				0]	рганов пі	ищеварения	бразов		•			•		
Возраст 7-1	1 лет					· •								
Сезон осен														
	П	M	Пищев	ые веще	ества (г)	Энергетиче		Витам	ины (мг)		Мине	ральные в	ещества	(мг)
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Б	ж	y	ская ценность	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
День/неделя	я: Понедельник -1													
_Завтрак														
173М/ЖКТ	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	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	Какао 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	
	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
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,03			0,26	4,60	17,40	6,60	
Итого за _3	автрак	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 завт	грак													
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 Вт	орой 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														
113M	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
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
	Каша 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
1 149 VI/ ЖК II	Компот из сухофруктов (яблоки сушеные)	180	0,70	0,05	17,11	72,78	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,60
0	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
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 Об	ред	895	29,48	22,65	110,53	768,01	0,55	9,34	54,50	5,90	129,10	414,12	162,77	10,56
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
	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 По	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 По	недельник-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	я: Вторник-1													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	е вещест	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещес	гва (мг)	
			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
259/M/WK	Жаркое по-домашнему (говядина б/к)	230	23,99	15,74	23,94	334,04	0,24	31,10		2,85	32,92	285,57	59,12	4,31
	Фруктовый 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		540	28,52	16,46	63,13	516,84			2,00	- ,	61,52	352,29	- ,	,
Второй зав		3 10	20,52	10,10	05,15	310,01	0,55	37,31	2,00	3,01	01,32	332,27	00,00	0,01
	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		13,50				25,00		151,25	117,50		0,13
Итого за В	торой завтрак	250	3,84	3,59		201,71	0,07	12,63	30,75		169,65	130,15		
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
	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	1,40
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		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		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	30,75	0,23	169,65	130,15	29,10	2,69
Всего за В	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	ия: Среда-1													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	ие 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														
69K	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
309М/ЖКТ	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		0,72	9,00		112,77	81,00	12,60	0,12
0	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08			0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
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 3	Rapthar	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 завт	*	070	32,01	23,91	110,08	030,00	0,39	10,44	1005,90	2,48	23 4, 37	+00,∠8	131,3/	4,50
Бторои завт	l pak													
	Мусс яблочный (на манной крупе)	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	Ĺ	5,22	0,98
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
	горой 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
	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
133UW// ж K II	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 Об	бед	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	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 По		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 Ср	реда-1	1880	79,29	57,94	303,21	2062,98	0,93	100,36	1338,95	8,71	890,40	1180,43	285,79	11,55
День/неделя	я: Четверг-1													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевы	е вещес	гва (г)	Энергетичес	Витамі	ины (мг)			Минераль	ные вещест	гва (мг)	
