Циклическое меню (детский сад) (осенне - зимний)

Категория: Детский сад

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У															
День 1																					
133	**ЗАВТРАК**	Суп молочный с изделиями макаронными (рец. №3)	150	3,60	3,15	12,90	94,50	0,03	0,135	0,45	0,3	121,05	0,03	15,15	0	160,35	100,95	0,015	0	0,21	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0,26	12,30	0,34	113,20	0	0,03	0	0,06	5,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,12	0,042	0	1,14	13,8	0	19,8	0	79,8	52,2	0	0,012	0,012	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0	0	2,42	1,03	10,28	0	1,5	0	0	0	0	0	0	0,00
431	**ЗАВТРАК**	Чай с лимоном (с сахаром и лимоном)	200	0,20	0,06	10,20	42,00	0	0	0,6	0,24	3,44	0	1,5	0	0	2	0	0	0	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком)	50	4,51	2,88	1,78	51,08	0,01	0,1	0,28	0,12	70,41	0,02	9,02	0,01	66,19	74,08	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**580**	**13,71**	**19,39**	**64**	**485,78**	**0,16**	**0,307**	**3,75**	**2,89**	**224,78**	**0,05**	**46,97**	**0,01**	**306,34**	**229,23**	**0,015**	**0,012**	**0,222**	**0,00**
94	**ОБЕД**	Борщ с мелкошинкованными овощами на бульоне мясном	200	1,40	4,60	6,80	74,00	0,04	0,18	9,8	2	37,2	0,8	25,8	0	344,8	97,8	0	0	0,02	0,00
353	**ОБЕД**	Каша рассыпчатая (рец. №1) (гречневая)	150	8,40	7,65	40,50	264,00	0,285	0,15	0	4,59	25,35	0,03	136,365	0	258,75	204,6	0	0	0,12	0,00
308	**ОБЕД**	Котлеты, биточки мясные паровые (без масла)	80	12,88	10,48	5,28	167,20	0,064	0	0,096	1	29,168	19,168	21,424	0	0	110,92	0	0	0	0,00
244	**ОБЕД**	Горошек зеленый консервированный	40	1,12	0,92	1,84	20,80	0,012	0	5,76	0,24	7,2	0,04	4,32	0	0	5,76	0	0	0	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,12	0,042	0	1,14	13,8	0	19,8	0	79,8	52,2	0	0,012	0,012	0,00
868	**ОБЕД**	Компот из смеси сухофруктов	200	0,70	0,20	29,08	120,20	0,04	0,04	2,28	1,42	45,96	0	18,98	0	223,04	24,72	0	0	0,2	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**730**	**29,24**	**24,45**	**112,48**	**787,2**	**0,561**	**0,412**	**17,936**	**10,39**	**158,678**	**20,038**	**226,689**	**0**	**906,39**	**496**	**0**	**0,012**	**0,352**	**0,00**
435	**ПОЛДНИК**	Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	200	5,60	5,00	9,60	108,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0,04	28	0	292	180	0,02	0	0,04	0,00
512	**ПОЛДНИК**	Рулеты промышленного производства кондитерское изделие	50	14,50	51,00	97,50	1077,00	0,2	0	0	3,75	215	0	182,5	0	0	387,5	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**20,3**	**56**	**107,1**	**1185**	**0,28**	**0,3**	**2,6**	**3,95**	**455**	**0,04**	**210,5**	**0**	**292**	**567,5**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,00**
362	**УЖИН**	Пюре картофельное (рец. №1)	150	5,85	4,65	14,10	121,50	0,15	0,135	21	1,35	42,45	0,075	36,15	0	822,45	111,6	0	0	0	0,00
289	**УЖИН**	Мясо отварное (телятина)	80	24,64	2,48	0,00	121,60	0,064	0,16	0,56	3,36	15,04	0,32	27,52	0	298,8	227,04	0,008	0	0,072	0,00
407	**УЖИН**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	0,6	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,12	0,042	0	1,14	13,8	0	19,8	0	79,8	52,2	0	0,012	0,012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**490**	**36,23**	**7,93**	**63,28**	**476,1**	**0,354**	**0,357**	**22,16**	**8,65**	**85,29**	**0,395**	**91,47**	**0**	**1441,05**	**404,84**	**0,008**	**0,012**	**0,084**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2050**	**99,48**	**107,77**	**348,86**	**2934,08**	**1,355**	**1,376**	**46,446**	**25,88**	**923,748**	**20,523**	**575,629**	**0,01**	**2945,78**	**1697,57**	**0,043**	**0,036**	**0,698**	**0,00**
День 2																					
223	**ЗАВТРАК**	Каша вязкая с морковью	150	5,55	12,45	23,40	228,00	0,185	0,06	1,365	1,44	30,33	546,75	54,495	0	187,535	127,35	2,055	0,03	100,8	0,00
943	**ЗАВТРАК**	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0,38	0,00	14,02	56,46	0	0,02	0,18	1,8	9,2	0	7,8	0	45	14,8	0	0	0,28	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0	0	2,42	1,03	10,28	0	1,5	0	0	0	0	0	0	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0,26	12,30	0,34	113,20	0	0,03	0	0,06	5,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,12	0,042	0	1,14	13,8	0	19,8	0	79,8	52,2	0	0,012	0,012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**530**	**11,33**	**25,75**	**76,54**	**582,66**	**0,285**	**0,152**	**3,965**	**5,27**	**69,41**	**546,75**	**83,595**	**0**	**292,335**	**194,35**	**2,055**	**0,042**	**101,092**	**0,00**
101	**ОБЕД**	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами	200	1,80	2,40	7,00	56,00	0,02	0,02	9,2	0,4	27,8	0	12,4	0	194	24,2	1,4	0	8,6	0,00
