

с 12 лет и старше - питательная категория

Лист 1

Начислен 1

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порции, г	Питательная ценность										Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	
			белки, г			жиры, г			углеводы, г																		
Завтрак																											
707/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЕВЫЕ	25	0,18	0,03	0,48	2,75	1,22	0,01	1,00	0,07	54,91	0,18	4,25	10,50	3,50	0,13	35,25	0,75	0,08	4,25							
226/2016	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180	10,01	7,39	44,04	283,63	0,09	0,13	0,07	226,90	0,00	40,87	107,43	38,74	2,51	408,62	34,38	2,82	30,28	0,00							
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,02	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	38,70	0,00	0,04	14,45	0,04	14,45							
19/2016	ХЛЕБ РЖАЧОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	0,00	0,00	0,00	0,57	4,80	0,57							
423/2016	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 186/104	200	0,04	0,00	10,10	41,26	1,67	0,00	0,01	0,43	0,00	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40	0,00						
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	0,03	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	208,82	1,76	0,38	77,44	0,00						
Итого завтрак:		555	14,18	8,25	84,68	474,30	13,45	0,27	1,14	62,67	0,18	186,80	222,74	55,34	6,04	506,73	148,09	1,51	171,91								
Обед																											
707/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЕВЫЕ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,02	0,02	5,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	141,00	0,00	0,00	0,00							
132/2016	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРХОМ	250	5,89	5,55	19,36	151,28	11,56	0,22	0,08	0,08	226,90	0,00	40,87	107,43	38,74	2,51	408,62	34,38	2,82	30,28	0,00						
327/2022	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	240	7,31	10,52	17,30	195,43	91,69	0,10	0,13	0,13	245,85	0,00	108,21	113,71	44,26	1,83	732,49	68,46	0,92	40,20	0,00						
11/12/2010	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,64	0,00	41,67	169,25	26,00	0,02	0,02	0,02	10,00	0,00	18,45	18,00	12,00	0,85	184,45	0,00	0,00	0,00	0,00						
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38	0,00						
19/2016	ХЛЕБ РЖАЧОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,02	0,00	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40	0,00						
Итого обед:		830	17,47	16,57	96,56	610,76	134,25	0,44	0,29	0,29	487,75	0,00	210,73	318,74	126,99	7,06	1631,15	103,48	4,83	75,66							
1027/2022	БУЛЬОН С ПОДЛИКОМ	100	5,49	3,49	51,01	254,47	0,40	0,15	0,07	0,07	4,55	0,01	36,65	61,14	12,14	0,86	124,99	14,41	3,09	13,58							
484/2016	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00							
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	0,03	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	208,82	1,76	0,38	77,44	0,00						
Итого полдник:		400	6,84	4,02	79,834	387,83	14,8716	0,196509	0,116359	0,116359	9,377	0,008415	70,0957	91,4887	31,6208	6,324	633,8088	18,17885	3,37079	91,021565							
Всего:		1785,00	38,50	28,86	261,07	1472,88	162,57	0,91	1,54	559,79	0,18	467,63	632,95	213,95	19,42	2770,69	209,75	9,72	338,59								
Днем. 2																											
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порции, г	Питательная ценность										Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	Зерновая группа	Зерновая группа	Зерновая группа	Зерновая группа	Зерновая группа	Зерновая группа	Зерновая группа															Зерновая группа