T														
			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
	Салат из свеклы отварной	60	Б 0,86	3,05	У 5,02	50,91	B1 0,01	C 5,70	А (мкг)	E 1,38	Ca 21,09	P 24,57	Mg 12,54	
52/M/ЖКТ	Рыба запеченая пол молочным				5,02				А (мкг) 81,12				- 5	0,80
52/M/ЖКТ 233M/328N	Рыба запеченая под молочным	60	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	5,70		1,38	21,09	24,57	12,54	0,80
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай)	60	0,86 15,94	3,05 13,60	5,02 7,63	50,91 217,37	0,01	5,70 2,01	81,12	1,38	21,09 127,77	24,57 268,81	12,54 54,11	0,80 1,01 1,22
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре	60 110 150	0,86 15,94 3,28	3,05 13,60 3,99	5,02 7,63 22,18	50,91 217,37 138,19	0,01 0,16 0,16	5,70 2,01	81,12	1,38 0,55 0,17	21,09 127,77 45,14	24,57 268,81 97,47	12,54 54,11 33,11	Fe 0,80 1,01 1,22 0,50 0,84
52/M/ЖКТ 233M/328N 312/M/ЖК′ 0 376M/ЖКТ	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный"	60 110 150 25	0,86 15,94 3,28	3,05 13,60 3,99	5,02 7,63 22,18 12,08	50,91 217,37 138,19 58,75	0,01 0,16 0,16 0,04	5,70 2,01 25,94	81,12	1,38 0,55 0,17	21,09 127,77 45,14 5,75	24,57 268,81 97,47 21,75	12,54 54,11 33,11 8,25	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный"	60 110 150 25 180	0,86 15,94 3,28 1,98	3,05 13,60 3,99 0,25	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00	5,70 2,01 25,94 0,10	81,12 18,30	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40	0,80 1,01 1,22 0,50
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖКТ 0 376M/ЖКТ Итого за 3 Второй завт	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Вавтрак трак	60 110 150 25 180 50	0,86 15,94 3,28 1,98	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59	81,12 18,30 22,25	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖКТ 0 376M/ЖКТ Итого за 3 Второй завт	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Вавтрак	60 110 150 25 180 50	0,86 15,94 3,28 1,98	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59	81,12 18,30 22,25	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за 3: Второй завт 366/M/ЖК	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Вавтрак трак	60 110 150 25 180 50 575	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34	81,12 18,30 22,25 121,67	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12 0,13
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за 3: Второй завт 366/M/ЖК 386M	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока	60 110 150 25 180 50 575	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за 3: Второй завт 366/M/ЖК 386M	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока Йогурт	60 110 150 25 180 50 575	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28 2,37 3,13	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96 13,52 13,50	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48 100,24 98,75	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59 0,02 0,04 0,06	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34 0,56 1,13 1,69	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40 25,00 34,40	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89 112,80 151,25 264,05	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42 84,60 117,50	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12 0,13
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за 3: Второй завт 366/M/ЖК 386M Итого за Вт Обед	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока Йогурт	60 110 150 25 180 50 575	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28 2,37 3,13	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96 13,52 13,50 27,02	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48 100,24 98,75	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59 0,02 0,04 0,06	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34 0,56 1,13	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40 25,00	1,38 0,55 0,17 0,33	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89 112,80 151,25	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42 84,60 117,50	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12 0,13 0,25
