Утверждаю Заведующий МАДОУ "Детский сад № 5

		Л. В. Лищинская
"	"	20г.

20-дневное меню для детей в возрасте от 3 до 7 лет

посещающих дошкольные образовательные учреждения

Номер	-			1							
· ·	🖹				Пищевь	іе вещества					
рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ				
		1 ДЕНЬ)								
2\4		Каша гречневая с маслом	200,0	5,4	5,0	22,0	154,5				
11\10	завтрак	чай .	200	0,0	0,0						
1\13	387	Хлеб пшеничный с маслом	35/7	2,7	5,4						
,	, ii	Итого	,	8,1	10,4						
		Сок плодово-ягодный промышленного									
10-30-11-00 час		выпуска для детского питания	150	0,1	0,1	18,0	70,5				
		,,		0,1	0,1	18,0	70,5				
4\1		Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным	40,0	0,6	2,6	4,8	42,4				
11\2		Рассольник с крупой и сметаной	200	1,8	4,5	13,9	99,0				
11\8		Гуляш из мяса говядины	50/50	14,7	15,7	3,7	214				
3\3	обед	Картофельное пюре	100,0	2,1	2,8	14,9	90,0				
6\10	ŏ	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,9	72,0				
·	İ	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6				
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5						
		Итого		23,6	26,2	-	-				
сб.2010 №401	Ĭ	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9				
	полдни	Печенье сахарное	40,0	3,0	3,8	29,6	166,8				
	2	Итого		8,1	9,2	37,3	266,7				
		Итого за день		40,0	45,9	183,3	1286,9				
		Калории от суточной нормы в %					71,4				
	Ž.				Пищевь	е вещества					
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет				
							KKAJI				
		 <mark>2 ден</mark> ь	•	<u> </u>			KKAJI				
19\5		2 день Суфле из творога	120,0	17,7	14,5	16,7	269,0				
19\5				17,7 1,4	14,5	16,7 11,1					
19\5		Суфле из творога	120,0			-	269,0				
·	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом	120,0 20,0	1,4	1,7	11,1	269,0 65,0				
13\10 1\13		Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком	120,0 20,0 200 35/7	1,4 3,0 2,7 24,8	1,7 2,9 5,4 24,5	11,1 13,4 16,5 57,7	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7				
13\10		Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом	120,0 20,0 200	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8	еводы г иенность ккал 22,0 154,5 9,1 35,0 16,5 126,7 47,6 316,2 18,0 70,5 18,0 70,5 4,8 42,4 13,9 99,0 3,7 214 14,9 90,0 19,9 72,0 9,8 46,6 13,4 69,5 80,4 633,5 7,7 99,9 29,6 166,8 37,3 266,7 183,3 1286,9 71,4 ещества еводы г иенность ккал 16,7 269,0 13,4 89,0 16,5 126,7 57,7 549,7				
13\10 1\13		Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого	120,0 20,0 200 35/7	1,4 3,0 2,7 24,8	1,7 2,9 5,4 24,5	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0				
13\10 1\13		Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого	120,0 20,0 200 35/7	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0				
13\10 1\13 10-30-11-00 час	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с	120,0 20,0 200 35/7	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1		Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8 87,0				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 197,0				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0 200 20	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9 0,5 1,3	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1 0,0 0,1	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0 19,9 9,8	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8 87,0 197,0 72,0 46,6				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9 0,5 1,3 2,6	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1 0,0 0,1 0,5	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0 19,9 9,8 13,4	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8 87,0 197,0 72,0 46,6 69,5				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8 6\10	обед завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0 200 20 40	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9 0,5 1,3 2,6 16,3	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1 0,0 0,1 0,5 18,8	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0 19,9 9,8 13,4 76,7	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8 87,0 197,0 72,0 46,6 69,5 520,9				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8 6\10 c6.2010 №400	обед завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0 20 40 180,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9 0,5 1,3 2,6 16,3 5,1	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1 0,0 0,1 0,5 18,8 5,4	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0 19,9 9,8 13,4 76,7 7,7	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 197,0 72,0 46,6 69,5 520,9 99,9				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8 6\10	завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое Сдоба Обыкновенная	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0 200 20 40	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9 0,5 1,3 2,6 16,3 5,1 4,4	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1 0,0 0,1 0,5 18,8 5,4 3,3	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0 19,9 9,8 13,4 76,7 7,7 28,2	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 48,8 87,0 197,0 72,0 46,6 69,5 520,9 99,9				
13\10 1\13 10-30-11-00 час 21\1 14\2 18\8 6\10 c6.2010 №400	обед завтрак	Суфле из творога молоко сгущенное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого яблоко Салат из отварной свеклы с растительным маслом Суп из овощей со сметаной Запеканка из картофеля фаршированная отворным мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое	120,0 20,0 200 35/7 100 40,0 200,0 130,0 20 40 180,0	1,4 3,0 2,7 24,8 0,4 0,4 0,5 1,5 9,9 0,5 1,3 2,6 16,3 5,1	1,7 2,9 5,4 24,5 0,4 0,4 3,9 5,2 9,1 0,0 0,1 0,5 18,8 5,4	11,1 13,4 16,5 57,7 9,8 9,8 3,8 9,8 20,0 19,9 9,8 13,4 76,7 7,7	269,0 65,0 89,0 126,7 549,7 47,0 47,0 197,0 72,0 46,6 69,5 520,9 99,9				