363/2022	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С ЯБЛОКОМ	250	4,79	6,47	33,55	213,26	4,08	0,08	1,17	48,39	0,10	130,61	143,12	29,18	1,01	285,19	40,66	5,98	39,11								
18/2016	МАКАРОНЫ СЛИВОЧНЫЕ 72,5% Ж	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,00	0,001	0,01	45,00	0,13	2,40	3,00	0,05	0,02	3,00	0,00	0,10	0,28								
19/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,76	51,60	0,00	0,00	0,76								
11/17/2010	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,66	45,15	0,00	0,00	0,66								
12/20/2010	КОМПОТ ФРУКТОВЫЙ (ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА) 1 лит	200	0,68	0,28	12,65	68,77	200,00	0,01	0,06	0,06	165,40	0,00	12,09	3,40	3,40	0,61	10,09	0,00	0,00	0,66							
Итого завтрак:		550	12,38	16,07	94,39	586,48	204,08	0,26	1,28	258,44	0,23	166,70	226,02	60,38	3,37	411,53	40,66	6,08	40,81								
Обед																											
373/8/2016/70	НАЧЕКА ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ / СОЕВЫЕ	105	1,09	0,14	3,71	21,35	82,25	0,06	1,45	105,70	0,00	15,75	29,40	14,35	0,81	207,90	2,80	0,11	15,40								
12/2016	РАССОЛЫВКИ ЛЕНИВЫХ РАКОВ	250	2,48	4,01	17,20	115,63	16,78	0,09	0,07	211,08	0,01	25,54	76,64	26,64	0,99	493,25	25,08	2,15	33,83								
571/2022	МЯСО ШПИДЫ ПО-ЦАРСКИ	240	19,89	17,12	17,14	303,23	20,32	0,16	0,19	73,66	0,32	127,91	240,63	80,52	2,21	767,13	91,57	16,93	116,57								
451/2016	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,12	0,12	22,90	93,90	3,00	0,01	0,01	1,50	0,00	5,40	3,30	2,70	0,72	84,00	0,60	0,09	2,40								
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38								
19/2016	ХЛЕБ РЖАЧОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,02	0,00	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40	0,00						
Итого обед:		835	26,42	21,79	77,47	615,91	122,35	0,40	1,75	391,94	0,33	185,80	405,57	142,21	6,01	1626,87	120,69	26,37	173,38								
Полдник																											
54-267-11/1	ОМЛЕТ С ГОРХОМ И ЗЕЛЕНАЯ	100	6,53	7,14	3,20	102,33	5,35	0,08	0,11	61,01	0,12	66,66	63,63	12,66	1,04	116,89	11,80	1,17	8,73								
13/2016	МАКАРОНЫ СЛИВОЧНЫЕ 72,5% Ж	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,00	0,001	0,01	45,00	0,13	2,40	3,00	0,05	0,02	3,00	0,00	0,10	0,28								
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38								
19/2016	ХЛЕБ РЖАЧОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38								
423/2016	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 186/104	200	0,04	0,00	10,10	41,26	1,67	0,00	0,01	0,43	0,00	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40	0,00						
Итого полдник:		350	9,49	14,79	29,95	291,49	7,02	0,16	0,16	106,44	0,25	85,63	128,88	34,27	2,97	218,67	12,44	2,29	84,59								
Всего:		1735	48,29	52,66	201,81	1493,88	333,45	0,81	3,19	756,82	0,81	438,12	760,47	236,86	12,55	2257,07	173,79	28,84	298,78								

№, рецептура		Наименование блюда																	
		Масса порции, г	Плотная консистенция			Запаренное количество, г													
			белки, г	жиры, г	углевода, г	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	
707/2011		ОБЩИЙ СВЕЖИЙ / СОУПНИК																	
29936/2016		25	0,18	0,03	0,48	2,75	1,22	0,010	1,00	2,50	0,00	4,25	10,50	3,50	0,13	35,25	0,75	0,08	4,25