355	**ОБЕД**	Рис отварной (рец. №1)	150	3,60	5,85	28,35	180,00	0	0	0	0,3	4,5	0	19,5	0	43,5	55,5	0	0	0	0,00
42	**ОБЕД**	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0	0	0,07	0,1	88	2,8	3,5	0	0	5	0	0	0	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,12	0,042	0	1,14	13,8	0	19,8	0	79,8	52,2	0	0,012	0,012	0,00
279	**ОБЕД**	Котлеты или биточки рыбные	90	10,17	4,14	12,60	128,70	0,09	0,09	3,87	0,81	36,81	0	24,84	0	325,44	155,25	73,62	0,81	378,72	0,00
61	**ОБЕД**	Салат из капусты белокочанной и свеклы (рец. №1)	60	1,02	4,08	4,14	57,60	0,018	0,018	27,3	0,42	35,94	0	9,78	0	182,46	18,78	1,8	0	6,06	0,00
943	**ОБЕД**	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с повидлом)	200	0,34	0,00	12,54	50,56	0	0,02	0,16	1,4	19,88	0	2,5	0	0	0	0	0	0,24	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**770**	**23,99**	**20,02**	**93,61**	**650,26**	**0,248**	**0,19**	**40,6**	**4,57**	**226,73**	**2,6**	**92,32**	**0**	**825,2**	**310,93**	**76,82**	**0,822**	**393,632**	**0,00**
463	**ПОЛДНИК**	Йогурт молочный натуральный	100	4,10	1,50	5,90	57,00	0,04	0,2	100	0,1	122	0,02	15	0	147	96	0,01	0	0,02	0,00
407	**ПОЛДНИК**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	0,6	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
1042	**ПОЛДНИК**	Блины (с маслом)	80	4,43	5,72	27,16	177,58	0,16	0,168	0,224	0,544	16,8	0,072	18,072	0	75,496	50,288	0	0	0,056	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**380**	**9,53**	**7,42**	**53,26**	**326,58**	**0,22**	**0,388**	**100,824**	**3,444**	**152,8**	**0,092**	**41,072**	**0**	**462,496**	**160,288**	**0,01**	**0**	**0,076**	**0,00**

СОГЛАСОВАНО

_____
(должность)
_____
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

_____
(должность)
_____
(ФИО)
(дата)

Цикличное меню (детский сад) (осенне - зимний)

Категория: Детский сад

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У															
День 1																					
133	**ЗАВТРАК**	Суп молочный с изделиями макаронными (рец. №3)	150	3.60	3.15	12.90	94.50	0.03	0.135	0.45	0.3	121.05	0.03	15.15	0	160.35	100.95	0.015	0	0.21	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
431	**ЗАВТРАК**	Чай с лимоном (с сахаром и лимоном)	200	0.20	0.06	10.20	42.00	0	0	0.6	0.24	3.44	0	1.5	0	0	2	0	0	0	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком)	50	4.51	2.88	1.78	51.08	0.01	0.1	0.28	0.12	70.41	0.02	9.02	0.01	66.19	74.08	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**580**	**13,71**	**19,39**	**64**	**485,78**	**0,16**	**0,307**	**3,75**	**2,89**	**224,78**	**0,05**	**46,97**	**0,01**	**306,34**	**229,23**	**0,015**	**0,012**	**0,222**	**0,00**
94	**ОБЕД**	Борщ с мелкошинкованными овощами на бульоне мясном	200	1.40	4.60	6.80	74.00	0.04	0.18	9.8	2	37.2	0.8	25.8	0	344.8	97.8	0	0	0.02	0,00
353	**ОБЕД**	Каша рассыпчатая (рец. №1) (гречневая)	150	8.40	7.65	40.50	264.00	0.285	0.15	0	4.59	25.35	0.03	136.365	0	258.75	204.6	0	0	0.12	0,00
308	**ОБЕД**	Котлеты, биточки мясные паровые (без масла)	80	12.88	10.48	5.28	167.20	0.064	0	0.096	1	29.168	19.168	21.424	0	0	110.92	0	0	0	0,00
244	**ОБЕД**	Горошек зеленый консервированный	40	1.12	0.92	1.84	20.80	0.012	0	5.76	0.24	7.2	0.04	4.32	0	0	5.76	0	0	0	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
868	**ОБЕД**	Компот из смеси сухофруктов	200	0.70	0.20	29.08	120.20	0.04	0.04	2.28	1.42	45.96	0	18.98	0	223.04	24.72	0	0	0.2	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**730**	**29,24**	**24,45**	**112,48**	**787,2**	**0,561**	**0,412**	**17,936**	**10,39**	**158,678**	**20,038**	**226,689**	**0**	**906,39**	**496**	**0**	**0,012**	**0,352**	**0,00**
435	**ПОЛДНИК**	Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	0.3	2.6	0.2	240	0.04	28	0	292	180	0.02	0	0.04	0,00
512	**ПОЛДНИК**	Рулеты промышленного производства кондитерское изделие	50	14.50	51.00	97.50	1077.00	0.2	0	0	3.75	215	0	182.5	0	0	387.5	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**20,3**	**56**	**107,1**	**1185**	**0,28**	**0,3**	**2,6**	**3,95**	**455**	**0,04**	**210,5**	**0**	**292**	**567,5**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,00**
362	**УЖИН**	Пюре картофельное (рец. №3)	150	5.85	4.65	14.10	121.50	0.15	0.135	21	1.35	42.45	0.075	36.15	0	822.45	111.6	0	0	0	0,00
289	**УЖИН**	Мясо отварное (телятина)	80	24.64	2.48	0.00	121.60	0.064	0.16	0.56	3.36	15.04	0.32	27.52	0	298.8	227.04	0.008	0	0.072	0,00
407	**УЖИН**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**490**	**36,23**	**7,93**	**63,28**	**476,1**	**0,354**	**0,357**	**22,16**	**8,65**	**85,29**	**0,395**	**91,47**	**0**	**1441,05**	**404,84**	**0,008**	**0,012**	**0,084**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2050**	**99,48**	**107,77**	**346,86**	**2934,08**	**1,355**	**1,376**	**46,446**	**25,88**	**923,748**	**20,523**	**575,629**	**0,01**	**2945,78**	**1697,57**	**0,043**	**0,036**	**0,698**	**0,00**