	z				Пишевы	е вещества	•	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
			3 ДЕНЬ		<u> </u>			
		Valua Maliliag Magalliag C Macgar						
5\4	¥	Каша манная молочная с маслом сливочным	200,0	5,3	5,1	28,6	178,0	
14\10	завтрак	Какао с молоком	200,0	3,9	3,5	24,5	135,0	
	398	Хлеб пшеничный витамин. с маслом	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0	
апр.13		сыром	20/2/10	3,0	0,0	14,1	137,0	
	<u> </u>	итого	<u> </u>	14,2	15,2	67,2	450,0	
10 20 11 00		Cov. E E O E O D. O E CO E U U E E D. O M. UU E O U O CO	150	0.1	0.1	10.0	70.5	
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1 0,1	0,1 0,1	18,0 18,0	70,5 70,5	
			1	0,1	0,1	10,0	70,5	
		Огурец порционный (сезон)	50,0	0,4	0,0	1,3	7,0	
17\2	ļ	Суп картофельный с бобовыми	200,0	4,3	4,0	18,6	118,0	
4\9		Плов из мяса кур	150,0	14,3	13,0	26,1	275,0	
. 12	ά		100,0	1,,5	10,0		_, _,,	
6\10	обед	Напиток витаминизированный	200	0,0	0,0	19,0	80,0	
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6	
	<u> </u>	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5	
		Итого		22,9	17,6	88,2	596,1	
	큠	W	400	F 2	F 0	7.0	105.0	
17\12	полдн	Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0	
17\12	-	Пирожок с повидлом Итого	50	2,9 8,2	2,5 8,3	31,2 38,4	153,5 258,5	
		Итого за день	1	45,4	41,2	211,8	1375,1	
		Калории от суточной нормы в %	†	,	,-		76,0	
	ž				Пищевы	е вещества	ia .	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
			4 день					
	<u> </u>							
2\6	¥	Омлет запеченный	150,0	14,7	19,7	2,6	246,0	
11\10	завтрак		200/5	0.1	0.0	0.2	26.0	
11\10 1\13	391	чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	200/5 35/7	0,1 2,7	0,0 5,4	9,3 16,5	36,0 126,7	
1/13		Итого	33/7	17,5	25,0	28,3	408,7	
10-30-11-00 час		банан	100		0,5	21,0	96,0	
7\1		Салат из белокочанной капусты с	40,0	0,4	2,6	1,7	30,0	
		огурцами и растительным маслом						
25\2	обед	Суп пюре из картофеля	150	1,8	2,0	9,6	61,0	
43 6\10	90	Суфле "Рыбка"	180,0	21,7	12,6	15,7	264,4 72.0	
6\10		Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	200	0,5 1,3	0,0	19,9 9,8	72,0 46,6	
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,1	13,4	69,5	
		Итого	1.5	28,3	17,8	70,1	543,5	
				-/-		-,-	-,-	
сб.2010 №401		Молоко кипяченное						
	полдник		180,0	5,1	5,4	7,7	99,9	
38\3	ЬP	Запеканка морковная	65	1,7	2,0	12,9	68,5	
	2	Повидло яблочное	20	0,0	0,0	13,0	50,0	
	-	Итого	1	6,8	7,4	33,6	218,4	
		Итого за день Калории от суточной нормы в %	1	54,2	50,7	153,1	1266,6 70,0	
		палории от суточной нормы в /	<u>i</u>	<u> </u>			70,0	

