_Завтрак 173М/ЖКТ К		Масса порции	Пищев	ые веще	ества (г)	-								
Сезон осенно № рец. День/неделя: Завтрак 173М/ЖКТ К	е-зимний Наименование дней недели, блюд			ые веще	ества (г)									
№ рец. День/неделя:	Наименование дней недели, блюд			ые вещ	ества (г)									
День/неделя:	блюд					Энергетиче		Витам	ины (мг)		Мине	ральные в	вещества	(мг)
_Завтрак 173М/ЖКТ К	: Понедельник -1			Ж	У	ская ценность	B1	C	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
173М/ЖКТ <mark>К</mark>														
173М/ЖКТ кј					<u> </u>									1
г.	Саша вязкая молочная из овсяной групы	200	7,97	9,33	36,58	262,73	0,21	0,57	33,50	0,52	140,96	225,81	25,70	1,67
	Бутерброд с сыром и маслом, 20/15/5	40	5,26	7,48	9,73	128,21	0,04	0,11	52,20	0,38	145,80	108,50	12,90	0,55
382М/ЖКТ К	Сакао с молоком	180	3,59	2,85	14,71	100,06	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,00
0 Φ	ррукты (Бананы)	120	1,80	0,60	25,20	115,20	0,05	12,00		0,48	9,60	33,60	50,40	0,72
0 X	Клеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66		0,03			0,26	4,60	17,40		
Итого за Зав	втрак	560	20,20	20,46	95,88	653,20	0,35	13,22	94,82	1,65	414,08	492,51	125,20	4,34
Второй завтр	рак										-	•		
242K C	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за Втој	ррой завтрак	250	22,50	15,41	31,73	362,34	0,16	1,71	115,75	0,24	335,62	366,38	45,46	
Обед												-		
	Суп-лапша домашняя	250	2,80	5,83	13,93	119,36	0,16	1,00	12,50	2,53	11,06	31,96	5,10	0,44
281М Б	Биточек паровой (говядина б/к)	90	15,08	10,75	8,75	192,33	0,07	0,12	22,00	0,52	34,82	157,50	22,60	2,13
К	Саша вязкая гречневая на воде	155	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		20,00	0,35	9,82	113,48	75,07	2,53
349M/ЖКП	Сомпот из сухофруктов (яблоки ушеные)	180	0,70	0,05	17,11	72,78	0,02	0,72	-	0,99	28,80	26,28	18,90	0,60
0 Ф	ррукты (Груши)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50		0,60	28,50	24,00	18,00	3,45
	Слеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50	0,11	,		0,91	16,10	60,90	23,10	
Итого за Обе		895	29,48	22,65	110,53	768,01	0,55	9,34	54,50	5,90	129,10	414,12	162,77	
Полдник			-, -	,		, .		- ,-	- ,	- ,	.,.	,	. ,	- ,
	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
		125	3,38	3,13	13,50		0,04	1,13	25,00		151,25	117,50		
Итого за Пол	**	250	22,50	15,41	31,73	362,34	0,16	1,71	115,75	0,24	335,62	366,38	45,46	0,97
Всего за Пон	едельник-1	1955	94,67	73,94	269,86	2145,90	1,22	25,99	380,82	8,04	1214,42	1639,39	378,88	
День/неделя:	: Вторник-1					,		,				,		
№ рец. Н	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевы	е вещест	гва (г)	Энергетичес	Витамі	ины (мг)			Минералы	ные вещест	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	C	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак														
П	Іодгарнировка из огурцов свежих без кожицы)	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
259/M/жкт	Каркое по-домашнему (говядина 6/к)	230	23,99	15,74	23,94	334,04	0,24	31,10		2,85	32,92	285,57	59,12	4,31
Ф	руктовый чай (яблоки свежие)	200	0,16	0,16	13,90	58,70	0,01	4,01	2,00	0,08	6,90	5,22	4,04	0,99

	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08			0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
Итого за 3	Завтрак	540	28,52	16,46	63,13	516,84	0,35	39,31	2,00	3,64	61,52	352,29	88,06	6,61
Второй зав	трак													
372/М/ЖК	Яблоки печеные	125	0,46	0,46	24,24	102,96	0,04	11,50	5,75	0,23	18,40	12,65	10,35	2,57
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за В	торой завтрак	250	3,84	3,59	37,74	201,71	0,07	12,63	30,75	0,23	169,65	130,15	29,10	2,69
Обед														
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы)	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
98/М/СЖ	Суп крестьянский с овсяной крупой	250	1,93	4,47	10,09	88,81	0,07	20,00	200,00	1,93	28,98	52,33	17,42	0,76
227M	Рыба припущенная (горбуша филе)	90	22,88	7,23	0,74	159,09	0,23	1,90	33,30	1,68	24,99	227,22	34,56	0,74
312/М/ЖК	Картофельное пюре	150	3,28	3,99	22,18	138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22
349/М/ЖК	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,05	23,10	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62
0	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50	0,11			0,91	16,10	60,90	23,10	
Итого за О	бед	800	34,74	16,50	91,05	653,91	0,61	52,76	251,60	5,74	154,21	482,20	135,49	5,04
Полдник														
372/М/ЖК	Яблоки печеные	125	0,46	0,46	24,24	102,96	0,04	11,50	5,75	0,23	18,40	12,65	10,35	2,57
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50		0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за П	олдник	250	3,84	3,59	37,74	201,71	0,07	12,63		0,23	169,65	130,15	29,10	2,69
Всего за Вт	горник-1	1840	70,92	40,13	229,67	1574,16	1,10	117,32	315,10	9,85	555,03	1094,79	281,75	17,03
День/недел	ıя: Среда-1													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	е вещест	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	C	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак														
69К	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,18	7,61	3,31	91,39	0,03	2,45	973,80	2,86	73,62	65,06	20,98	0,40
294M	Котлеты рубленные из птицы (грудки куриные)	80	14,54	9,01	12,75	191,22	0,10	1,18	55,60	0,60	16,11	119,77	19,92	1,35
326M	Соус молочный	30	0,67	1,85	2,44	29,20	0,02	0,09	9,50	0,05	18,84	15,82	2,42	0,04
	Макаронные изделия отварные	150	5,86	3,59	37,42	205,58	0,09		16,00	0,84	12,13	47,54	8,55	0,87
379М/ЖКТ	Кофейный напиток с молоком	180	3,61	2,75	12,80	86,52	0,02	0,72	9,00		112,77		,	0,12
0	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08			0,65	11,50	43,50	16,50	
0	Фрукты (Бананы)	120	1,80	0,60	25,20	115,20	0,05	12,00		0,48	9,60	33,60	50,40	0,72