354/2016		90	10,4	14,25	10,6	212,27	2,20	0,069	0,10	36,68	0,01	19,35	104,30	19,57	1,18	196,50	3,68	1,32	33,77
18/2016		150	3,25	4,34	22,05	140,69	25,95	0,14	0,13	29,05	1,07	76,43	97,13	33,01	1,23	667,50	68,44	0,84	43,12
19/2016		45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,00	0,09	0,02	0,00	10,35	37,80	14,85	0,85	58,05	0,00	0,00	0,84	43,12
420/2016		40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,20	77,60	22,80	1,80	97,60	1,28	2,20	9,60
Итого запарен:		550	0,036	0,004	9,98	570,96	0,07	0,00	0,01	0,43	0,00	3,77	6,65	3,08	24,18	0,00	0,02	0,02	70,40
Итого общ:		550	19,93	19,46	78,61	570,96	29,44	0,29	1,29	68,65	1,08	127,35	333,98	96,81	5,79	1079,48	74,16	4,46	161,98
8,9/2011		ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ																	
108/2017		100	1,95	8,41	11,55	129,72	14,59	0,04	0,05	35,43	0,00	36,34	51,45	25,08	1,48	351,79	6,93	1,23	21,02
568/2022		250	4,63	5,67	24,40	167,71	11,70	0,11	0,10	230,01	0,16	40,05	83,97	22,98	1,03	377,51	40,96	3,49	34,35
341/2016		100	20,42	20,27	0,05	264,71	2,18	0,08	0,08	11,42	0,00	20,26	188,06	21,06	1,45	320,11	46,68	24,86	141,96
423/2016		180	7,60	5,90	34,33	220,49	0,00	0,18	0,08	3,30	0,01	15,06	130,15	120,13	4,04	165,50	20,64	2,48	10,02
18/2016		200	0,04	0,00	10,10	41,26	1,67	0,00	0,01	0,43	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40
19/2016		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
403/2016		20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	48,80	0,64	1,10	4,80
Итого общ:		100	0,35	0,55	6,62	41,36	10,47	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	268,82	1,76	0,28	77,44
Итого общ:		970	37,83	41,00	165,58	947,05	40,61	0,52	0,58	285,42	0,17	147,72	532,20	222,29	12,47	1582,50	117,61	33,46	360,36
366/2022		КАПУА ПШЕНИЧНЫЙ С КУРАТОЙ																	
16/2016		150	2,87	3,02	17,18	107,89	0,40	0,09	0,04	59,43	0,04	29,57	64,46	25,27	0,80	181,62	31,79	0,87	11,00
18/2016		10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	0,01	0,03	28,80	0,10	88,00	50,00	3,50	0,10	8,80	0,00	0,00	0,00
18/2016		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
418/2016		200	4,84	3,70	15,60	117,02	1,50	0,07	0,16	22,00	6,03	144,94	136,40	33,52	0,50	341,74	9,00	7,13	20,00
Итого полус:		380	11,55	9,83	42,62	398,31	1,77	0,21	0,24	110,23	6,17	267,11	267,66	68,99	1,78	557,96	40,79	8,00	31,38
Итого общ:		1900,00	69,31	70,30	226,81	1826,31	71,82	1,12	1,99	464,30	7,43	522,18	1133,84	387,99	20,84	3219,94	232,56	45,91	553,72
Лист 4																			
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотная консистенция			Запаренное количество, г	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг
			белки, г	жиры, г	углевода, г														
188/2017	ЗАПЕКАКА РЫБНАЯ С ТВОРОГОМ	120	3,06	4,26	15,66	113,40	0,05	0,06	0,11	28,86	0,14	22,20	113,76	12,00	0,30	75,24	3,67	13,72	27,93
327/2017	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	0,97	2,25	6,63	50,75	0,16	0,01	0,04	15,63	0,04	31,35	25,11	4,40	0,08	40,04	2,28	0,66	5,56
403/2016	ФРУКТА СВЕЖИЕ	100	0,35	0,55	6,62	41,36	10,47	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	268,82	1,76	0,28	77,44
423/2016	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 186/104	200	0,04	0,00	10,10	41,26	1,67	0,00	0,01	0,43	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40
19/2016	ХУБЕР РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,20	77,60	22,80	1,80	97,60	1,28	2,20	9,60