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за _3: Второй завт 366/M/ЖК 386M Итого за Вт Обед	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока Йогурт	60 110 150 25 180 50 575 125 250 240	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38 9,59 2,40 0,27	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28 2,37 3,13 5,49 2,26	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96 13,52 13,50 27,02	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48 100,24 98,75 198,99	0,01 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59 0,02 0,04 0,06 0,09 0,00	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34 0,56 1,13 1,69 15,19 0,05	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40 25,00 34,40 290,40 6,50	1,38 0,55 0,17 0,33 0,46 2,88	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89 112,80 151,25 264,05	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42 84,60 117,50 202,10	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75 31,91 19,60 1,00	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12 0,13 0,25
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за _3: Второй завт 366/M/ЖК 386M Итого за Вт Обед 130К	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной	60 110 150 25 180 50 575 125 250 240 10	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38 9,59	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28 2,37 3,13 5,49	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96 13,52 13,50 27,02	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48 100,24 98,75 198,99	0,01 0,16 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59 0,02 0,04 0,06	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34 0,56 1,13 1,69	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40 25,00 34,40 290,40	1,38 0,55 0,17 0,33 0,46 2,88	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89 112,80 151,25 264,05	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42 84,60 117,50 202,10 60,35 6,20	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75 31,91	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12 0,13 0,25
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖК 0 376M/ЖКТ Итого за З Второй завт 366/M/ЖК 386M Итого за Вт Обед 130К	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%)	60 110 150 25 180 50 575 125 250 240	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38 9,59 2,40 0,27 24,99 3,01	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28 2,37 3,13 5,49 2,26	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96 13,52 13,50 27,02	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48 100,24 98,75 198,99	0,01 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59 0,02 0,04 0,06 0,09 0,00	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34 0,56 1,13 1,69 15,19 0,05 2,38 32,06	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40 25,00 34,40 290,40 6,50	1,38 0,55 0,17 0,33 0,46 2,88	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89 112,80 151,25 264,05 51,23 9,00	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42 84,60 117,50 202,10 60,35 6,20	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75 31,91 19,60 1,00	0,80 1,01 1,22 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12
52/M/ЖКТ 233M/328M 312/M/ЖКТ 0 376M/ЖКТ Итого за _ 3: Второй завт 366/М/ЖК' 386М Итого за Вт Обед 130К 320К 143M/ЖКТ	Рыба запеченая под молочным соусом (минтай) Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром Пирог фруктовый "Школьный" Завтрак трак Желе из молока Йогурт торой завтрак Суп-пюре овощной Сметана (10%) Птица запеченная (грудки кур)	60 110 150 25 180 50 575 125 250 240 10	0,86 15,94 3,28 1,98 3,29 25,33 6,21 3,38 9,59 2,40 0,27 24,99 3,01 0,60	3,05 13,60 3,99 0,25 4,39 25,28 2,37 3,13 5,49 2,26 1,00 9,95	5,02 7,63 22,18 12,08 7,99 24,07 78,96 13,52 13,50 27,02 11,26 0,39	50,91 217,37 138,19 58,75 31,93 149,33 646,48 100,24 98,75 198,99 75,68 11,90 190,66	0,01 0,16 0,04 0,00 0,21 0,59 0,02 0,04 0,06 0,09 0,00 0,11	5,70 2,01 25,94 0,10 1,59 35,34 0,56 1,13 1,69 15,19 0,05 2,38	81,12 18,30 22,25 121,67 9,40 25,00 34,40 290,40 6,50 47,60	1,38 0,55 0,17 0,33 0,46 2,88 0,21 0,03 2,12	21,09 127,77 45,14 5,75 4,95 26,19 230,89 112,80 151,25 264,05 51,23 9,00 24,02	24,57 268,81 97,47 21,75 8,24 38,58 459,42 84,60 117,50 202,10 60,35 6,20 191,98 76,66	12,54 54,11 33,11 8,25 4,40 7,53 119,94 13,16 18,75 31,91 19,60 1,00 23,05	0,80 1,01 1,222 0,50 0,84 0,67 5,04 0,12 0,13 0,25 0,62 0,01 1,61 1,08 3,45