Harran	Z.				Пищевь	іе вещества	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 5 день	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			э день	<u> </u>	I		
14\4		Каша ячневая молочная с маслом	200,0	6,0	5,3	33,7	195,0
13\10	aĸ	Кофейный напиток с молоком	200,0	3,0	2,9	13,4	89,0
4\13	завтрак	Батон нарезной с маслом с сыром	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0
4/13	33	Итого	30/3/10	14,0	14,8	61,2	421,0
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5
10 30 11 00 100		сек пледеве жедных промышленнего	150	0,1	0,1	18,0	70,5
		свежий помидор	60,0	0,3	0,0	2,3	8,4
2\2		Борщ со сметаной	200,0	1,7	4,3	10,2	80,0
5\9	ا	Котлета из мяса кур	70,0	12,5	10,2	10,6	185,0
43\3	обед	Макаронные изделия отварные	100	3,5	2,5	22,7	125
9\10	Ŏ	Кисель из сухофруктов	200	1,0	0,1	32,0	115,0
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5
		Итого		22,9	17,7	101,0	629,5
сб.2010№401	полдник	Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0
	<u>Б</u>	вафли	50,0	2,0	6,6	33,6	200,0
	ĭ	Итого		7,3	12,4	40,8	305,0
		Итого за день		44,3	45,0	221,0	1426,0
		Калории от суточной нормы в %					79,2
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		іе вещества углеводы г	Энергет ценность
	д			OCJINVI,I	,po.,.	углеводы г	ККАЛ
	룓		6 день	OCZIIIVI,I	,	углеводы	
	ďг						ккал
16\4		Каша ассорти с маслом (рис, пшено)	200,0	5,0	5,9	26,4	175,0
11\10		Чай с лимоном	200,0 200/5	5,0 0,1	5,9	26,4 9,3	ККАЛ 175,0 36,0
	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	200,0	5,0 0,1 2,7	5,9 0,0 5,4	26,4 9,3 16,5	175,0 36,0 126,7
11\10 1\13	втрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого	200,0 200/5 35/7	5,0 0,1 2,7 7,8	5,9 0,0 5,4 11,3	26,4 9,3 16,5 52,2	175,0 36,0 126,7 337,7
11\10	втрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	200,0 200/5	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5
11\10 1\13 10-30-11-00 час	втрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного	200,0 200/5 35/7 150	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1	втрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом	200,0 200/5 35/7 150 40,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2	втрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4	втрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0 72,0
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0 72,0 46,6
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3 2,6	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1 0,5	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0 72,0 46,6 69,5
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0 72,0 46,6
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4	обед завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3 2,6 29,1	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1 0,5 17,7	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8 13,4 83,4	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0 72,0 46,6 69,5 584,1
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4 6\10	обед завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200 20 40	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3 2,6 29,1	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1 0,5 17,7	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8 13,4 83,4	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 112,0 72,0 46,6 69,5 584,1
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4 6\10	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200 20 40	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3 2,6 29,1 5,1 7,4	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1 0,5 17,7	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8 13,4 83,4	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 112,0 72,0 46,6 69,5 584,1
11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 19\2 36/2 20\8 10\4 6\10	обед завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Суп картофельный с фрикадельками рыбными Тефтели из мяса говядины Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое Пирожок (шанежка)с картофелем	200,0 200/5 35/7 150 40,0 150,0 40,0 80,0 100,0 200 20 40	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 0,1 2,9 1,0 6,1 11,4 3,3 0,5 1,3 2,6 29,1	5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 0,1 2,3 1,6 0,6 9,7 2,9 0,0 0,1 0,5 17,7	26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 18,0 4,0 7,5 0,8 8,4 19,6 19,9 9,8 13,4 83,4	175,0 36,0 126,7 337,7 70,5 70,5 42,0 46,0 33,0 163,0 112,0 72,0 46,6 69,5 584,1