День 2																					
223	**ЗАВТРАК**	Каша вязкая с морковью	150	5.55	12.45	23.40	228.00	0.165	0.06	1.365	1.44	30.33	546.75	54.495	0	167.535	127.35	2.055	0.03	100.8	0,00
943	**ЗАВТРАК**	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0.38	0.00	14.02	56.46	0	0.02	0.18	1.6	9.2	0	7.8	0	45	14.8	0	0	0.28	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**530**	**11,33**	**25,75**	**76,54**	**582,66**	**0,285**	**0,152**	**3,965**	**5,27**	**69,41**	**546,75**	**83,595**	**0**	**292,335**	**194,35**	**2,055**	**0,042**	**101,092**	**0,00**
101	**ОБЕД**	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами	200	1.80	2.40	7.00	56.00	0.02	0.02	9.2	0.4	27.8	0	12.4	0	194	24.2	1.4	0	8.6	0,00
355	**ОБЕД**	Рис отварной (рец. №1)	150	3.60	5.85	28.35	180.00	0	0	0	0.3	4.5	0	19.5	0	43.5	55.5	0	0	0	0,00
42	**ОБЕД**	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95	0.00	36.40	0	0	0.07	0.1	88	2.6	3.5	0	0	5	0	0	0	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
279	**ОБЕД**	Котлеты или биточки рыбные	90	10.17	4.14	12.60	128.70	0.09	0.09	3.87	0.81	36.81	0	24.84	0	325.44	155.25	73.62	0.81	378.72	0,00
61	**ОБЕД**	Салат из капусты белокочанной и свеклы (рец. №1)	60	1.02	4.08	4.14	57.60	0.018	0.018	27.3	0.42	35.94	0	9.78	0	182.46	18.78	1.8	0	6.06	0,00
943	**ОБЕД**	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с повидлом)	200	0.34	0.00	12.54	50.56	0	0.02	0.16	1.4	19.88	0	2.5	0	0	0	0	0	0.24	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**770**	**23,99**	**20,02**	**93,61**	**650,26**	**0,248**	**0,19**	**40,6**	**4,57**	**226,73**	**2,6**	**92,32**	**0**	**825,2**	**310,93**	**76,82**	**0,822**	**393,632**	**0,00**
463	**ПОЛДНИК**	Йогурт молочный натуральный	100	4.10	1.50	5.90	57.00	0.04	0.2	100	0.1	122	0.02	15	0	147	96	0.01	0	0.02	0,00
407	**ПОЛДНИК**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
1042	**ПОЛДНИК**	Блины (с маслом)	80	4.43	5.72	27.16	177.58	0.16	0.168	0.224	0.544	16.8	0.072	18.072	0	75.496	50.288	0	0	0.056	0,00

ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**380**	**9,53**	**7,42**	**53,26**	**326,58**	**0,22**	**0,388**	**100,824**	**3,444**	**152,8**	**0,092**	**41,072**	**0**	**462,496**	**160,288**	**0,01**	**0**	**0,076**	**0,00**
421	**УЖИН**	Макароны запеченные с сыром	200	12.32	21.80	47.16	433.84	0.12	0.12	0.5	1.74	239.7	0.66	25.84	0	110.8	177.08	0	0	0.4	0,00
960	**УЖИН**	Какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с сахаром)	200	4.74	4.92	30.70	186.52	0.04	0.2	0.5	1.2	164.3	0.02	39.54	0.02	254.3	140.06	0	0	0.2	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**460**	**21,8**	**27,32**	**106,84**	**761,36**	**0,28**	**0,362**	**1**	**4,08**	**417,8**	**0,68**	**85,18**	**0,02**	**444,9**	**369,34**	**0**	**0,012**	**0,612**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2140**	**66,65**	**80,51**	**330,25**	**2320,86**	**1,033**	**1,092**	**146,389**	**17,364**	**866,74**	**550,122**	**302,167**	**0,02**	**2024,931**	**1034,908**	**78,885**	**0,876**	**495,412**	**0,00**
День 3																					
353	**ЗАВТРАК**	Каша рассыпчатая (рец. №1) (рисовая)	150	8.40	7.65	40.50	264.00	0.03	0.015	0	0.45	9.315	19.95	22.755	0.06	0	66.3	0.615	6.675	128.325	0,00
945	**ЗАВТРАК**	Чай с молоком или сливками (с молоком)	200	1.72	1.44	22.44	107.32	0.02	0.08	0.46	1.58	72.14	0	8.1	0.02	65.76	41	0	0	0.18	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком)	50	4.51	2.88	1.78	51.08	0.01	0.1	0.28	0.12	70.41	0.02	9.02	0.01	66.19	74.08	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**580**	**20,03**	**25,27**	**103,84**	**720,6**	**0,18**	**0,267**	**3,16**	**4,38**	**181,745**	**19,97**	**61,175**	**0,09**	**211,75**	**233,58**	**0,615**	**6,687**	**128,517**	**0,00**
116	**ОБЕД**	Суп картофельный с изделиями макаронными (рец. №1) (на бульоне)	200	2.40	1.60	16.80	92.00	1.7	0.06	8	1	19.2	1	24.2	0	510.8	62.4	0	0	0.04	0,00
317	**ОБЕД**	Тефтели (рец. №1) (говядина или телятина)	90	5.49	18.90	10.17	233.10	0.081	0.18	1.26	2.61	38.7	3.6	26.73	0.009	335.34	186.21	7.92	0	60.12	0,00
246	**ОБЕД**	Изделия макаронные отварные (с маслом)	150	5.25	3.75	24.60	166.50	0.045	0.015	0	0.645	9.465	15.465	7.125	0.045	31.08	30.15	0.645	0	138.435	0,00
41	**ОБЕД**	Салат "Степной" из различных овощей	60	0.90	6.12	4.62	77.40	0.27	0.018	4.932	0.66	13.488	7.08	10.128	0	130.758	23.76	1.71	0.27	8.562	0,00