0	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	1		0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
Итого за О		870	36,16	22,39	90,93	716,85	0,46	57,90	937,24	6,27	205,37	435,13	128,67	8,36
Полдник	T	670	30,10	22,37	70,73	710,03	0,40	31,70	731,24	0,27	203,37	733,13	120,07	0,50
	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	3,13	13,50	98,75	0,02	1,13	25,00		151,25	117,50		0,12
Итого за П		250	9,59	5,49	27,02	198,99	0,04		34,40		264,05	202,10		0,13
Всего за Че		1945	80,68	58,65	223,94	1761,31	1,16		1127,71	9,15	964,36	1298,75	312,43	13,89
	ия: Пятница-1	1943	80,08	36,03	223,94	1701,31	1,10	90,02	1127,71	9,13	704,30	1290,73	312,43	13,69
день/педел	іл. Пліница-1 											<u> </u>		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор				Энергетичес					•	ные вещес		
_			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
	Фруктовый чай (яблоки свежие)	180	0,14	0,14	11,51	48,84	0,01	3,61	1,80	0,07	6,21	4,70	3,64	0,89
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
0	Фрукты (Груши)	120	0,48	0,36	12,36	56,40	0,02	6,00		0,48	22,80	19,20	14,40	2,76
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	зтрак													
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 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		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 Па	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 вещес	гва (г)	Энергетичес	Витам	ины (мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак									,					
_ 1	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			808,00			96,09		1,38

376М/ЖКТ	Чай с сахаром	180			7,99	31,93	0.00	0,10			4,95	8,24	4,40	0,84
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0.08	0,10		0,65	11,50	43,50		1.00
	Фрукты (Груши)	100	0.40	0.30	10.30	47,00	0.02	5,00		0,40	19.00	16,00	12,00	2,30
Итого за 3		620	23,02	20,88	72,99	575,33	0,35	38,20	830,00	3,77	121,61	333,33	102,74	7,85
Второй зав	1	020	20,02	20,00	, 2,,,,	0,0,00	0,55	20,20	020,00	2,,,,	121,01	555,55	102,7	7,00
1	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
	горой 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														
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	255,87	320,90	21,01	2,71
	Кисель из кураги	180	0,94	0,05	23,42	98,72	0,02	0,72	104,94	0,99	32,00	32,44	18,90	0,60
0	Хлеб пшеничный	70		0,70	33,81	164,50	0,11			0,91	16,10	60,90	23,10	1,40
Итого за О	бед	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	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 По	олдник	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	я: Вторник-2													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевы	е 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														
	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
227M	Рыба припущенная (минтай филе)	60	11,69	0,67	0,49	55,02	0,08	0,97	,	0,23	31,06	178,68	40,99	0,63
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
	Картофель отварной	150	2,98	4,21	24,03	146,24	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36
349М/ЖКТ	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,05	17,11	72,78	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,60
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
0	Фрукты (Груши)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50		0,60	28,50	24,00		3,45
Итого за _3	Завтрак	650	19,84	7,05	78,84	462,58	0,40	41,42	35,30	2,63	131,34	369,87	131,76	7,08
Второй зав	трак													
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
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
	горой завтрак	250	24,46	15,38	32,58	374,03	0,11	1,66	104,00	0,29	332,35	374,32	47,43	0,95
Обед														
113M	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
270/K	Суфле из отварного мяса (говядина б/к)	90	17,95	14,56	8,08	235,02	0,14	0,12	47,00	2,74	45,68	193,61	22,18	2,51