Итого за	Зартпак	670	32,61	25,91	118,08	836,60	0,39	16,44	1063,90	5,48	254,57	406,28	131,37	4,50
Второй зав	1	070	32,01	23,91	110,00	030,00	0,39	10,44	1003,90	3,40	234,37	400,20	131,37	4,50
•														
369М/ЖКТ	Мусс яблочный (на манной крупе)	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за В	торой завтрак	250	4,56	3,38	38,26	204,77	0,06	4,93	26,90	0,23	159,33	130,18	23,97	1,10
Обед														
73M	Икра кабачковая	60	1,05	2,22	5,46	46,99	0,04	19,30		1,04	23,09	21,32	12,54	0,58
128/К/ЖКТ	Суп-пюре картофельный с мясными фрикадельками, 230/20	250	8,22	5,89	20,00	166,41	0,17	18,16	119,50	0,33	62,15	140,42	33,59	1,65
223M	Запеканка творожная	120	22,07	15,08	20,91	312,28	0,07	0,58	93,00	0,30	197,98	271,45	30,47	0,89
	Соус сметанный сладкий	30	0,51	1,35	12,13	62,86	0,02	0,04	8,75	0,07	8,17	7,60	1,21	0,08
350М/ЖКТ	Кисель из плодов чёрной смородины	180	0,19	0,04	16,31	63,80	0,01	36,00		0,13	9,68	12,10	5,58	0,26
0	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50	0,11			0,91	16,10	60,90	23,10	1,40
Итого за О	Обед	710	37,57	25,27	108,62	816,84	0,42	74,07	221,25	2,77	317,17	513,79	106,49	4,85
Полдник														
369М/ЖКТ	Имусс яблочный (на манной крупе)	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за П		250	4,56	3,38	38,26	204,77	0,06	4,93	26,90	0,23	159,33	130,18	23,97	1,10
Всего за С	реда-1	1880	79,29	57,94	303,21	2062,98	_		1338,95	8,71	890,40	1180,43	285,79	11,55
	пя: Четверг-1			,	Í				,		,	,	,	
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	е вещес	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		В1	C	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак														
52/М/ЖКТ	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	5,70		1,38	21,09	24,57	12,54	0,80
233M/328N	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай)	110	15,94	13,60	7,63	217,37	0,16	2,01	81,12	0,55	127,77	268,81	54,11	1,01
312/M/ЖК	Картофельное пюре	150	3,28	3,99	22,18	138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22
0	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04			0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
376М/ЖКТ	Чай с сахаром	180			7,99	31,93	0,00	0,10			4,95	8,24	4,40	0,84
	Пирог фруктовый "Школьный"	50	3,29	4,39	24,07	149,33	0,21	1,59	22,25	0,46	26,19	38,58	7,53	0,67
Итого за _3	Завтрак	575	25,33	25,28	78,96	646,48	0,59	35,34	121,67	2,88	230,89	459,42	119,94	5,04
Второй зав														
266/NA/ATCTC	dare							0.56	9,40		112,80	84,60	13,16	0,12
	Желе из молока	125	6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0,56						
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
386М Итого за В							0,04					117,50 202,10		0,13 0,25
386M	Йогурт торой завтрак	125 250	3,38 9,59	3,13 5,49	13,50 27,02	98,75 198,99	0,04	1,13 1,69	25,00		151,25 264,05	202,10	18,75 31,91	0,25
386М Итого за В	Йогурт горой завтрак Суп-пюре овощной	125 250 240	3,38 9,59 2,40	3,13 5,49 2,26	13,50 27,02 11,26	98,75 198,99 75,68	0,04 0,06 0,09	1,13 1,69 15,19	25,00 34,40 290,40	0,21	151,25 264,05 51,23	202,10	18,75 31,91 19,60	0,25
386М Итого за В Обед 130К	Йогурт горой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%)	125 250 240 10	3,38 9,59 2,40 0,27	3,13 5,49 2,26 1,00	13,50 27,02	98,75 198,99 75,68 11,90	0,04 0,06 0,09 0,00	1,13 1,69 15,19 0,05	25,00 34,40 290,40 6,50	0,03	151,25 264,05 51,23 9,00	202,10 60,35 6,20	18,75 31,91 19,60 1,00	0,25 0,62 0,01
386М Итого за В Обед 130К 320К	Йогурт горой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%) Птица запеченная (грудки кур)	125 250 240 10 90	3,38 9,59 2,40 0,27 24,99	3,13 5,49 2,26 1,00 9,95	13,50 27,02 11,26 0,39	98,75 198,99 75,68 11,90 190,66	0,04 0,06 0,09 0,00 0,11	1,13 1,69 15,19 0,05 2,38	25,00 34,40 290,40 6,50 47,60	0,03 2,12	151,25 264,05 51,23 9,00 24,02	202,10 60,35 6,20 191,98	18,75 31,91 19,60 1,00 23,05	0,25 0,62 0,01 1,61
386М Итого за В Обед 130К 320К 143М/ЖКТ	Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%) Птица запеченная (грудки кур) ГРагу из овощей	125 250 240 10 90 150	3,38 9,59 2,40 0,27 24,99 3,01	3,13 5,49 2,26 1,00 9,95 8,17	13,50 27,02 11,26 0,39 16,26	98,75 198,99 75,68 11,90 190,66 151,89	0,04 0,06 0,09 0,00 0,11 0,13	1,13 1,69 15,19 0,05 2,38 32,06	25,00 34,40 290,40 6,50	0,03 2,12 1,66	151,25 264,05 51,23 9,00 24,02 49,12	202,10 60,35 6,20 191,98 76,66	18,75 31,91 19,60 1,00 23,05 31,62	0,25 0,62 0,01 1,61 1,08
386М Итого за В Обед 130К 320К 143М/ЖКТ	Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%) Птица запеченная (грудки кур) Рагу из овощей Фрукты (Груши)	125 250 240 10 90 150	3,38 9,59 2,40 0,27 24,99 3,01 0,60	3,13 5,49 2,26 1,00 9,95 8,17 0,45	13,50 27,02 11,26 0,39 16,26 15,45	98,75 198,99 75,68 11,90 190,66 151,89 70,50	0,04 0,06 0,09 0,00 0,11 0,13 0,03	1,13 1,69 15,19 0,05 2,38 32,06 7,50	25,00 34,40 290,40 6,50 47,60 487,80	0,03 2,12 1,66 0,60	151,25 264,05 51,23 9,00 24,02 49,12 28,50	202,10 60,35 6,20 191,98 76,66 24,00	18,75 31,91 19,60 1,00 23,05 31,62 18,00	0,25 0,62 0,01 1,61 1,08 3,45
386М Итого за В Обед 130К 320К 143М/ЖКТ 0 355М/ЖКТ	Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%) Птица запеченная (грудки кур) Рагу из овощей Фрукты (Груши) Кисель из кураги	240 10 90 150 150	3,38 9,59 2,40 0,27 24,99 3,01 0,60 0,94	3,13 5,49 2,26 1,00 9,95 8,17 0,45 0,05	13,50 27,02 11,26 0,39 16,26 15,45 23,42	98,75 198,99 75,68 11,90 190,66 151,89 70,50 98,72	0,04 0,06 0,09 0,00 0,11 0,13 0,03 0,02	1,13 1,69 15,19 0,05 2,38 32,06 7,50 0,72	25,00 34,40 290,40 6,50 47,60	0,03 2,12 1,66 0,60 0,99	151,25 264,05 51,23 9,00 24,02 49,12 28,50 32,00	202,10 60,35 6,20 191,98 76,66 24,00 32,44	18,75 31,91 19,60 1,00 23,05 31,62 18,00 18,90	0,25 0,62 0,01 1,61 1,08 3,45 0,60