424	**ОБЕД**	Кисель из кураги (густой)	200	1.00	0.20	30.20	126.00	0.02	0.04	0.4	0.6	32	0	16	0	290	26	0	0	0	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**760**	**19,78**	**31,17**	**115,37**	**836**	**2,236**	**0,355**	**14,592**	**6,655**	**126,653**	**27,145**	**103,983**	**0,054**	**1377,778**	**380,72**	**10,275**	**0,282**	**207,169**	**0,00**
435	**ПОЛДНИК**	Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	0.3	2.6	0.2	240	0.04	28	0	292	180	0.02	0	0.04	0,00
2	**ПОЛДНИК**	Печенье кондитерское изделие промышленного производства	50	1.80	1.05	26.12	126.00	0.025	0	0	0.55	32.25	0	2.375	0	0	58.125	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**7,6**	**6,05**	**35,72**	**234**	**0,105**	**0,3**	**2,6**	**0,75**	**272,25**	**0,04**	**30,375**	**0**	**292**	**238,125**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,00**
133	**УЖИН**	Суп молочный с изделиями макаронными (рец. №3)	150	3.60	3.15	12.90	94.50	0.03	0.135	0.45	0.3	121.05	0.03	15.15	0	160.35	100.95	0.015	0	0.21	0,00
3	**УЖИН**	Бутерброды с сыром	80	9.81	17.13	14.90	255.84	0.08	0.136	0.216	1.784	291.68	0.088	28.856	0.296	113.84	211.808	0	0	0.008	0,00
868	**УЖИН**	Компот из смеси сухофруктов	200	0.70	0.20	29.08	120.20	0.04	0.04	2.28	1.42	45.96	0	18.98	0	223.04	24.72	0	0	0.2	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**430**	**14,11**	**20,48**	**56,88**	**470,54**	**0,15**	**0,311**	**2,946**	**3,504**	**458,69**	**0,118**	**62,986**	**0,296**	**497,23**	**337,478**	**0,015**	**0**	**0,418**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2020**	**61,52**	**82,97**	**311,81**	**2261,14**	**2,671**	**1,233**	**23,298**	**15,289**	**1039,338**	**47,273**	**258,519**	**0,44**	**2378,758**	**1189,903**	**10,925**	**6,969**	**336,144**	**0,00**
День 4																					
228	**ЗАВТРАК**	Каша жидкая на молоке (рисовая, манная, "Геркулес") (с сахаром)	150	6.00	5.18	25.65	174.00	0.03	0.03	0	0.465	10.725	0.045	22.905	0	46.395	68.4	0.06	0	0.12	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
434	**ЗАВТРАК**	Какао с молоком	200	4.00	4.00	16.00	116.00	0.08	0.3	6.34	2.68	230.38	39.8	72.92	0	432.3	235.4	0.02	0	0.06	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**530**	**15,4**	**22,48**	**80,77**	**588,2**	**0,23**	**0,402**	**8,76**	**5,375**	**270,985**	**39,845**	**117,125**	**0**	**558,495**	**356**	**0,08**	**0,012**	**0,192**	**0,00**
113	**ОБЕД**	Суп картофельный с фрикадельками мясными (рец. №2)	200	4.80	3.20	33.60	184.00	1.7	0.06	8	1	19.2	1	24.2	0	510.8	62.4	0	0	0.04	0,00
38	**ОБЕД**	Салат из помидоров и огурцов свежих (рец. №1)	60	0.54	9.48	1.56	93.60	0.018	0.012	7.74	0.42	23.4	0.072	9.6	0	124.2	22.8	0	0	0	0,00
353	**ОБЕД**	Каша рассыпчатая (рец. №1) (гречневая)	150	8.40	7.65	40.50	264.00	0.285	0.15	9	4.575	21.675	0.285	136.695	0	257.7	202.335	0	0	0.12	0,00
299	**ОБЕД**	Гуляш из мяса отварного (говядина) (с маслом сливочным)	80	10.80	4.72	2.72	94.40	0.008	0.16	3.864	2.344	18.176	0.056	22.736	295.36	161.328	0.008	0	0.128	0	0,00
409	**ОБЕД**	Компот из плодов свежих (яблоки) (рец. №2)	200	0.20	0.20	14.00	58.00	0.02	0.02	3	1.42	18.72	0.02	8.72	0	93.36	9.6	0	0	0.16	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**750**	**29,48**	**25,85**	**121,36**	**835**	**2,151**	**0,444**	**31,604**	**10,899**	**114,971**	**1,433**	**221,751**	**295,36**	**1227,188**	**349,343**	**0**	**0,14**	**0,332**	**0,00**
407	**ПОЛДНИК**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
2	**ПОЛДНИК**	Вафли кондитерское изделие промышленного производства	50	3.07	3.10	20.04	125.00	0.03	0	0	0.56	32.25	0	22.8	0	0	58.125	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**4,07**	**3,3**	**40,24**	**217**	**0,05**	**0,02**	**0,6**	**3,36**	**46,25**	**0**	**30,8**	**0**	**240**	**72,125**	**0**	**0**	**0**	**0,00**
355	**УЖИН**	Рис отварной (рец. №1)	150	3.60	5.85	28.35	180.00	0	0	0	0.3	4.5	0	19.5	0	43.5	55.5	0	0	0	0,00
298	**УЖИН**	Бефстроганов из мяса отварного (с маслом растительным)	80	12.72	15.76	4.72	212.00	0.064	0.12	0.64	1.52	30.4	0.304	19.2	0	249.6	144	0	0	0	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
859	**УЖИН**	Компот из свежих плодов (яблоки или айва или груши)	200	0.16	0.16	27.88	109.76	0.02	0	4	0.96	14.86	0	5.32	0	111.2	4.4	0	0	0.18	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**490**	**21,22**	**22,37**	**89,93**	**642,76**	**0,204**	**0,162**	**4,64**	**3,92**	**63,56**	**0,304**	**63,82**	**0**	**484,1**	**256,1**	**0**	**0,012**	**0,192**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2020**	**70,17**	**74**	**332,3**	**2282,96**	**2,635**	**1,028**	**45,604**	**23,554**	**495,766**	**41,582**	**433,496**	**295,36**	**2509,783**	**1033,568**	**0,08**	**0,164**	**0,716**	**0,00**