	ž				Пищевь	іе вещества	
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
				7 день		1	
9\5		Запеканка из творога	120,0	20,3	11,5	16,1	251,0
2\11	ак	молочный соус	30,0	0,7	1,4	4,5	33,0
13\10	завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89,0
1\13	39	Хлеб пшеничный с маслом	35/7	2,7	5,4	16,5	126,7
		Итого		26,7	21,2	50,5	499,7
10-30-11-00 час		апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43,0
29\1		Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы, с репчатым луком, с соленым огурцом и растительным	50,0	0,7	5,0	5,2	66,0
6\2	ᅜ	Щи из свежей капусты со сметаной	200,0	1,5	2,5	7,4	53,0
133	обед	Макароник с мясом говядины	180,0	21,0	20,2	22,3	399,6
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,9	72,0
0/10		Хлеб пшеничный витамин.	200	1,3	0,0	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,1	13,4	69,5
		Итого	40				
				26,9	23,3	72,8	640,7
15\2			70	4.4	2.2	20.4	162.0
15\2	Ζ	Пирожок печенный из дрождевого	70	4,4	3,2	30,4	162,0
	полдник	теста с морковью и джемом (повидло)					
сб.2010 №400	5	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9
	_	Итого		9,5	8,6	38,1	261,9
		Итого за день		64,1	53,3	169,5	1445,3
		Калории от суточной нормы в %					80,2
Номер рецептуры	итии шеи ди	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	іе вещества углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			8 день				ı
_,				_			
8\4		Каша 5 злаков (геркулесовая) с маслом	200,0	6,4	7,4	29,2	202,0
	¥						
12\10	тра	Какао с молоком	200,0	3,9	3,5	24,5	135,0
3\13	завтрак	Хлеб пшеничный витамин. с маслом сыром	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0
		Итого		15,3	17,5	67,8	474,0
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5
				0,1	0,1	18	70,5
		Огурец порционный (сезон)	50,0	0,4	0,0	1,3	7,0
5\2		Свекольник со сметаной	200,0	1,7	4,4	13,7	93,0
2\9		Мясо кур отварное в соусе	80,0	9,7	10,5	1,8	140,0
44\3	обед	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100,0	5,7	4,6	34,0	167,0
1\10		Напиток витаминизированный	200	0,0	0,0	19,0	80,0
- 1		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5
		Итого		19,7	20,1	93,0	603,1
				13,,		33,0	500,1
сб.2010 №401	ż	Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0
,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	H H	Пряник	50,0	2,8	3,2	37,0	188,6
	полднин	Итого	30,0	8,1	9,0	44,2	293,6
	Η-	Итого за день		43,2	46,7	223,0	1441,2
		Калории от суточной нормы в %		10/2	,		80,0

	ž				Пищевь	іе вещества	
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			9 день	Ι		I	I
45\4		Value Turanium a na Tanna a na Tanna	200.0	C F	6.0	22.5	200.0
15\4	έ	Каша пшеничная молочная с маслом	200,0	6,5	6,0	32,5	206,0
11\10	завтрак	Чай	200	0,0	0,0	9,1	35,0
1\13	396	Хлеб пшеничный с маслом	35/7	2,7	5,4	16,5	126,7
10 20 11 00		Итого	100	9,3	11,4	58,1	367,7
10-30-11-00 час		яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
8\1		Салат из белокочанной капусты с яблоком и растительным маслом	40	0,4	2,7	4,8	42,0
16\2		Суп картофельный с крупой	200	2,7	4,4	18,3	117,0
3\7	обед	Рыба жареная	80,0	13,3	2,3	2,9	85,0
3\3		Картофельное пюре	130,0	2,7	3,7	19,4	117,0
9\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,9	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5
		Итого		23,5	13,7	88,5	549,1
	_						
сб.2010 №400	Ĭ	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9
474	полднин	Булочка Российская	60	4,2	4,8	33,3	85,0
	Ĺ	Итого		9,3	10,2	41,0	184,9
		Итого за день		42,5	35,7	197,4	1148,7
		Калории от суточной нормы в %			<u> </u>		63,8
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	іе вещества углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
	1		10 день			1	1
					_	_	
7\4	¥	Каша рисовая молочная	200,0	6,0	5,8	43,7	248,0
13\10	завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89,0
4\13	396	Батон нарезной с маслом с сыром	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0
10 20 11 00		Итого Сок плодово-ягодный промышленного	150	14,0	15,3	71,2	474,0
10-30-11-00 час		сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5
		свежий помидор	40,0	0,2	0,0	1,5	5,6
20\2		Суп лапша на курином бульоне	200,0	1,9	2,8	12,0	78,0
1\9		Мясо кур отварное	70,0	16,6	15,6	0,2	208,0
8\3	ŭ	Капуста тушеная	100	2,3	1,9	11,6	62
9\10	редо	Кисель из сухофруктов	200	1,0	0,1	32,0	115,0
, ,		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5
		Итого		25,9	21,0	80,5	584,7
сб.2010 №401	Z	Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0
	полднин	Печенье сахарное	60,0	4,6	5,8	44,6	250,2
	5	Итого		9,9	11,6	51,8	355,2
		Итого за день		49,9	48,0	221,5	1484,4
	1	Калории от суточной нормы в %			1	1	82,0