386М Итого за В Обед 130К 320К 143М/ЖКТ 0 355М/ЖКТ	Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%) Птица запеченная (грудки кур) ГРагу из овощей Фрукты (Груши) Кисель из кураги Хлеб пшеничный	125 250 240 10 90 150	3,38 9,59 2,40 0,27 24,99 3,01 0,60 0,94 3,95	3,13 5,49 2,26 1,00 9,95 8,17 0,45 0,05 0,50	13,50 27,02 11,26 0,39 16,26 15,45 23,42 24,15	98,75 198,99 75,68 11,90 190,66 151,89 70,50	0,04 0,06 0,09 0,00 0,11 0,13 0,03 0,02 0,08	1,13 1,69 15,19 0,05 2,38 32,06 7,50 0,72	25,00 34,40 290,40 6,50 47,60 487,80	0,03 2,12 1,66 0,60	151,25 264,05 51,23 9,00 24,02 49,12 28,50	202,10 60,35 6,20 191,98 76,66 24,00	18,75 31,91 19,60 1,00 23,05 31,62 18,00 18,90 16,50	0,25 0,62 0,01 1,61 1,08 3,45

Полдник														
	Желе из молока	125	6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0,56	9,40		112,80	84,60	13,16	0,12
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50						151.25	117,50	18,75	
Итого за П	**	250	9,59	5,49	27,02						264,05	202,10	31,91	0,15
Всего за Че		1945	80,68	58,65	223,94		1,16			9,15	964,36	1298,75	312,43	
	ия: Пятница-1	1743	60,00	30,03	223,74	1701,31	1,10	70,02	1127,71	7,13	704,50	1270,73	312,73	13,67
день/ педел														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор				Энергетичес					_	ные вещест		_
Завтрак			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_ Завтрак	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы)	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
215M	Омлет паровой	150	15,89	20,76	4,14	267,33	0,09	0,41	315,30	0,74	144,72	273,39	22,66	2,82
213W	Омлет паровои	130	13,69	20,76	4,14	207,33	0,09	0,41	313,30	0,74	144,72	273,39	22,00	2,82
	Фруктовый чай (яблоки свежие)	180		0,14	11,51	48,84	ĺ	3,61	1,80	0,07	6,21	4,70	3,64	,
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32					0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Фрукты (Груши)	120	0,48	0,36	12,36					0,48	22,80	19,20	14,40	
Итого за _3	Завтрак	550	20,09	21,72	48,48	473,17	0,21	14,22	317,10	1,88	193,12	350,09	62,30	7,57
Второй зав														
	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23			0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за В	торой завтрак	250	22,50	15,41	31,73	362,34	0,16	1,71	115,75	0,24	335,62	366,38	45,46	0,97
Обед														
128/К/ЖКТ	Суп-пюре картофельный	250	3,68	4,30	21,21	138,81	0,16	19,48	119,80	0,25	63,67	101,01	30,29	1,05
	Рыба тушеная с овощами (треска)	200	13,44	6,04	22,81	199,75	0,22	26,25	486,50	3,02	37,01	222,88	56,88	1,62
378/М/ЖК	Чай с молоком	180	1,31	1,13	13,14	68,20	0,01	0,37	4,50		58,95	48,74	10,70	0,90
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Пирог фруктовый "Школьный"	80	5,26	7,03	38,51	238,92	0,34	2,54	35,60	0,74	41,90	61,73	12,05	1,08
	Фрукты (Груши)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50		0,60	28,50	24,00	18,00	3,45
Итого за О	бед	900	27,45	19,34	130,44	810,17	0,83	56,14	646,40	5,12	239,23	493,16	141,11	8,90
Полдник														
242K	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за П	олдник	250	22,50	15,41	31,73	362,34	0,16	1,71	115,75	0,24	335,62	366,38	45,46	0,97
Всего за Пл	ятница-1	1950	92,54	71,89	242,37	2008,03	1,35	73,79	1195,00	7,48	1103,59	1576,01	294,33	18,41
День/недел	ія: Понедельник-2													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	іе вещест	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещест	гва (мг)	
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак														
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы)	40	0,28	0,04	0,76	4,40	0,01	2,80		0,04	6,80	12,00	5,60	0,20
281M	Биточек паровой (говядина б/к)	90	15,08	10,75	8,75	192,33	0,07	0,12	22,00	0,52	34,82	157,50	22,60	2,13
143М/ЖКТ	Рагу из овощей (адапт.для меню ЖКТ Краснодар, капуста min)	160	3,31	9,29	21,04	182,17	0,16	30,18	808,00	2,16	44,54	96,09	41,64	1,38
376М/ЖКТ	Чай с сахаром	180			7,99	31,93	0,00	0,10			4,95	8,24	4,40	0,84

0	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08			0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
	Фрукты (Груши)	100	0.40	0,30	10,30	47,00	0,08	5,00		0,03			12,00	2,30
Итого за З		620	23,02	20,88	72,99	575,33	0,35	38,20	830,00	3,77	,	333,33	102,74	7,85
Второй зав		020	23,02	20,00	12,77	313,33	0,55	36,20	030,00	3,17	121,01	333,33	102,74	7,03
	I Мусс яблочный (на манной крупе)	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за В [,]	Зторой завтрак	250	4,56	3,38	38,26	204,77	0,06	4,93	26,90	0,23			23,97	1,10
Обед									Í		ĺ			
75M	Икра морковная	60	1,46	5,06	7,86	84,51	0,06	10,10	900,00	2,55	22,24	42,18	26,36	0,78
130K	Суп-пюре овощной	240	2,40	2,26	11,26	75,68	0,09	15,19	290,40	0,21	51,23	60,35	19,60	0,62
	Сметана (10%)	10	0,27	1,00	0,39	11,90	0,00	0,05	6,50	0,03	9,00	6,20	1,00	0,01
211M	Омлет с сыром	150	17,92	18,89	0,74	245,60	0,08	0,16	307,98	0,73		320,90	21,01	2,71
	I Кисель из кураги	180	0,94	0,05	23,42	98,72	0,02	0,72	104,94	0,99			18,90	0,60
0	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50	0,11			0,91	16,10		23,10	1,40
Итого за О	Обед	710	28,52	27,97	77,48	680,90	0,36	26,22	1609,82	5,43	386,44	522,97	109,97	6,12
Полдник														
369М/ЖКТ	I Мусс яблочный (на манной крупе)	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за П	Іолдник	250	4,56	3,38	38,26	204,77	0,06	4,93	26,90	0,23	159,33	130,18	23,97	1,10
Всего за По	онедельник-2	1830	60,66	55,61	226,98	1665,77	0,83	74,28	2493,62	9,65	826,70	1116,66	260,65	16,17
День/недел	ля: Вторник-2													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевы	е вещест	гва (г)	Энергетичес	Витамі	ины (мг)			Минераль	ные вещест	гва (мг)	
			Б	Ж	У		D 1	0	A ()	Е	C-	P		