День 5																					
221	**ЗАВТРАК**	Каша вязкая на молоке (рисовая, перловая, ячневая, манная, "геркулес") (с сахаром)	150	3.15	1.28	25.20	127.50	0.03	0.015	0	0.45	9.315	19.95	22.755	0.06	0	66.3	0.615	6.675	128.325	0,00
431	**ЗАВТРАК**	Чай с лимоном (с сахаром и лимоном)	200	0.20	0.06	10.20	42.00	0	0	0.6	0.24	3.44	0	1.5	0	0	2	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00

458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**530**	**8,75**	**14,64**	**74,52**	**467,7**	**0,15**	**0,087**	**3,02**	**2,92**	**42,635**	**19,95**	**45,555**	**0,06**	**79,8**	**120,5**	**0,615**	**6,687**	**128,337**	**0,00**
104	**ОБЕД**	Рассольник ленинградский (рец. №2)	200	2.00	3.80	10.20	84.00	0.1	0.08	10.2	1.2	22	0.8	0	0	532.2	74.2	0	0	0.04	0,00
342	**ОБЕД**	Рагу из птицы (куры)	100	10.10	7.00	7.00	147.00	0.06	0.07	41.6	0.9	19	0.28	21	0	376	80	0	0	0	0,00
943	**ОБЕД**	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0.38	0.00	14.02	56.46	0	0.02	0.18	1.6	9.2	0	7.8	0	45	14.8	0	0	0.28	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
92	**ОБЕД**	Салат из моркови или из моркови с яблоками, или финиками, или черносливом	60	0.81	1.88	5.36	42.38	0.03	0.036	3.192	0.552	20.586	0.78	15.9	0	111.36	22.77	0	0	0.024	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**620**	**18,03**	**13,28**	**65,56**	**470,84**	**0,31**	**0,248**	**55,172**	**5,392**	**84,586**	**1,86**	**64,5**	**0**	**1144,36**	**243,97**	**0**	**0,012**	**0,356**	**0,00**
435	**ПОЛДНИК**	Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	0.3	2.6	0.2	240	0.04	28	0	292	180	0.02	0	0.04	0,00
1042	**ПОЛДНИК**	Блины (с маслом)	80	4.43	5.72	27.16	177.58	0.16	0.168	0.224	0.544	16.8	0.072	18.072	0	75.496	50.288	0	0	0.056	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**280**	**10,23**	**10,72**	**36,76**	**285,58**	**0,24**	**0,468**	**2,824**	**0,744**	**256,8**	**0,112**	**46,072**	**0**	**367,496**	**230,288**	**0,02**	**0**	**0,096**	**0,00**
294	**УЖИН**	Жаркое по-домашнему	150	11.10	13.80	14.55	219.00	1.275	0.27	12.87	3.18	26.97	0.06	37.23	0	702.9	209.85	0.015	0.015	0.075	0,00
407	**УЖИН**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**410**	**16,84**	**14,6**	**63,73**	**452**	**1,415**	**0,332**	**13,47**	**7,12**	**54,77**	**0,06**	**65,03**	**0**	**1022,7**	**276,05**	**0,015**	**0,027**	**0,087**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1840**	**53,85**	**53,24**	**240,57**	**1676,12**	**2,115**	**1,135**	**74,486**	**16,176**	**438,791**	**21,982**	**221,157**	**0,06**	**2614,356**	**870,808**	**0,65**	**6,726**	**128,876**	**0,00**
День 6																					
228	**ЗАВТРАК**	Каша жидкая на молоке (пшено, овсяная, пшеничная, кукурузная) (с маслом)	150	6.00	8.40	21.45	186.00	0.135	0.015	0	1.215	21.87	0.03	37.125	0	92.535	102.9	1.98	0	115.065	0,00
432	**ЗАВТРАК**	Чай с молоком (с молоком и сахаром)	200	1.60	1.60	12.40	70.00	0.02	0.08	0.6	0	66	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком)	50	4.51	2.88	1.78	51.08	0.01	0.1	0.28	0.12	70.41	0.02	9.02	0.01	66.19	74.08	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**560**	**17,25**	**13,88**	**74,41**	**492,08**	**0,285**	**0,237**	**3,3**	**3,505**	**182,36**	**0,05**	**67,445**	**0,01**	**238,525**	**229,18**	**1,98**	**0,012**	**115,077**	**0,00**
123	**ОБЕД**	Суп рисовый на отваре овощном с фрикадельками мясными	200	4.40	4.40	11.40	102.00	0.06	0.04	7.68	0.62	1568	19.4	23.5	0	244.62	50.6	3.04	0.96	50.6	0,00
362	**ОБЕД**	Пюре картофельное (рец. №3)	150	5.85	4.65	14.10	121.50	0.15	0.135	21	1.35	42.45	0.075	36.15	0	822.45	111.6	0	0	0	0,00
340	**ОБЕД**	Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски, сардельки) для школьного питания отварные (сосиски)	80	10.40	17.60	0.00	200.00	0.152	0.12	0	1.44	28	0	16	0	176	127.2	0	0	0	0,00
59	**ОБЕД**	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного (рец. №2)	60	1.14	4.08	5.16	61.80	0.018	0.03	5.352	0.888	23.652	0.012	14.712	0	173.82	31.2	0	0	0	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
866	**ОБЕД**	Компот - ассорти (консервы)	200	0.50	0.08	30.66	122.10	0	0	0	0.04	3.1	0	0.6	0	0	0	0	0	0.06	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**750**	**27,03**	**31,41**	**90,3**	**748,4**	**0,5**	**0,367**	**34,032**	**5,478**	**1679,002**	**19,487**	**110,762**	**0**	**1496,69**	**372,8**	**3,04**	**0,972**	**50,672**	**0,00**
463	**ПОЛДНИК**	Йогурт молочный натуральный	100	4.10	1.50	5.90	57.00	0.04	0.2	100	0.1	122	0.02	15	0	147	96	0.01	0	0.02	0,00
407	**ПОЛДНИК**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