18/2016	ХУБЕР ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,32	0,32	19,68	94,00	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,76	51,60	0,00	0,00	0,76
Итого запарен:		550	10,10	7,67	74,65	410,37	12,35	0,27	0,24	49,75	0,18	100,76	223,05	67,44	6,13	557,48	9,00	16,88	191,69
188/2022		ЛЕЧО ОБЩИЙ КАПУШЕННЫЙ СО СМЕТАНОЙ																	
131/2010		100	2,00	4,13	9,97	85,60	177,08	0,10	0,11	54,480	0,00	25,23	39,03	19,60	0,94	286,62	68,65	6,61	20,49
599/2022		250	2,33	4,75	16,30	117,64	16,99	0,07	0,08	233,51	0,07	44,06	70,65	30,49	1,52	483,08	45,22	6,74	35,77
629/2022		100	20,29	3,78	5,02	135,48	1,64	0,08	0,11	27,55	0,04	48,22	171,59	74,89	1,27	295,68	27,73	11,13	64,12
484/2016		180	7,00	7,34	44,53	272,43	0,00	0,13	0,04	40,50	0,12	27,38	60,21	10,92	1,13	80,51	144,95	0,09	14,74
18/2016		200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00
19/2016		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
Итого общ:		870	35,47	20,60	112,54	784,95	199,70	0,48	0,37	846,36	0,22	170,08	411,08	161,89	8,93	1460,48	289,18	21,67	189,82
188/2017		ЗАПЕКАКА РЫБНАЯ С ТВОРОГОМ																	
327/2017		120	3,06	4,26	15,66	113,40	0,05	0,06	0,11	28,86	0,14	22,20	113,76	12,00	0,30	75,24	3,67	13,72	27,93
403/2016		50	0,97	2,25	6,63	50,75	0,16	0,01	0,04	15,63	0,04	31,35	25,11	4,40	0,08	40,04	2,28	0,66	5,56
Итого полус:		180	5,22	4,50	7,20	95,40	0,36	0,05	0,31	39,60	0,09	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	3,40	36,00
Всего:		1770,00	54,81	39,28	216,09	1454,87	216,61	0,88	1,06	980,19	0,67	540,39	994,00	270,93	15,62	2396,04	320,34	56,53	451,00

Доп. 5

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг
			белок, г	жир, г	углеводы, г	натрий, г														
Злаковые																				
19/2016	КАША ИЗ ОБСЯННЫХ ЗЛАКОВ "ТЕРКУШЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИРНАЯ	250	8,73	10,90	37,76	285,05	1,63	0,20	0,23	0,23	50,00	0,10	170,85	240,84	67,36	1,54	311,34	43,56	2,55	42,47
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	38,70	0,00	0,00	0,27
418/2016	КОШЕВНИК НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,844	3,7	15,596	117,02	1,30	0,073	0,16	22,00	6,03	6,03	144,94	136,40	33,52	0,50	341,74	9,00	7,13	20,00
III	БЛИНЧИКИ С ПОМИДОРОМ 65/10	75	1,62	3,90	25,80	146,00	0,56	0,23	0,13	0,10	14,20	0,07	61,50	84,18	13,79	3,26	133,40	35,07	3,96	18,20
Итого злаковых:		555	17,47	18,74	93,92	618,57	3,49	0,57	0,53	0,60	86,20	6,20	384,19	486,62	124,57	5,87	825,18	87,63	13,64	81,24
Овощи																				
70/712/011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЛЕННЫЕ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,02	0,02	5,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	141,00	0,00	0,00	0,00
140/2016	СУП С ОРЕХОВЫМИ	250	7,15	3,24	18,08	129,81	18,50	0,13	0,10	0,10	187,94	0,04	18,65	113,87	36,30	1,73	623,11	15,11	7,01	68,74
46/2022	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ"	100	12,05	2,01	6,95	94,69	2,27	0,11	0,11	0,11	409,94	0,15	50,81	194,16	50,10	0,95	362,22	122,72	11,04	484,87
143/2017	РАТУ ОВОЩНОЕ	180	3,18	19,77	15,48	255,60	22,51	0,12	0,10	0,10	733,39	0,00	66,48	86,79	29,26	1,08	652,24	7,41	0,78	48,94
352/2011	КОКСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,11	0,12	25,09	119,20	1,83	0,01	0,01	0,01	1,30	0,00	11,46	9,46	3,64	0,57	85,20	0,60	0,09	2,40
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,00	0,04	0,02	0,02	0,00	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	48,80	0,64	1,10	4,80