1			ь	Л	У		B1	C	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак			Б	Ж	У		BI	C	A (MKI')	E	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы)	40	0,28	0,04	0,76	4,40	0,01	2,80	A (MKI')	0,04				0,20
_Завтрак 227М		40							7,30	0,04	6,80	12,00		
227M 330M	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный	60	0,28 11,69 0,42	0,04 0,67 1,23	0,76 0,49 1,69	4,40	0,01 0,08 0,02	2,80 0,97 0,03		0,04	6,80 31,06	12,00 178,68	5,60	0,20
227M 330M 125M/ЖКТ	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной	60 30 150	0,28 11,69 0,42 2,98	0,04 0,67 1,23 4,21	0,76 0,49 1,69 24,03	4,40 55,02 19,64 146,24	0,01 0,08 0,02 0,18	2,80 0,97 0,03 29,40	7,30	0,04 0,23 0,05 0,20	6,80 31,06 7,40 19,58	12,00 178,68 6,60 87,51	5,60 40,99 1,04 34,03	0,20
227M 330M 125M/ЖКТ	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов	60 30 150 180	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02	2,80 0,97 0,03	7,30	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60
227M 330M 125M/ЖКТ 349M/ЖКТ	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	60 30 150 180 40	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72	7,30	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80
227M 330M 125M/ЖКТ 349M/ЖКТ	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши)	60 30 150 180 40 150	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50	7,30 8,00 20,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45
227М 330М 125М/ЖКТ 349М/ЖКТ 0 Итого за_3	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак	60 30 150 180 40	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72	7,30	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80
227M 330M 125M/ЖКТ 349M/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак	60 30 150 180 40 150 650	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42	7,30 8,00 20,00 35,30	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08
227M 330M 125M/ЖКТ 349M/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав 241K	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный	60 30 150 180 40 150 650	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42	7,30 8,00 20,00 35,30	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83
227M 330M 125M/ЖКТ 349M/ЖКТ 0 Итого за _3 Второй зав 241K 386M	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный Йогурт	60 30 150 180 40 150 650	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08 3,38	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05 12,26 3,13	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08 13,50	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58 275,28 98,75	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40 0,07 0,04	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42 0,54 1,13	7,30 8,00 20,00 35,30 79,00 25,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76 28,68 18,75	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83 0,13
227M 330M 125M/ЖКТ 349M/ЖКТ 0 Итого за _3 Второй зав 241K 386M	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный	60 30 150 180 40 150 650	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42	7,30 8,00 20,00 35,30	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83
227М 330М 125М/ЖКТ 349М/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав 241К 386М Итого за В	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный Йогурт торой завтрак	60 30 150 180 40 150 650 125 125	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08 3,38 24,46	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05 12,26 3,13 15,38	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08 13,50 32,58	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58 275,28 98,75 374,03	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40 0,07 0,04 0,11	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42 0,54 1,13 1,66	7,30 8,00 20,00 35,30 79,00 25,00 104,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63 0,29	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25 332,35	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50 374,32	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76 28,68 18,75 47,43	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83 0,13 0,95
227М 330М 125М/ЖКТ 349М/ЖКТ 0 Итого за_3 Второй зав 241К 386М Итого за В	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный Йогурт торой завтрак Суп-лапша домашняя	60 30 150 180 40 150 650	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08 3,38	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05 12,26 3,13	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08 13,50 32,58	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58 275,28 98,75	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40 0,07 0,04	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42 0,54 1,13	7,30 8,00 20,00 35,30 79,00 25,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63 0,29	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25 332,35	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50 374,32	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76 28,68 18,75	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83 0,13