512	**ПОЛДНИК**	Рулеты промышленного производства кондитерское изделие	50	14.50	51.00	97.50	1077.00	0.2	0	0	3.75	215	0	182.5	0	0	387.5	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**350**	**19,6**	**52,7**	**123,6**	**1226**	**0,26**	**0,22**	**100,6**	**6,65**	**351**	**0,02**	**205,5**	**0**	**387**	**497,5**	**0,01**	**0**	**0,02**	**0,00**
300	**УЖИН**	Капуста отварная с маслом или соусом (с маслом)	150	2.85	8.54	7.18	118.67	0.045	0.075	66.69	0.93	75.09	0	23.715	0	444.555	45.93	0	0	0.015	0,00
621	**УЖИН**	Биточки паровые	80	14.32	8.05	14.70	188.62	0.112	0.528	0.624	2.856	26.448	0.12	25.432	0	258.416	171.144	0.008	0	0.104	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
859	**УЖИН**	Компот из свежих плодов (яблоки или айва или груши)	200	0.16	0.16	27.88	109.76	0.02	0	4	0.96	14.86	0	5.32	0	111.2	4.4	0	0	0.18	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**490**	**22,07**	**17,35**	**78,74**	**558,05**	**0,297**	**0,645**	**71,314**	**5,886**	**130,198**	**0,12**	**74,267**	**0**	**893,971**	**273,674**	**0,008**	**0,012**	**0,311**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2150**	**85,95**	**115,34**	**367,05**	**3024,53**	**1,342**	**1,469**	**209,246**	**21,519**	**2342,56**	**19,677**	**457,974**	**0,01**	**3016,186**	**1373,154**	**5,038**	**0,996**	**166,08**	**0,00**
День 7																					
221	**ЗАВТРАК**	Каша вязкая на молоке (гречневая, пшено, овсяная) (с сахаром)	150	3.15	1.28	25.20	127.50	0.375	0.15	0.015	6.24	138.63	0.03	199.125	0.06	340.875	292.5	2.43	0	0.09	0,00
959	**ЗАВТРАК**	Какао с молоком	200	7.10	6.80	39.12	241.92	0.04	0.24	1.08	1.82	228.92	0.02	55.22	0.1	368.42	209.66	0.02	0	0.08	0,00
42	**ЗАВТРАК**	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95	0.00	36.40	0	0	0.07	0.1	88	2.6	3.5	0	0	5	0	0	0	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**540**	**17,97**	**24,33**	**103,44**	**704,02**	**0,535**	**0,462**	**3,585**	**10,39**	**485,43**	**2,65**	**279,145**	**0,16**	**789,095**	**559,36**	**2,45**	**0,012**	**0,182**	**0,00**
270	**ОБЕД**	Уха рыбацкая	200	18.26	4.30	10.92	155.74	0.1	0.1	16.02	0.86	36.42	0.02	27.92	0	476.82	129.3	0.02	0	0.4	0,00
294	**ОБЕД**	Жаркое по-домашнему	150	11.10	13.80	14.55	219.00	1.275	0.27	12.87	3.18	26.97	0.06	37.23	0	702.9	209.85	0.015	0.015	0.075	0,00
55	**ОБЕД**	Салат из свежих огурцов	60	0.94	1.55	1.98	25.88	0.018	0.042	4.668	0.288	28.488	0.018	8.328	0.03	89.052	31.452	0	0	0.012	0,00
868	**ОБЕД**	Компот из смеси сухофруктов	200	0.70	0.20	29.08	120.20	0.04	0.04	2.28	1.42	45.96	0	18.98	0	223.04	24.72	0	0	0.2	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**670**	**35,74**	**20,45**	**85,51**	**661,82**	**1,553**	**0,494**	**35,838**	**6,888**	**151,638**	**0,098**	**112,258**	**0,03**	**1571,612**	**447,522**	**0,035**	**0,027**	**0,699**	**0,00**
435	**ПОЛДНИК**	Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	0.3	2.6	0.2	240	0.04	28	0	292	180	0.02	0	0.04	0,00

2	**ПОЛДНИК**	Вафли кондитерское изделие промышленного производства	50	3.07	3.10	20.04	125.00	0.03	0	0	0.56	32.25	0	22.8	0	0	58.125	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**8,87**	**8,1**	**29,64**	**233**	**0,11**	**0,3**	**2,6**	**0,76**	**272,25**	**0,04**	**50,8**	**0**	**292**	**238,125**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,00**
320	**УЖИН**	Картофель и овощи тушеные в соусе	150	22.50	7.50	0.00	157.50	0.06	0.27	15	1.56	38.85	0.6	28.5	0	312.6	115.8	0	0	0.06	0,00
618	**УЖИН**	Тефтели (1 вариант)	80	7.86	6.89	15.30	154.70	0.128	0.192	1.624	2.36	16.216	0.088	48.048	0	145.896	102.736	0	0	0.056	0,00
407	**УЖИН**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**490**	**36,1**	**15,19**	**64,48**	**545,2**	**0,328**	**0,524**	**17,224**	**7,86**	**82,866**	**0,688**	**104,348**	**0**	**778,296**	**284,736**	**0**	**0,012**	**0,128**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1950**	**98,68**	**68,07**	**283,07**	**2144,04**	**2,526**	**1,78**	**59,247**	**25,898**	**992,184**	**3,476**	**546,551**	**0,19**	**3431,003**	**1529,743**	**2,505**	**0,051**	**1,049**	**0,00**
День 8																					
1138	**ЗАВТРАК**	Каша овсяная вязкая	150	4.62	2.28	22.32	128.25	0.165	0.045	0	1.35	29.4	0	44.7	0	135.75	130.875	0	0	0.15	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
432	**ЗАВТРАК**	Чай с молоком (с молоком и сахаром)	200	1.60	1.60	12.40	70.00	0.02	0.08	0.6	0	66	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**530**	**11,62**	**17,18**	**73,84**	**496,45**	**0,305**	**0,197**	**3,02**	**3,58**	**125,28**	**0**	**66**	**0**	**215,55**	**183,075**	**0**	**0,012**	**0,162**	**0,00**
186	**ОБЕД**	Щи из свежей капусты	200	25.72	12.14	6.84	240.36	0.12	1.18	29.56	5.46	65.24	0.32	53.28	0	765.2	360.66	0.02	0	0.24	0,00