Итого овощей:		870	26,13	25,64	83,82	694,10	50,11	0,47	0,46	0,46	1337,77	0,19	181,60	483,88	151,30	6,21	1938,36	146,48	20,02	610,13
III																				
420/2016	ЧАЙ С САХАРОМ	75	1,62	3,90	25,80	146,00	0,56	0,23	0,13	0,10	14,20	0,07	61,50	84,18	13,79	3,26	133,40	35,07	3,96	18,20
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,07	0,00	0,01	0,01	0,35	0,00	3,77	5,77	3,08	0,60	17,66	0,00	0,00	70,00
Итого фруктов:		100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	0,03	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	26,82	1,76	0,28	77,44
Всего:		375	1,972	4,252	44,404	227,36	11,1	0,25898	0,1624	0,1624	19,38	0,0709	84,71	106,276	28,352	6,428	419,88	36,834	4,24	165,64
Итого:		1800	45,58	48,63	222,14	1539,93	64,69	1,30	1,06	1,06	1443,55	6,46	650,50	1076,78	304,22	18,50	3183,42	270,95	37,89	857,00
Несладкие																				
Злаковые																				
8.18/2010	ГОРОХОВЫЙ ЖЕЛТЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,93	0,06	1,95	12,00	2,34	0,02	0,01	0,01	22,80	0,00	6,00	18,90	5,70	0,39	31,80	0,00	0,39	0,00
303/2017	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКА	180	9,95	10,74	44,84	315,00	0,00	0,17	0,14	0,14	27,00	0,08	29,68	166,67	158,09	5,32	171,02	0,00	30,81	0,17
23/37	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	6,07	7,24	1,14	94,07	0,23	0,04	0,23	0,23	126,36	1,01	46,49	103,07	7,96	1,15	89,65	16,62	14,19	28,38
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	0,00	11,50	33,60	16,50	0,95	51,60	0,00	0,00	0,76
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	0,00	16,50	77,60	28,50	2,25	97,60	1,28	2,20	9,60
420/2016	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,04	0,00	9,98	39,90	0,07	0,00	0,01	0,01	0,43	0,00	3,77	6,65	3,08	0,60	24,18	0,00	0,02	70,40
Итого злаковых:		570	24,09	19,04	99,21	665,47	2,64	0,40	0,44	0,44	176,59	1,09	113,94	406,49	219,83	10,66	465,85	17,90	47,61	109,31
Овощи																				
18/0/2022	ПЕЧЕНО / ЯБЛОКА КАКАЕВЫХ	100	2,00	4,13	9,97	85,60	177,08	0,10	0,11	0,11	544,80	0,00	25,23	39,03	19,60	0,94	286,62	68,65	0,61	20,49
23/2/2022	ХАЧАПУРИ (С ГОРЯЧИМ ДОВОМ)	250	9,03	13,12	14,40	211,92	2,68	0,05	0,08	0,08	45,75	0,11	16,61	92,03	22,17	1,12	135,60	42,76	2,81	30,26
11.17/2010	НАПИТОК ИЗ ПШЕНИЧНОЙ	240	25,78	16,12	47,00	385,80	81,21	0,63	2,71	2,71	967,74	1,47	61,92	599,78	74,66	10,39	1536,30	114,18	48,28	333,80
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200	0,68	0,28	12,65	68,77	200,00	0,01	0,06	0,06	163,40	0,00	12,09	3,40	0,61	10,09	0,00	0,00	0,00	0,00
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,35	0,35	0,35	8,62	41,36	0,03	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	26,82	1,76	0,28	77,44
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
Итого овощей:		20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,02	0,00	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	48,80	0,64	1,10	4,80
Итого:		930	40,69	34,40	109,17	875,25	471,44	0,90	3,01	3,01	1043,12	1,58	146,49	716,17	149,31	16,90	2332,03	227,99	53,08	467,17
Полуфабрикаты																				
23/37	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	6,07	7,24	1,14	94,07	0,23	0,04	0,23	0,23	126,36	1,01	46,49	103,07	7,96	1,15	89,65	16,62	14,19	28,38
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,12	7,23	35,25	0,00	0,03	0,01	0,01	0,00	0,00	3,45	12,60	4,95	0,29	19,35	0,00	0,00	0,29