227М 330М 125М/ЖКТ 349М/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав 241К 386М Итого за В	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный Йогурт торой завтрак Суп-лапша домашняя Суфле из отварного мяса (говядина б/к)	60 30 150 180 40 150 650 125 125	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08 3,38 24,46	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05 12,26 3,13 15,38	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08 13,50 32,58 13,93	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58 275,28 98,75 374,03	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40 0,07 0,04 0,11	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42 0,54 1,13 1,66	7,30 8,00 20,00 35,30 79,00 25,00 104,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63 0,29 0,29 2,53	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25 332,35	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50 374,32 31,96	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76 28,68 18,75 47,43	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83 0,13 0,95
227М 330М 125М/ЖКТ 349М/ЖКТ 0 Итого за _3 Второй зав 241К 386М Итого за В Обед 113М	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный Йогурт второй завтрак Суп-лапша домашняя Суфле из отварного мяса	60 30 150 180 40 150 650 125 250	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08 3,38 24,46 2,80	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05 12,26 3,13 15,38 5,83	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08 13,50 32,58 13,93 8,08	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58 275,28 98,75 374,03 119,36	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40 0,07 0,04 0,11 0,16	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42 0,54 1,13 1,66	7,30 8,00 20,00 35,30 79,00 25,00 104,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63 0,29 0,29 2,53 2,74	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25 332,35 11,06 45,68	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50 374,32 31,96 193,61	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76 28,68 18,75 47,43 5,10	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83 0,13 0,95
227М 330М 125М/ЖКТ 349М/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав 241К 386М Итого за В Обед 113М 270/К	(без кожицы) Рыба припущенная (минтай филе) Соус сметанный Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Фрукты (Груши) Завтрак втрак Пудинг творожный Йогурт второй завтрак Суп-лапша домашняя Суфле из отварного мяса (говядина б/к) Каша рисовая вязкая на воде с	60 30 150 180 40 150 650 125 250 90	0,28 11,69 0,42 2,98 0,70 3,16 0,60 19,84 21,08 3,38 24,46 2,80 17,95	0,04 0,67 1,23 4,21 0,05 0,40 0,45 7,05 12,26 3,13 15,38 5,83 14,56	0,76 0,49 1,69 24,03 17,11 19,32 15,45 78,84 19,08 13,50 32,58 13,93 8,08	4,40 55,02 19,64 146,24 72,78 94,00 70,50 462,58 275,28 98,75 374,03 119,36 235,02	0,01 0,08 0,02 0,18 0,02 0,06 0,03 0,40 0,07 0,04 0,11 0,16	2,80 0,97 0,03 29,40 0,72 7,50 41,42 0,54 1,13 1,66	7,30 8,00 20,00 35,30 79,00 25,00 104,00 47,00 20,00	0,04 0,23 0,05 0,20 0,99 0,52 0,60 2,63 0,29 0,29 2,53 2,74	6,80 31,06 7,40 19,58 28,80 9,20 28,50 131,34 181,10 151,25 332,35 11,06 45,68 4,85	12,00 178,68 6,60 87,51 26,28 34,80 24,00 369,87 256,82 117,50 374,32 31,96 193,61 49,72	5,60 40,99 1,04 34,03 18,90 13,20 18,00 131,76 28,68 18,75 47,43 5,10 22,18	0,20 0,63 0,04 1,36 0,60 0,80 3,45 7,08 0,83 0,13 0,95 0,44 2,51

0	Фрукты (Бананы)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,04	10,00		0,40	8,00	28,00	42,00	0,60
Итого за О		840	30,75	25,59	117,67	827,26		/	79,50			390,47		
Полдник		0.0	50,70	20,00	117,07	027,20	0,.,	11,01	77,00	7,70	111,10	270,.7	127,00	0,00
241K	Пудинг творожный	125	21,08	12,26	19,08	275,28	0,07	0,54	79,00	0,29	181,10	256,82	28,68	0,83
386M	Йогурт	125	3,38		13,50	98,75				0,2>	151,25	117,50		
Итого за П		250	24,46		32,58	374,03				0,29		374,32		
Всего за Вт		1990	99,50		261,67	2037,89		56,58	322,80		910,52	1508,98		
	ля: Среда-2	1,,,0	,,,,,,,	05,10	201,07	2007,09	1,11	00,00	522,00	10,57	710,02	1000,70	300,57	1 1,00
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	іе вещест	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													Ŭ	
69К/ЖКТ	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,18	5,61	3,31	73,40	0,03	2,45	973,80	1,98	73,62	65,02	20,98	0,40
278	Тефтели из говядины	60	8,94	6,89	8,30	131,17	0,08	2,00		1,68	15,86	94,25	14,66	1,42
	Соус сметанный	50	0,78		3,30	28,83			8,45	0,10		12,25		
	Каша вязкая гречневая на воде	155	4,77	4,86	21,48				20,00	0,35		113,48	,	
	Фруктовый чай (яблоки свежие)	180			11,51	48,84			1,80		6,21	4,70		
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Печенье	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,02		2,50	,,,,,	7,25	22,50		
Итого за 3		570	21,86	21,71	85,83	629,04	0,40			4,70		347,00	,	
Второй зав	•				00,00	,	,,,,	-,		-,,,				-,
	Желе из молока	125	6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0,56	9,40		112,80	84,60	13,16	0,12
386M	Йогурт	125	3,38		13,50	98,75	0,04				151,25	117,50		
	торой завтрак	250	9,59	5,49	27,02	198,99	-				264,05	202,10		0,25
Обед	Торон завтрак	200	,,,,,	2,.,	27,02	1,0,,,,	0,00	1,0>	21,10		20.,00	202,10	51,51	0,20
	Икра свекольная	60	1,55	4,06	8,71	78,66	0,04	12,35		1,98	26,74	36,76	19,16	1,10
	Суп с макаронными изделиями	250	2,47	5,29	15,61	120,16				2,56		29,36		0,49
234M	Биточек рыбный паровой	80	10,48	0,57	12,16	95,87	0,09			0,81	22,63	134,15		
330M	Соус сметанный	30	0,42	1,23	1,69	19,64				0,05		6,60		
	Картофель отварной	150	2,98	4,21	24,03	146,24				0,20		87,51	34,03	
	Компот из сухофруктов	180	0,70		23,10	96,72	0,02		,	0,99		26,28		
	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50		-,		0,91	16,10			
Итого за О		820	24,14	16,11	119,10	721,78		44,53	233,30	7,50		381,56		
Полдник				,	,	,,,,	,	,		.,			,	-,,,,
	Желе из молока	125	6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0,56	9,40		112,80	84,60	13,16	0,12
386M	Йогурт	125	3,38		13,50	98,75					151,25	117,50		
Итого за П		250	9,59		27,02	198,99					264,05	202,10		0,25
Всего за Ср		1890	65,17	48,81	258,97	1748,80		56,03	1308,65	12,20		1132,76		