691	**ОБЕД**	Макароны жареные (из отварных)	150	6.95	10.26	42.75	290.83	0.105	0.045	0	1.44	49.905	0.015	15.105	0	81.555	69.075	0	0	0.36	0,00
621	**ОБЕД**	Биточки паровые	80	14.32	8.05	14.70	188.62	0.112	0.528	0.624	2.856	26.448	0.12	25.432	0	258.416	171.144	0.008	0	0.104	0,00
56	**ОБЕД**	Салат из свеклы с маслом растительным (рец. №1)	60	1.02	4.08	5.52	63.00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
863	**ОБЕД**	Компот из земляники или малины	200	0.56	0.28	45.16	180.30	0.02	0.04	42	0.96	33.48	0	13.56	0	112.7	0	0	0	0.1	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**750**	**53,31**	**35,41**	**143,95**	**1104,11**	**0,477**	**1,835**	**72,184**	**11,856**	**188,873**	**0,455**	**127,177**	**0**	**1297,671**	**653,079**	**0,028**	**0,012**	**0,816**	**0,00**
458	**ПОЛДНИК**	Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком)	50	4.51	2.88	1.78	51.08	0.01	0.1	0.28	0.12	70.41	0.02	9.02	0.01	66.19	74.08	0	0	0	0,00
944	**ПОЛДНИК**	Чай с лимоном	200	0.42	0.00	13.76	56.82	0	0.02	2.7	1.56	24	0	3.46	0	10.26	1.4	0	0	0.28	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**4,93**	**2,88**	**15,54**	**107,9**	**0,01**	**0,12**	**2,98**	**1,68**	**94,41**	**0,02**	**12,48**	**0,01**	**76,45**	**75,48**	**0**	**0**	**0,28**	**0,00**
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
943	**УЖИН**	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0.38	0.00	14.02	56.46	0	0.02	0.18	1.6	9.2	0	7.8	0	45	14.8	0	0	0.28	0,00
421	**УЖИН**	Макароны запеченные с сыром	200	12.32	21.80	47.16	433.84	0.12	0.12	0.5	1.74	239.7	0.66	25.84	0	110.8	177.08	0	0	0.4	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**460**	**17,44**	**22,4**	**90,16**	**631,3**	**0,24**	**0,182**	**0,68**	**4,48**	**262,7**	**0,66**	**53,44**	**0**	**235,6**	**244,08**	**0**	**0,012**	**0,692**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1990**	**87,3**	**77,87**	**323,49**	**2339,76**	**1,032**	**2,334**	**78,864**	**21,596**	**671,263**	**1,135**	**259,097**	**0,01**	**1825,271**	**1155,714**	**0,028**	**0,036**	**1,95**	**0,00**
День 9																					
236	**ЗАВТРАК**	Суп молочный с крупой	150	2.89	3.23	11.70	87.45	0.045	0.105	0.45	0.27	98.46	0.015	15.825	0.045	118.5	81.75	0	0	0.105	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
42	**ЗАВТРАК**	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95	0.00	36.40	0	0	0.07	0.1	88	2.6	3.5	0	0	5	0	0	0	0,00
961	**ЗАВТРАК**	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"	200	4.10	3.76	25.80	160.50	0.06	0.16	0.64	0.04	67.66	0.02	8.7	0.02	73	45	0	0	0.18	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	0	0	2.42	1.03	10.28	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**540**	**14,71**	**23,24**	**76,62**	**582,55**	**0,225**	**0,337**	**3,58**	**2,64**	**284**	**2,635**	**49,325**	**0,065**	**271,3**	**183,95**	**0**	**0,012**	**0,297**	**0,00**
202	**ОБЕД**	Суп из овощей	250	30.30	13.80	12.88	297.47	0.225	1.4	23.525	7.225	67.625	0.55	67.4	0	1044.6	440.25	0.025	0	0.3	0,00
694	**ОБЕД**	Пюре картофельное	150	3.21	8.60	21.41	176.23	0.15	0.12	25.035	1.14	41.385	0.27	31.965	0.015	741.99	94.755	0.015	0	0.045	0,00
618	**ОБЕД**	Тефтели (1 вариант)	80	7.86	6.89	15.30	154.70	0.128	0.192	1.624	2.36	16.216	0.088	48.048	0	145.896	102.736	0	0	0.056	0,00
72	**ОБЕД**	Винегрет овощной (рец. №1)	60	1.56	9.78	6.84	121.80	0.042	0.018	1.95	1.08	28.158	0.09	7.74	0	186.288	37.62	0	0	0.012	0,00
866	**ОБЕД**	Компот - ассорти (консервы)	200	0.50	0.08	30.66	122.10	0	0	0	0.04	3.1	0	0.6	0	0	0	0	0	0.06	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**800**	**48,17**	**39,75**	**116,07**	**1013,3**	**0,665**	**1,772**	**52,134**	**12,985**	**170,284**	**0,998**	**175,553**	**0,015**	**2198,574**	**727,561**	**0,04**	**0,012**	**0,485**	**0,00**
435	**ПОЛДНИК**	Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	0.3	2.6	0.2	240	0.04	28	0	292	180	0.02	0	0.04	0,00
2	**ПОЛДНИК**	Печенье кондитерское изделие промышленного производства	50	1.80	1.05	26.12	126.00	0.025	0	0	0.55	32.25	0	2.375	0	0	58.125	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**250**	**7,6**	**6,05**	**35,72**	**234**	**0,105**	**0,3**	**2,6**	**0,75**	**272,25**	**0,04**	**30,375**	**0**	**292**	**238,125**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,00**
294	**УЖИН**	Жаркое по-домашнему	150	11.10	13.80	14.55	219.00	1.275	0.27	12.87	3.18	26.97	0.06	37.23	0	702.9	209.85	0.015	0.015	0.075	0,00