Васпом Співночным 180 0,70 0,05 17,11 72,78 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2		Каша рисовая вязкая на воде с	150	2,28	3,95	23,75	139,61	0,03		20,00	0,18	4,85	49,72	16,07	0,34
Оклеб пишенчинай 70 5.53 0.70 33.81 164.50 0.11 0.91 16.10 60.9							,	· ·		20,00			, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		
Офрукты (Бапаша)														18,90	0,60
Ингога за Обед 1840 30,75 25,59 117,67 827,26 0,49 11,84 79,50 7,75 114,48 390,4															
Подпитк 125 21,08 12,26 19,08 275,28 0,07 0,54 79,00 0,29 181,10 256,8 386M Иргурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Игото за Поддияк 250 24,46 15,38 32,58 374,03 0,11 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 3,10 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 3,10 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 3,10 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,66 104,00 0,29 332,35 374,30 1,10 1,60 1,00 1,	0	Фрукты (Бананы)													
241К Пулинг творожный 125 21,08 12,26 19,08 275,28 0,07 0,54 79,00 0,29 181,10 256,8 386M Йогург 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Игото за Подлинк 250 24,46 15,38 32,58 374,30 1,11 1,66 104,00 0,29 3323,35 373,33 1,11 56,58 322,80 10,97 910,52 1508,9 День/недсти: Среда-2 Наименование дней недели, блюд Масса пор Пицвевые вещества (г) Энергетичее Витамины (иг) Минеральные веще веще ста (г) Минеральные веще ста (г) У ВГ Салат на отварной моркови с саром 60 2,18 5,61 3,31 73,40 0,03 2,45 973,80 1,98 73,62 65,0 278 Тефтели из говадины 60 8,94 6,89 8,30 131,17 0,08 2,00 1,68 15,86 94,2 330 Соус «метанинай заблок	Ітого за Об	бед	840	30,75	25,59	117,67	827,26	0,49	11,84	79,50	7,75	114,48	390,47	127,35	5,89
336M Йогург 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 0,29 332,55 374,35 Игого за Поддинк 250 24,46 15,38 32,58 374,03 0,11 1,66 104,00 0,29 332,55 374,35 Дени/педеля: Среда-2 1990 99,50 63,40 261,67 2037,89 1,11 56,58 322,80 10,97 910,52 1508,9 Дени/педеля: Среда-2															
Интого за Поддинк														28,68	0,83
Весто за Вторник-2 1990 99,50 63,40 261,67 2037,89 1,11 56,58 322,80 10,97 910,52 1508,9	86M	Йогурт		3,38					1,13				117,50	18,75	
День/неделя: Среда-2 Ме рец. Наименование дней недели, блюд Масса пор Пищевые вещества (г) Энергетичес Витамины (мг) Минеральные веще вещества (г) 3витрак 6 Ж. У В1 С. А (мкг) Е. Са Р 60К/ЖСТ Саром 60 2,18 5,61 3,31 73,40 0,03 2,45 973,80 1,98 73,62 65,0 65,0 2378 Тефгели из говядины 60 8,94 6,89 8,30 131,17 0,08 2,00 1,68 15,66 94,2 330 Соус сметанный 50 0,78 1,35 3,30 28,83 0,04 0,07 8,45 0,10 16,10 12,2 Каша вязкая гречневая на воде 155 4,77 4,86 21,48 148,55 0,16 20,00 0,35 9,82 113,4 А фруктовый чай (аблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Игото за Завтрак 570 21,86 21,71		* *											374,32	47,43	
№ рец. Наименование дней недели, блюд Масса пор Пищевые вещества (г) Энергетичес Витамины (мг) Минеральные веще веще веще веще веще веще (мг) 3автрак 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 65,0 278 Тефтели из говядины 60 8,94 6,89 8,30 131,17 0,08 2,00 1,68 15,86 94,2 330 Соус еметанный 50 0,78 1,35 3,30 28,83 0,04 0,07 8,45 0,10 16,10 12,2 Капав вязкая гречиевая на воде 155 4,77 4,86 21,48 148,55 0,16 20,00 0,35 9,82 113,4 Фруктовый чай (яблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Хлеб пиненичный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 5,22		*	1990	99,50	63,40	261,67	2037,89	1,11	56,58	322,80	10,97	910,52	1508,98	353,97	14,88
вавтрак Б Ж У B1 С A (мкг) E Ca Р 3автрак 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 65,0 278 Тефгели из говадины 60 8,94 6,89 8,30 131,17 0,08 2,00 1,68 15,86 94,2 330 Соус еметанинай 50 0,78 1,35 3,30 2,883 0,04 0,07 8,45 0,10 16,10 12,2 Каша вувкая гречневая на воде 155 4,77 4,86 21,48 148,55 0,16 20,00 0,35 9,82 113,4 Фруктовый зай (яблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Хлеб пшеничный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 0,52 9,20 34,8 </td <td>[ень/недел:</td> <td>я: Среда-2</td> <td></td>	[ень/недел:	я: Среда-2													
