	24.89	104.5	537/Пермь
	Пирожки печеные из сдобного теста с овощным фаршем	50	2.91	3.09	17.50	109.17	562/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	3.69	3.24	42.39	213.67	
Соль дополнительно	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:		1318	34.61	35.19	170.53	1141.2	

ПН - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	150	4.21	4.44	25.04	156.98	274/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	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	7.34	6.59	41.57	254.57	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.61	0.12	19.65	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.61	0.12	19.65	82.5	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	50	0.50	5.10	1.75	55	30/Прм
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	12.76	10.00	17.68	211.96	149/Прм
	Рыба, запеченная в омлете	70	11.72	6.73	4.07	124.01	343/Прм
	Картофель отварной в молоке	120	3.72	5.04	15.00	120	432/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	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		641	32.99	27.46	80.28	702.78	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.56	97.2	535/Прм
	Вафли	15	0.48	0.42	12.16	51.32	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245	5.90	5.12	24.62	172.02	
Соль дополнительно	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:		1393	46.84	39.29	166.12	1211.87	

ВТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Запеканка морковная с творогом	130	10.33	10.23	22.42	256.26	320/Прм
	Кисель из концентрата плодового или ягодного (подлив)	25	0.00	0.00	1.25	4.74	516/Прм
	Какао с молоком	170	3.47	3.60	11.87	93.55	397/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	15.68	14.56	48.39	420.05	
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 свежих помидоров и огурцов	50	0.45	2.55	1.80	32	31/Прм
	Рассольник ленинградский	200	1.64	4.20	13.00	97	139
	Рагу из овощей	120	2.27	9.23	11.64	139.88	201/Прм
	Печень, тушенная в соусе	55	7.32	4.23	3.02	79.2	406
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		656	15.68	20.80	57.24	482	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.56	97.2	535/Прм
	Булочка домашняя	45	3.38	5.85	27.15	174.75	583
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	8.60	10.35	34.71	271.95	
Соль дополнительно	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	40.36	46.11	150.14	1221	

СР - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	5.52	10.90	2.97	132.48	307/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.13	0.00	0.52	3.4	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	7.57	15.25	16.40	234.43	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.61	0.12	19.65	82.5	537/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.61	0.12	19.65	82.5	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	50	0.35	5.05	1.00	51	36/Прм
	Суп с рыбными консервами	200	7.38	5.78	12.84	133	159/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	60	9.58	11.23	1.67	146.3	372/Прм
	Рис отварной	110	2.71	4.46	24.79	150.04	419/Прм
	Кисель из яблок	150	0.09	0.09	17.17	67.43	520
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		621	24.02	27.20	79.00	657.08	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.56	97.2	535/Прм
	Пряники	20	0.96	0.56	15.54	67.16	608/Прм
	Яблоки (плоды свежие)		0.00	0.00	0.00	0	118/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6.18	5.06	23.10	164.36	
Соль дополнительно	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	38.38	47.63	138.15	1138.37	

ЧТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	130	3.46	3.65	18.37	120.05	266/Прм
	Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.59	2.56	10.62	75.14	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	14.82	13.37	42.14	347.7	
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 свежих помидоров	50	0.50	5.10	1.75	55	30/Прм
	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	11.69	62.31	116/Прм
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм	
ИТОГО ЗА ОБЕД		651	22.76	21.10	77.62	592.98	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.56	97.2	535/Прм
	Сдоба обыкновенная	45	3.79	1.80	26.85	138.1	589/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	9.01	6.30	34.41	235.3	
Соль дополнительно	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	47.49	40.97	162.27	1218.98	

ПТ - 2 неделя							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	100	14.39	9.93	22.48	295.87	327/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		310	16.73	10.80	44.15	399.08	
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 зеленый с огурцами и помидорами	50	0.34	3.07	1.56	34.92	44
	Борщ с капустой и картофелем	200	11.38	12.76	9.78	199.16	133/Прм
	Рыба, припущенная в молоке	70	10.86	6.21	2.20	108.59	342
	Картофельное пюре	120	2.58	2.82	17.33	105.4	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	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
ИТОГО ЗА ОБЕД		641	29.45	25.45	72.65	639.88	
ПОЛДНИК	Чай с сахаром		0.00	0.00	0.00	0	54-2гн/Нск
	Пряники	20	0.96	0.56	15.54	67.16	608/Прм
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		20	0.96	0.56	15.54	67.16	
Соль дополнительно	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:		1073	47.54	37.21	142.14	1153.12	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		13115	430.88	413.63	1564.24	11922.41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1311.5	43.09	41.36	156.42	1192.24	