	ия: Четверг-2			,		2, 10,00	-,,,,	,		,	,	,,,,	,	,
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	іе вещест	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак														
	Пудинг из творога	160	25,15	16,55	39,69	414,15	0,11	0,63	102,50	0,50	226,47	323,01	41,35	1,53
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,20					46,05	32,85		
	Хлеб пшеничный	40	3,16			94,00			- ,- •	0,52				
382М/ЖКТ	Какао с молоком	180				100,06			9,12					
			, .	, , ,		, , , , ,					,	, , ,	, , .	

	Фрукты (Бананы)	180	2,70	0,90	37,80	172,80	0,07	18,00		0,72	14,40	50,40	75,60	1,08
Итого за	, , ,	575	35,68	21,98	119,84	830,21	0,07	19,32	117,92	1,75	409,24	548,26	164,85	4,44
Второй зав	1	373	33,06	21,90	117,04	630,21	0,28	19,32	117,92	1,73	403,24	340,20	104,63	4,44
242К	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,12	1,13	25,00	0,24	151,25	117,50	18,75	0,83
	31	250	22,50	15,41	31,73	362,34	0,04	1,13	115,75	0,24	335,62	366,38	45,46	0,13
Обед	торой завтрак І	230	22,30	13,41	31,/3	302,34	0,16	1,/1	113,/3	0,24	333,62	300,38	43,40	0,97
, ,	C	250	4.10	(22	17.21	120.7/	0.04	1.76	200.10	1.04	0.22	(2.10	17.67	0.56
	Суп с крупой рисовой	250	4,10	6,32	16,31	138,76	0,04	1,76	209,10	1,94	9,22	62,18	17,67	0,56
	Биточек паровой (говядина)	60	8,98	9,12	4,83	137,26	0,04	0.02	12,00	0,31	10,06	92,57	13,20	1,42
330M	Соус сметанный	30	0,42	1,23	1,69	19,64	0,02	0,03	8,00	0,05	7,40	6,60	1,04	0,04
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	155	4,17	4,08	25,75	156,35	0,11		20,00	0,69	17,32	105,23	22,57	1,78
350М/ЖКТ	Кисель из плодов чёрной сморолины	180	0,19	0,04	16,31	63,80	_	36,00		0,13	9,68	12,10	5,58	0,26
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого за О	бед	715	21,02	21,18	84,21	609,81	0,28	37,79	249,10	3,64	62,88	313,48	73,26	4,86
Полдник														
242K	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
Итого за П	олдник	250	22,50	15,41	31,73	362,34	0,16	1,71	115,75	0,24	335,62	366,38	45,46	0,97
Всего за Че	етверг-2	1790	101,69	73,98	267,51	2164,70	0,88	60,54	598,52	5,87	1143,36	1594,50	329,02	11,24
День/недел	ія: Пятница-2													
No norr	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пишевы	е вещест	тва (г)	Энергетичес	Витамі	ины (мг)			Минералы	ные вещест	тва (мг)	
№ рец.	паименование днеи педели, олюд		1-		. ,	-					-			
л рец.	паниенование днен недели, отнод				У	-	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
ло рец.	типленование дней недели, олюд								А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
	Подгарнировка из огурцов свежих	40				4,40	B1			E 0,04	Ca 6,80	P 12,00	Mg 5,60	Fe 0,20
_Завтрак	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы)	40	Б 0,28	0,04	y 0,76	4,40	B1 0,01	C 2,80		0,04	6,80	12,00	5,60	0,20
_Завтрак	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур	40	Б 0,28 9,95	Ж 0,04 10,99	y 0,76 4,83	4,40 158,27	0,01 0,06	C 2,80 0,98	34,30	0,04	6,80 9,16	12,00 87,16	5,60 12,61	0,20
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный	40 65 50	Б 0,28 9,95 1,07	0,04 10,99 2,84	y 0,76 4,83 3,84	4,40 158,27 45,34	0,01 0,06 0,03	C 2,80	34,30 14,50	0,04 1,60 0,08	6,80 9,16 31,26	12,00 87,16 25,98	5,60 12,61 3,98	0,20 0,98 0,07
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные	40 65 50 150	Б 0,28 9,95 1,07 5,86	0,04 10,99 2,84 3,59	y 0,76 4,83 3,84 37,42	4,40 158,27 45,34 205,58	0,01 0,06 0,03 0,09	2,80 0,98 0,15	34,30 14,50 16,00	0,04	6,80 9,16 31,26 12,13	12,00 87,16 25,98 47,54	5,60 12,61 3,98 8,55	0,20 0,98 0,07 0,87
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком	40 65 50 150	9,95 1,07 5,86 3,61	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75	y 0,76 4,83 3,84 37,42 12,80	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02	2,80 0,98 0,15	34,30 14,50	0,04 1,60 0,08 0,84	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы)	40 65 50 150 180	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50	y 0,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04	2,80 0,98 0,15	34,30 14,50 16,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный	40 65 50 150 180 100 40	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40	y 0,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00	34,30 14,50 16,00 9,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный	40 65 50 150 180	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50	y 0,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04	2,80 0,98 0,15	34,30 14,50 16,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60
	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак	40 65 50 150 180 100 40 625	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10	9,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32 99,97	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00	34,30 14,50 16,00 9,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52 3,47	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за Второй зав 362/М/ЖК	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина)	40 65 50 150 180 100 40 625	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10	9,74 0,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32 99,97	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за Второй зав 362/М/ЖК 386М	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт	40 65 50 150 180 100 40 625	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,64 3,38	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13	9,74 13,50	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75	B1 0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52 3,47	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за Второй зав 362/М/ЖК 386М Итого