Завтрак соврем 60 2,18 5,61 3,31 73,40 0,03 2,45 973,80 1,98 73,62 65,0 278 Тефтели из говадины 60 8,94 6,89 8,30 131,17 0,08 2,00 1,68 15,86 94,2 330 Соус сметанный 50 0,78 1,35 3,30 28,83 0,04 0,07 8,45 0,10 16,10 12,2 Каша вязкая гречневая на воде 155 4,77 4,86 21,48 148,55 0,16 20,00 0,35 9,82 113,4 Фруктовый чай (яблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Хлеб пшеничный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 0,52 9,20 34,8 Итого за Завтрак 570 21,86 21,71 85,83 629,04 0,40 8,12 1006,55 4,70 138,06 347,0	ӯ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь		гва (г)	Энергетичес	Витам				Минераль			
69К/ЖКТ сыром 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 65,0 278 Тефтели из говядины 60 8,94 6,89 8,30 131,17 0,08 2,00 1,68 15,86 94,2 330 Соус сметанный 50 0,78 1,35 3,30 23,83 0,04 0,07 8,45 0,10 16,10 12,2 Каша вязкая гречневая на воде 155 4,77 4,86 21,48 148,55 0,16 20,00 0,35 9,82 113,4 Фруктовый чай (яблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Хлеб тивеничный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 0,52 9,20 34,8 Печенье 25 1,88 2,45 18,60 104,25 0,02 2,50 7,25 22,5 17,25 22,5				Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
2,18 3,01 5,19 5,10 5,11 5,40 5,10 5,11 5,40 5,10	Завтрак														
330 Соус сметанный 50 0,78 1,35 3,30 28,83 0,04 0,07 8,45 0,10 16,10 12,2	9K/XKKI I		60	ŕ		_ ´	,	0,03	2,45	973,80	1,98	73,62	65,02	20,98	0,40
Каша вязкая гречневая на воде 155 4,77 4,86 21,48 148,55 0,16 20,00 0,35 9,82 113,4 Фруктовый чай (яблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Хлеб пшеничный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 0,52 9,20 34,8 Печенье 25 1,88 2,45 18,60 104,25 0,02 2,50 2,70 7,25 22,5 Итого за Завтрак 570 21,86 21,71 85,83 629,04 0,40 8,12 1006,55 4,70 138,06 347,0 Второй завтрак 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 9,875 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 1,50 1,50 1,50 1,60				8,94	6,89	8,30			2,00		1,68	15,86	94,25	14,66	1,42
Фруктовый чай (яблоки свежие) 180 0,14 0,14 11,51 48,84 0,01 3,61 1,80 0,07 6,21 4,7 Хлеб пшеничный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 0,52 9,20 34,8 Печеные 25 1,88 2,45 18,60 104,25 0,02 2,50 7,25 22,5 22,5 7,25 22,5 18,80 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,8 347,0 34,0 347,0 34,0 347,0 34,0 347,0 34,0 347,0 34,0 34,0 347,0 34,0 34,0 347,0 34,0 347,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 347,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0 34,0	330	Соус сметанный								8,45				2,16	
Хлеб пшеничный 40 3,16 0,40 19,32 94,00 0,06 0,52 9,20 34,8 Печенье 25 1,88 2,45 18,60 104,25 0,02 2,50 7,25 22,5 Итого за Завтрак 570 21,86 21,71 85,83 629,04 0,40 8,12 1006,55 4,70 138,06 347,0 Второй завтрак 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386M Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Второй завтрак 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Обед 1 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29			155	4,77	4,86			0,16		20,00			113,48	75,07	2,53
Печенье 25		Фруктовый чай (яблоки свежие)	180	0,14	0,14	11,51	48,84	0,01	3,61	1,80	0,07	6,21	4,70	3,64	0,89
Итого за _Завтрак 570 21,86 21,71 85,83 629,04 0,40 8,12 1006,55 4,70 138,06 347,0 Второй завтрак 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогург 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Второй завтрак 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Обед 75/М/ЖКТ Икра свекольная 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Второй завтрак 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386M Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Второй завтрак 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Обед 75/М/ЖКТ Икра свекольная 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 125/М/ЖКТ Икра свекольная 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Подник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1		Печенье	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,02		2,50		7,25	22,50	5,00	0,53