868	**УЖИН**	Компот из смеси сухофруктов	200	0.70	0.20	29.08	120.20	0.04	0.04	2.28	1.42	45.96	0	18.98	0	223.04	24.72	0	0	0.2	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**410**	**16,54**	**14,6**	**72,61**	**480,2**	**1,435**	**0,352**	**15,15**	**5,74**	**86,73**	**0,06**	**76,01**	**0**	**1005,74**	**286,77**	**0,015**	**0,027**	**0,287**	**0,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2000**	**87,02**	**83,64**	**301,02**	**2310,05**	**2,43**	**2,761**	**73,464**	**22,115**	**813,264**	**3,733**	**331,263**	**0,08**	**3767,614**	**1436,406**	**0,075**	**0,051**	**1,109**	**0,00**
День 10																					
1145	**ЗАВТРАК**	Каша манная жидкая	150	2.39	0.23	16.30	76.92	0.03	0.015	0	0.24	10.62	0	5.49	0	30.03	19.635	0	0	0.135	0,00
434	**ЗАВТРАК**	Какао с молоком	200	4.00	4.00	16.00	116.00	0.08	0.3	6.34	2.68	230.38	39.8	72.92	0	432.3	235.4	0.02	0	0.06	0,00
878	**ЗАВТРАК**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
41	**ЗАВТРАК**	Масло (порциями)	20	0.26	12.30	0.34	113.20	0	0.03	0	0.06	5.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00
850	**ЗАВТРАК**	Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром	100	0.69	0.15	29.26	120.55	0.03	0.02	46.15	0.3	26.85	0.01	10	0	151.53	17.69	0	0	0.01	0,00
458	**ЗАВТРАК**	Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком)	50	4.51	2.88	1.78	51.08	0.01	0.1	0.28	0.12	70.41	0.02	9.02	0.01	66.19	74.08	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**580**	**16,59**	**20,16**	**92,66**	**618,75**	**0,27**	**0,507**	**52,77**	**4,54**	**357,86**	**39,83**	**117,23**	**0,01**	**759,85**	**399,005**	**0,02**	**0,012**	**0,217**	**0,00**
196	**ОБЕД**	Рассольник домашний	200	22.96	10.62	13.08	240.42	0.16	1.04	20.26	5.12	47.56	0.44	54.2	0	879.34	337.92	0.02	0	0.22	0,00
338	**ОБЕД**	Капуста жареная	150	3.63	5.12	9.43	100.53	0.06	0.075	89.91	1.2	97.05	0.18	32.085	0	600.72	63.315	0	0	0.015	0,00
620	**ОБЕД**	Фрикадельки в соусе	80	4.05	5.37	14.85	123.95	0.072	0.04	0.144	0.776	13.776	0.088	10.08	0	29.672	32.896	0	0	0.008	0,00

407	**ОБЕД**	Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный)	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	0.02	0.6	2.8	14	0	8	0	240	14	0	0	0	0,00
55	**ОБЕД**	Салат из свежих огурцов	60	0.94	1.55	1.98	25.88	0.018	0.042	4.668	0.288	28.488	0.018	8.328	0.03	89.052	31.452	0	0	0.012	0,00
878	**ОБЕД**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**750**	**37,32**	**23,46**	**88,52**	**723,78**	**0,45**	**1,259**	**115,582**	**11,324**	**214,674**	**0,726**	**132,493**	**0,03**	**1918,584**	**531,783**	**0,02**	**0,012**	**0,267**	**0,00**
463	**ПОЛДНИК**	Йогурт молочный натуральный	100	4.10	1.50	5.90	57.00	0.04	0.2	100	0.1	122	0.02	15	0	147	96	0.01	0	0.02	0,00
424	**ПОЛДНИК**	Кисель из кураги (густой)	200	1.00	0.20	30.20	126.00	0.02	0.04	0.4	0.6	32	0	16	0	290	26	0	0	0	0,00
512	**ПОЛДНИК**	Рулеты промышленного производства кондитерское изделие	50	14.50	51.00	97.50	1077.00	0.2	0	0	3.75	215	0	182.5	0	0	387.5	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**350**	**19,6**	**52,7**	**133,6**	**1260**	**0,26**	**0,24**	**100,4**	**4,45**	**369**	**0,02**	**213,5**	**0**	**437**	**509,5**	**0,01**	**0**	**0,02**	**0,00**
362	**УЖИН**	Пюре картофельное (рец. №3)	150	5.85	4.65	14.10	121.50	0.15	0.135	21	1.35	42.45	0.075	36.15	0	822.45	111.6	0	0	0	0,00
289	**УЖИН**	Мясо отварное (телятина)	80	24.64	2.48	0.00	121.60	0.064	0.16	0.56	3.36	15.04	0.32	27.52	0	298.8	227.04	0.008	0	0.072	0,00
866	**УЖИН**	Компот - ассорти (консервы)	200	0.50	0.08	30.66	122.10	0	0	0	0.04	3.1	0	0.6	0	0	0	0	0	0.06	0,00
878	**УЖИН**	Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.12	0.042	0	1.14	13.8	0	19.8	0	79.8	52.2	0	0.012	0.012	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**490**	**35,73**	**7,81**	**73,74**	**506,2**	**0,334**	**0,337**	**21,56**	**5,89**	**74,39**	**0,395**	**84,07**	**0**	**1201,05**	**390,84**	**0,008**	**0,012**	**0,144**	**0**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**2170**	**109,24**	**104,13**	**388,52**	**3108,73**	**1,314**	**2,343**	**290,312**	**26,204**	**1015,924**	**40,971**	**547,293**	**0,04**	**4316,484**	**1831,128**	**0,058**	**0,036**	**0,648**	**0**
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			**20330**	**819,86**	**847,54**	**3224,94**	**24402,27**	**18,453**	**16,551**	**1047,356**	**215,595**	**9599,578**	**750,474**	**3933,146**	**296,22**	**28830,166**	**13152,902**	**98,287**	**15,941**	**1132,682**	**0**
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			**2033**	**81,99**	**84,75**	**322,49**	**2440,23**	**1,85**	**1,66**	**104,74**	**21,56**	**959,96**	**75,05**	**393,31**	**29,62**	**2883,02**	**1315,29**	**9,83**	**1,59**	**113,27**	**0**
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				**13,44**	**31,26**	**52,86**															