за В	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина)	40 65 50 150 180 100 40 625	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10	9,74 0,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32 99,97	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11	B1 0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52 3,47	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за Второй зав 362/М/ЖК 386М Итого за В	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,64 3,38 7,01	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17	9,74 13,50 23,24	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66	B1 0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,04	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52 3,47 0,11	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за Второй зав 362/М/ЖК 386М Итого за В	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный	40 65 50 150 180 100 40 625	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,64 3,38	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13	9,74 13,50	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75	B1 0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52 3,47	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за Второй зав 362/М/ЖК 386М Итого за В	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный Суфле из отварного мяса (говядина б/к)	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250 90	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,64 3,38 7,01 3,68	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17 4,30	9,74 13,50 21,21 8,08	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66 138,81 235,02	B1 0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,04 0,14	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13 19,48 0,12	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00 47,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,52 3,47 0,11 0,11 0,25 2,74	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65 63,67 45,68	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45 101,01 193,61	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40 30,29 22,18	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34 1,05 2,51
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав 362/М/ЖК 386М Итого за В Обед 128/К/ЖКТ	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак Трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный Суфле из отварного мяса (говядина б/к) Каша вязкая гречневая на воде	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250 250	0,28 9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,64 3,38 7,01 3,68 17,95 4,61	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17 4,30 14,56 4,82	9,74 13,50 23,24 21,21 8,08 20,79	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66 138,81 235,02 144,85	B1 0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,16 0,14 0,16	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13 19,48 0,12	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00 47,00 20,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,52 3,47 0,11 0,25 2,74 0,34	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65 63,67 45,68 9,55	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45 101,01 193,61 109,90	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40 30,29 22,18 72,67	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34 1,05 2,51 2,45
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за З Второй зав 362/М/ЖКТ 386М Итого за В Обед 128/К/ЖКТ 270/К	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак Трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный Суфле из отварного мяса (говядина б/к) Каша вязкая гречневая на воде Кисель из яблок	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250 250 90	9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,64 3,38 7,01 3,68 17,95 4,61 0,12	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17 4,30 14,56 4,82 0,11	9,74 13,50 23,24 21,71 8,08 20,79 17,10	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66 138,81 235,02 144,85 70,51	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,04 0,16 0,16	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13 19,48 0,12	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00 47,00 20,00	0,04 1,60 0,08 0,84 0,52 3,47 0,11 0,25 2,74 0,34 0,05	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65 63,67 45,68 9,55 7,12	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45 101,01 193,61 109,90 8,36	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40 30,29 22,18 72,67 2,43	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34 1,05 2,51 2,45 0,62
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за З Второй зав 362/М/ЖКТ 386М Итого за В Обед 128/К/ЖКТ 270/К	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный Суфле из отварного мяса (говядина б/к) Каша вязкая гречневая на воде Кисель из яблок Хлеб пшеничный	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250 250 90 150 180 70	0,28 9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,38 7,01 3,68 17,95 4,61 0,12 5,53	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17 4,30 14,56 4,82 0,11 0,70	9,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32 99,97 13,50 23,24 21,21 8,08 20,79 17,10 33,81	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66 138,81 235,02 144,85 70,51 164,50	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,16 0,16 0,01 0,01	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13 19,48 0,12	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00 47,00 20,00 1,35	0,04 1,60 0,08 0,84 0,52 3,47 0,11 0,25 2,74 0,34	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65 63,67 45,68 9,55 7,12 16,10	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45 101,01 193,61 109,90 8,36 60,90	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40 30,29 22,18 72,67 2,43 23,10	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34 1,05 2,51 2,45 0,62 1,40