366/М/ЖК желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Второй завтрак 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Обед 75/М/ЖКТ Икра свекольная 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 2	Ітого за _3	Завтрак	570	21,86	21,71	85,83	629,04	0,40	8,12	1006,55	4,70	138,06	347,00	134,70	6,66
386M Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Второй завтрак 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Обед 75/М/ЖКТ Икра свекольная 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов <td>торой завт</td> <td>трак</td> <td></td>	торой завт	трак													
Итого за Второй завтрак 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Обед 75/М/ЖКТ Икра свекольная 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72	66/М/ЖКТ	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
Обед 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Картофель отварной 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 <	86M	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50	98,75	0,04	1,13	25,00		151,25	117,50	18,75	0,13
75/М/ЖКТ Икра свекольная 60 1,55 4,06 8,71 78,66 0,04 12,35 1,98 26,74 36,7 156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11	Ітого за Вт	горой завтрак	250	9,59	5,49	27,02	198,99	0,06	1,69	34,40		264,05	202,10	31,91	0,25
156/К/БДМ Суп с макаронными изделиями 250 2,47 5,29 15,61 120,16 0,05 1,50 200,00 2,56 12,36 29,3 234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61	бед														
234М Биточек рыбный паровой 80 10,48 0,57 12,16 95,87 0,09 0,53 5,30 0,81 22,63 134,1 330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80	5/М/ЖКТ	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
330М Соус сметанный 30 0,42 1,23 1,69 19,64 0,02 0,03 8,00 0,05 7,40 6,6 125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25	56/К/БДМ	Суп с макаронными изделиями	250	2,47	5,29	15,61	120,16	0,05	1,50	200,00	2,56	12,36	29,36	8,57	0,49
125/М/ЖК Картофель отварной 150 2,98 4,21 24,03 146,24 0,18 29,40 20,00 0,20 19,58 87,5 349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1	34M	Биточек рыбный паровой	80	10,48	0,57	12,16	95,87	0,09	0,53	5,30	0,81	22,63	134,15	24,50	0,84
349/М/ЖК Компот из сухофруктов 180 0,70 0,05 23,10 96,72 0,02 0,72 0,99 28,80 26,2 0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	30M	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
0 Хлеб пшеничный 70 5,53 0,70 33,81 164,50 0,11 0,91 16,10 60,9 Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	25/М/ЖК	Картофель отварной	150	2,98	4,21	24,03	146,24	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36
Итого за Обед 820 24,14 16,11 119,10 721,78 0,50 44,53 233,30 7,50 133,61 381,5 Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	49/M/ЖКТ	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,05		96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62
Полдник 366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	0	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50	0,11			0,91	16,10	60,90	23,10	1,40
366/М/ЖК Желе из молока 125 6,21 2,37 13,52 100,24 0,02 0,56 9,40 112,80 84,6 386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	Ітого за Об	бед	820	24,14	16,11	119,10	721,78	0,50	44,53	233,30	7,50	133,61	381,56	129,30	5,85
386М Йогурт 125 3,38 3,13 13,50 98,75 0,04 1,13 25,00 151,25 117,5 Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	Г олдник														
Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	66/М/ЖКТ	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
Итого за Полдник 250 9,59 5,49 27,02 198,99 0,06 1,69 34,40 264,05 202,1 Всего за Среда-2 1890 65,17 48,81 258,97 1748,80 1,01 56,03 1308,65 12,20 799,77 1132,7	86M	Йогурт	125				98,75	0,04	1,13			151,25	117,50	18,75	0,13
			250	9,59	5,49			0,06	1,69	34,40		264,05	202,10	31,91	0,25
	сего за Ср	реда-2	1890	65,17	48,81	258,97	1748,80	1,01	56,03	1308,65	12,20	799,77	1132,76	327,82	13,00
День/неделя: Четверг-2	[ень/недел:	я: Четверг-2													
№ рец. Наименование дней недели, блюд Масса пор Пищевые вещества (г) Энергетичес Витамины (мг) Минеральные веще	ӯ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор				Энергетичес					1		. ,	
Б Ж У В1 С А (мкг) Е Са Р				Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe

Завтрак					I	ı	I					Ι		Ι