III	БЛИНКИ С ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ	75	5,16	7,23	23,63	141,33	0,00	0,07	0,04	0,04	15,60	0,13	11,18	38,85	5,84	0,55	46,57	25,66	3,71	10,16
463/2016	МОЛОКО КОПИРОВАННОЕ	200	5,8	5	9,6	108	2,60	0,08	0,30	0,30	44,00	0,06	240,00	180,00	0,20	292,00	18,00	4,00	40,00	40,00
Итого полуфабрикатов:		350	18,17	19,59	41,75	378,65	2,84	0,21882	0,57394	0,57394	185,96	1,201	301,12	334,525	46,749	2,18475	447,5735	60,28	21,97	78,536
Всего:		1850	82,9422	73,0432	250,1267	1919,3743	476,913	1,51603	4,00697	4,00697	10708,67	3,87	561,5545	1457,17652	415,888	22,74675	3245,4485	306,1754	122,888	655,102

[illegible]

№, процедура		Наименование блочка																		
		Масса популяц., г	Исходная информация			Дополнительная информация, мкг														
		Белок, г	жиры, г	углеводы, г	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг			
428/2022	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ	100	13,51	8,17	22,09	218,65	2,33	0,07	0,21	55,69	0,13	120,72	165,97	20,22	1,04	157,44	7,03	21,16	26,45	
692/2022	СОУС ЦИКОЛАДНЫЙ	50	0,85	0,59	10,54	51,32	0,11	0,01	0,02	1,95	0,00	13,70	24,03	11,82	0,59	50,43	0,77	0,17	7,83	
182016	КАР ТЕРЯВЫХ (ПРОУТЕРВЫХ) СОРТОВ	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	0,01	0,03	28,80	0,10	88,80	50,00	3,50	0,10	8,80	0,00	0,00	0,00	
192016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	11,50	33,60	16,50	0,95	51,60	0,00	0,00	0,76	
421/2016	ЧАЙ С МОЛОКОМ	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	16,50	77,60	28,50	2,25	97,60	1,28	2,20	9,60	
Итого за парм:		200	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33	0,02	0,09	11,50	3,52	126,60	53,24	15,40	0,41	97,80	4,50	1,00	110,00	
120/2022	САЛЮТ ИЗ СВЕЖЕЙ С САЛОМ	460	25,3052	14,06	89,83	591,87	3,84	0,26	0,40	97,94	3,75	377,02	404,04	95,93	5,33	463,67	13,58	24,53	154,63	
122/2016	РАССОЛЫВЕР ЛЕНИНГРАДСКИЙ	100	3,56	13,01	7,36	161,50	8,46	0,02	0,07	30,48	0,10	1201,10	86,50	18,74	1,26	250,46	17,86	0,58	16,78	
568/2022	КУЧА ЗАПЕКАНКА	250	2,48	4,01	12,20	115,63	16,78	0,09	0,07	211,08	0,01	25,54	26,64	26,64	0,99	493,25	25,08	2,15	33,83	
341/2016	КАША ГРЕЧЕВАЯ	100	20,42	20,27	0,05	264,71	2,18	0,08	0,08	11,42	0,00	20,26	188,06	21,06	1,45	320,11	46,68	24,88	141,96	
182016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	7,60	5,90	34,33	220,49	0,00	0,18	0,08	3,30	0,01	15,06	130,15	120,13	4,04	165,50	20,64	2,48	10,02	
192016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38	
451/2016	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	48,80	0,64	1,10	4,80	
Итого за объект:		870	37,02	43,71	98,36	938,03	30,42	0,46	0,34	257,77	0,12	197,56	540,25	207,27	9,74	1387,92	111,49	31,26	210,16	
222/2011	ПУШКИТ ИЗ ТВОРОГА (БЕЗ САХАРА)	100	16,09	11,38	17,83	240,85	0,93	0,10	0,28	84,33	1,50	148,80	210,30	25,95	1,09	209,73	8,71	26,08	30,79	
692/2022	СОУС ЦИКОЛАДНЫЙ	30	0,51	0,35	6,29	30,63	0,07	0,00	0,01	1,17	0,00	8,22	14,42	7,09	0,35	30,26	0,46	0,10	4,70	
420/2016	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,50	0,07	0,00	0,01	0,35	0,00	3,77	5,77	3,08	0,60	17,66	0,00	0,00	70,00	
Итого за объект:		330	16,61	11,7285	34,1	311,38	1,0673	0,10291	0,29387	85,847	1,50153	160,782	220,483	36,119	2,066	257,648	9,169	26,182	105,487	
Дань 10		1660	78,9316	69,5029	222,2868	1841,273	35,3308	0,821052	1,403298	441,552	5,37088	735,357	1174,765	339,317	17,12428	2109,231	134,234	81,9752	470,278	