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за 3 Второй зав 362/М/ЖК 386М Итого за В Обед 128/К/ЖКТ 270/К	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный Суфле из отварного мяса (говядина б/к) Каша вязкая гречневая на воде Кисель из яблок Хлеб пшеничный	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250 250 90 150 180 70	3,64 3,68 7,01 3,68 17,95 4,61 0,12 5,53 1,37	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17 4,30 14,56 4,82 0,11 0,70 10,71	9,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32 99,97 9,74 13,50 23,24 21,21 8,08 20,79 17,10 33,81 21,88	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66 138,81 235,02 144,85 70,51 164,50 189,70	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,16 0,16 0,11 0,02	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13 19,48 0,12	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00 47,00 20,00 1,35	0,04 1,60 0,08 0,84 0,40 0,52 3,47 0,11 0,25 2,74 0,34 0,05 0,91	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65 63,67 45,68 9,55 7,12 16,10 2,80	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45 101,01 193,61 109,90 8,36 60,90 14,70	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40 30,29 22,18 72,67 2,43 23,10 2,10	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34 1,05 2,51 2,45 0,62 1,40 0,21
3автрак 297/М/ЖК 326М 309М/ЖКТ 379М/ЖКТ 0 Итого за З Второй зав 362/М/ЖКТ 386М Итого за В Обед 128/К/ЖКТ 270/К	Подгарнировка из огурцов свежих (без кожицы) Фрикадельки из кур Соус молочный Макаронные изделия отварные Кофейный напиток с молоком Фрукты (Бананы) Хлеб пшеничный Завтрак трак Желе из ягод (черн.смородина) Йогурт торой завтрак Суп-пюре картофельный Суфле из отварного мяса (говядина б/к) Каша вязкая гречневая на воде Кисель из яблок Хлеб пшеничный	40 65 50 150 180 100 40 625 125 250 250 90 150 180 70	0,28 9,95 1,07 5,86 3,61 1,50 3,16 25,44 3,38 7,01 3,68 17,95 4,61 0,12 5,53	0,04 10,99 2,84 3,59 2,75 0,50 0,40 21,10 0,05 3,13 3,17 4,30 14,56 4,82 0,11 0,70	9,76 4,83 3,84 37,42 12,80 21,00 19,32 99,97 13,50 23,24 21,21 8,08 20,79 17,10 33,81	4,40 158,27 45,34 205,58 86,52 96,00 94,00 690,11 53,91 98,75 152,66 138,81 235,02 144,85 70,51 164,50	0,01 0,06 0,03 0,09 0,02 0,04 0,06 0,32 0,01 0,04 0,16 0,16 0,11 0,02	2,80 0,98 0,15 0,72 10,00 14,65 30,00 1,13 31,13 19,48 0,12	34,30 14,50 16,00 9,00 73,80 25,00 25,00 47,00 20,00 1,35	0,04 1,60 0,08 0,84 0,52 3,47 0,11 0,25 2,74 0,34 0,05	6,80 9,16 31,26 12,13 112,77 8,00 9,20 189,32 5,40 151,25 156,65 63,67 45,68 9,55 7,12 16,10	12,00 87,16 25,98 47,54 81,00 28,00 34,80 316,48 4,95 117,50 122,45 101,01 193,61 109,90 8,36 60,90	5,60 12,61 3,98 8,55 12,60 42,00 13,20 98,54 4,65 18,75 23,40 30,29 22,18 72,67 2,43 23,10	0,20 0,98 0,07 0,87 0,12 0,60 0,80 3,64 0,22 0,13 0,34 1,05 2,51 2,45 0,62 1,40

362/М/ЖК	Желе из ягод (черн.смородина)	125	3,64	0,05	9,74	53,91	0,01	30,00		0,11	5,40	4,95	4,65	0,2
386M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,1
Итого за П	олдник	250	7,01	3,17	23,24	152,66	0,04	31,13	25,00	0,11	156,65	122,45	23,40	0,3
Всего за П	ятница-2	1900	72,71	62,64	269,30	1938,82	1,00	99,20	314,05	7,97	647,53	1049,85	298,10	12,5
Итого		18970	817,82	606,98	2553,48	19108,35	10,58	760,70	9395,22	89,88	9055,69	13192,11	3122,73	145,5

	дней:	10											
-	Macca		ые веще	ества (г)	Энергетиче		Витам	ины (мг)		Мине	ральные в	ешества	(мг)
	порции	Б	Ж	У	ская	B1	С	А (мкг)	E	Ca	Р	Mg	Fe
Итого за завтраки	5935	252,58	202,56	861,98	6313,55	3,62	240,25	3663,06	31,86	2143,74	3975,51	1159,45	57,71
Среднее значение за завтраки	594	25,26	20,26	86,20	631,35	0,36	24,03	366,31	3,19	214,37	397,55	115,95	5,77
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		16%	13%	55%									
ыполнение СанПиН, % от суточной нормы		33%	26%	26%	27%	30%	40%	52%	32%	19%	36%	46%	48%
Итого за второй завтрак	2500	131,09	86,11	319,31	2622,94	0,94	63,78	629,60	1,81	2512,27	2390,62	348,06	9,61
Среднее значение за завтраки	250	13,11	8,61	31,93	262,29	0,09	6,38	62,96	0,18	251,23	239,06	34,81	0,96
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		20%	13%	49%									
ыполнение СанПиН, % от суточной нормы		17%	11%	10%	11%	8%	11%	9%	2%	23%	22%	14%	8%
Итого за обеды	8035	303,07	232,20	1052,89	7548,92	5,08	392,90	4472,96	54,40	1887,40	4435,35	1267,15	68,66
Среднее значение за обеды	804	30,31	23,22	105,29	754,89	0,51	39,29	447,30	5,44	188,74	443,53	126,72	6,87
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		16%	12%	56%									
ыполнение СанПиН, % от суточной нормы		39%	29%	31%	32%	42%	65%	64%	54%	17%	40%	51%	57%
Итого за полдники	2500	131,09	86,11	319,31	2622,94	0,94	63,78	629,60	1,81	2512,27	2390,62	348,06	9,61
Среднее значение за полдники	250	13,11	8,61	31,93	262,29	0,09	6,38	62,96	0,18	251,23	239,06	34,81	0,96
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		20%	13%	49%									
ыполнение СанПиН, % от суточной нормы		17%	11%	10%	11%	8%	11%	9%	2%	23%	22%	14%	8%
Итого за весь период		817,82	606,98	2553,48	19108,35	10,58	760,70	9395,22	89,88	9055,69	13192,11	3122,73	145,59
Среднее значение		81,78	60,70	255,35	1910,83	1,06	76,07	939,52	8,99	905,57	1319,21	312,27	14,56
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		17%	13%	53%									
100 % Норма СанПиН		77	79	335	2350	1,2	60	700	10	1100	1100	250	12