	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
ZZZIVI/JKK I	Молоко сгущенное	150	1,08	1,28	8,33	49,20	0,11	0,03	6.30	0,50	46,05	32,85		0,03
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,01	0,13	0,30	0,52	9,20			0,03
2021/2007			3,59	2,85	14,71	100,06	- ,	0.54	0.12					1,00
382M/ ЖК I	Какао с молоком	180					0,02	0,54	9,12	0,01	113,12			
	Фрукты (Бананы)	180	2,70	0,90	37,80	172,80	0,07	18,00	445.00	0,72	14,40	50,40	,	1,08
Итого за _3	1	575	35,68	21,98	119,84	830,21	0,28	19,32	117,92	1,75	409,24	548,26	164,85	4,44
Второй зав	, *													
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
	Йогурт	125	3,38	3,13	13,50		0,04	1,13	25,00		151,25	117,50		0,13
	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														
	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		0,56
281/М/БМД	Биточек паровой (говядина)	60	8,98	9,12	4,83	137,26	0,04		12,00	0,31	10,06	/		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	180	0,19	0,04	16,31	63,80	0,01	36,00		0,13	9,68	12,10	5,58	0,26
	смородины 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	!	715	21,02	21.18	84.21	609,81	0,00	37,79	249.10	3,64	62,88	313,48		4,86
-	бед Г	/13	21,02	21,18	84,21	609,81	0,28	37,79	249,10	3,04	02,88	313,48	/3,20	4,80
Полдник 242К	C-1	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0.12	0.50	00.75	0.24	104.27	248,88	26.71	0,85
	Суфле творожное запеченное	125 125	3,38		13,50		0,12	0,59	90,75 25,00	0,24	184,37			0,85
	Йогурт		,	3,13			- , -	1,13		0.24	151,25	117,50		
Итого за П	* *	250	22,50	15,41	31,73 267,51	362,34	0,16	1,71	115,75	0,24	335,62	366,38		0,97
Всего за Че	•	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	я: Пятница-2 т													
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса пор	Пищевь	іе вещес	гва (г)	Энергетичес	Витамі	ины (мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	C	А (мкг)	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		0,04	6,80	12,00	5,60	0,20
297/М/ЖК	Фрикадельки из кур	65	9,95	10,99	4,83	158,27	0,06	0,98	34,30	1,60	9,16	87,16	12,61	0,98
326M	Соус молочный	50	1.07	2,84	3,84	45,34	0.03	0,15	14,50	0.08	31,26			0,07
	Макаронные изделия отварные	150	5,86	3,59	37,42	205,58	0.09	0,13	16,00	0,84	12,13			0,87
379M/ЖКТ	Кофейный напиток с молоком	180	3,61	2,75	12,80	86,52	0,02	0,72	9.00	3,01	112,77	81,00		0,12
	Фрукты (Бананы)	100	1,50	0,50	21.00	96,00	0,02	10.00	7,00	0,40	8,00	28,00		0,12
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,30	19,32	94,00	0,04	10,00		0,52	9,20	34,80	/	0,80
Итого за 3		625	25,44	21,10	99,97	690,11	0,32	14,65	73,80	3,47	189,32	316,48		3,64
Второй зав	*	023	23,44	21,10	77,97	090,11	0,32	14,03	73,00	3,47	107,32	310,40	70,34	3,04
	трак 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	0,22
			3,38	3,13	13,50	98,75			25,00	0,11	151,25	117,50	/	
	Йогурт	125					0,04	1,13		0.11				0,13
	торой завтрак Г	250	7,01	3,17	23,24	152,66	0,04	31,13	25,00	0,11	156,65	122,45	23,40	0,34
Обед														
128/K/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

270/K	Суфле из отварного мяса (говядина б/к)	90	17,95	14,56	8,08	235,02	0,14	0,12	47,00	2,74	45,68	193,61	22,18	2,51
	Каша вязкая гречневая на воде	150	4,61	4,82	20,79	144,85	0,16		20,00	0,34	9,55	109,90	72,67	2,45
352М/ЖКТ	Кисель из яблок	180	0,12	0,11	17,10	70,51	0,01	2,70	1,35	0,05	7,12	8,36	2,43	0,62
0	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	164,50	0,11			0,91	16,10	60,90	23,10	1,40
	Вафли	35	1,37	10,71	21,88	189,70	0,02		2,10		2,80	14,70	2,10	0,21
Итого за О	бед	775	33,25	35,20	122,86	943,38	0,60	22,30	190,25	4,29	144,91	488,48	152,76	8,24
Полдник														
362/M/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	0,22
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	7,01	3,17	23,24	152,66	0,04	31,13	25,00	0,11	156,65	122,45	23,40	0,34
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	12,57
Итого		18970	817,82	606,98	2553,48	19108,35	10,58	760,70	9395,22	89,88	9055,69	13192,11	3122,73	145,59

		1.0			I I					ı	ı		
	дней:	10											
	Macca	Пищев	ые веще	ества (г)	Энергетиче		Витам	ины (мг)		Мине	ральные в	ещества	(мг)
	порции	Б	Ж	У	ская	B1	C	А (мкг)	E	Ca	P	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