№, процедура	Наименование блочка	Масса популяц., г	Исходная информация			Дополнительная информация, мкг	Зачетная информация, мкг													
			Белок, г	жиры, г	углеводы, г		Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	
707/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОУПНЫЕ	30	0,33	0,06	1,14	6,60	5,35	0,02	0,01	12,60	0,00	4,20	7,80	6,00	0,27	87,00	0,60	0,00	6,00	
239/2017	ПАУЗ ИЗ ПИЦЦЫ	240	17,22	16,07	20,84	297,50	15,53	0,20	0,18	509,02	0,00	50,46	237,21	53,07	2,63	1026,00	12,99	19,95	161,66	
182016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,60	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,76	51,60	0,00	0,00	0,76	
352/2011	КАКЕШЕ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	40	2,64	0,48	13,56	69,60	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,20	77,60	22,80	1,80	97,60	1,28	2,20	9,60	
Итого за парм:		200	0,11	0,12	25,09	119,20	1,83	0,01	0,01	1,50	0,00	11,46	9,46	3,64	0,57	85,20	0,60	0,09	2,40	
707/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОУПНЫЕ	580	22,34	17,05	80,11	586,90	22,61	0,39	0,25	523,12	0,00	88,52	365,67	98,71	6,03	1347,40	15,47	22,24	180,42	
217/2022	КОУЧИ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,02	5,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	141,00	0,00	0,00	0,00	
234/662/011/2012	ВЫТОУЧАЯ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 70/70	250	7,22	8,64	15,44	160,14	17,38	0,08	0,06	161,35	0,00	55,15	79,90	35,12	1,92	385,13	36,73	2,48	22,25	
381/2022	ПЕЧЕНО	100	9,45	12,07	13,58	201,55	1,17	0,15	0,13	68,38	0,15	56,75	184,62	32,50	1,17	349,63	101,21	10,86	410,70	
484/2016	СОС ОРЕХОВЫЙ	180	4,04	14,94	39,93	310,81	17,66	0,06	0,16	82,05	0,18	17,31	221,54	34,00	0,76	419,55	121,45	13,03	492,84	
182016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00	
192016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	38,70	0,00	0,00	0,57	
Итого за объект:		40	2,64	0,48	13,56	69,60	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,20	77,60	22,80	1,80	97,60	1,28	2,20	9,60	
707/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОУПНЫЕ	900	27,43	36,67	118,97	926,60	43,21	0,46	0,44	316,78	0,33	186,31	626,86	156,32	9,62	1671,61	262,67	28,57	998,96	
239/2017	ПАУЗ ИЗ ПИЦЦЫ	25	0,18	0,03	0,48	2,75	2,50	0,01	1,00	2,50	0,00	5,75	10,50	3,50	0,23	35,25	0,75	0,08	4,25	
421/2016	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	10,76	10,04	15,19	186,00	9,70	0,13	0,11	318,14	0,00	31,53	148,26	33,16	1,64	641,64	8,12	12,47	101,04	
182016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33	0,02	0,09	11,50	3,52	126,60	53,24	15,40	0,41	97,80	4,50	1,00	110,00	
192016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,14	0,12	7,88	35,25	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	3,45	12,60	4,95	0,29	19,35	0,00	0,00	0,29	
Итого за объект:		15	0,99	0,18	5,01	26,10	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,95	29,10	8,55	0,68	36,60	0,48	0,83	3,60	
1885	БЕТО	405	14,59	11,715	43,955	331,1	13,53	0,217795	1,212153	332,135	3,52	172,28	253,69116	65,56	3,235	830,6405	13,8462	14,3791	219,1734	
18195	БЕТО	18195	65,355	65,435	244,035	1844,6	81,35	1,0699	1,906563	1172,035	3,845725	447,11	1246,227031	320,59	18,885	3849,6485	291,98945	65,18771	1336,55355	
СРЕДНЕЕ ЗА ДАНИ:		1820	58,78	54,80	231,69	1663,41	1643,26	10,36	18,31	1777,65	35,61	549,46	1034,77	306,31	18,79	2813,17	250,83	51,70	642,61	