	Ž				Пищевь	іе вещества	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			T	11 день		ı	ı
		,					
18\4		Каша ассорти с маслом (рис, греча)	200,0	5,1	5,9	26,2	172,0
11\10	¥	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	9,3	36,0
3\13	завтрак	Хлеб пшеничный витамин. с маслом сыром	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0
		итого		10,2	12,5	49,6	345,0
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5
23\1		Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	50	0,6	4,1	3,8	51,0
15\2		Суп картофельный с мясными	200,0	5,1	12,3	15,4	188,0
		фрикадельками со сметаной					
14\8 1\3 6\10	редо	Биточек (котлета) из мяса говядины паровые Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	70,0 100,0 200 20 40	10,0 2,1 0,5 1,3 2,6	9,7 2,8 0,0 0,1 0,5	4,5 14,9 19,9 9,8 13,4	146,0 90,0 72,0 46,6 69,5
		Итого		22,2	29,5	81,7	663,1
	¥						
сб 2010 №401	Ξ	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9
8\12	полдник	Сдоба Обыкновенная	50,0	4,4	3,3	28,2	156,0
		Итого		9,5	8,7	35,9	255,9
		Итого за день		42,1	50,8	185,2	1334,5
	_	Калории от суточной нормы в %					74,0
Номер рецептуры	итии wәиdu	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		е вещества углеводы г	Энергет
		12 день	,				
11\4	завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6,0	32,5	206,0
13\10	taBı	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89,0
1\13	m	Хлеб пшеничный с маслом	35/7	2,7	5,4	16,5	126,7
		Итого	100	12,2	14,3	62,4	421,7
10-30-11-00 час		яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
16\2		Огурец порционный (сезон)	50,0	0,4	0,0	1,3	7,0
16\2		Суп картофельный с крупой	200,0	2,7	4,4	18,3	117,0
28\8	-	Рулет мясной фаршированный омлетом	80,0	12,4	10,7	4,9	166,0
8/3	редо	Капуста тушеная	50,0	1,2	1,0	5,8	31,0
3\3	0	Картофельное пюре	50,0	1,1	1,4	7,5	45,0
6\10		Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	200 20	0,5	0,0	19,9	72,0 46.6
 		хлео пшеничныи витамин. Хлеб ржаной	40	1,3 2,6	0,1 0,5	9,8 13,4	46,6 69,5
		Итого	40	2,6 22,1	18,1	80,9	554,1
				22,1	10,1	30,3	JJ - ,1
2\12	¥	Булочка творожная	50	6,2	6,6	24,2	178,0
c6 2010 №401	полдник	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9
	701	Итого	_00,0	11,3	12,0	31,9	277,9
	_	Итого за день		46,1	44,7	184,9	1300,7
		Калории от суточной нормы в %		10,1	,,	_0.,5	72,2
		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,					-, -
		•					

	Ž				Пищевь	е вещества	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
	1	13 ден					
2\6		Омлет запеченный	150,0	14,7	19,7	2,6	246,0
	эак						
14\10	завтрак	Какао с молоком	200,0	3,9	3,5	24,5	135,0
3\13	××	Хлеб пшеничный с сыром	30\10	4,9	2,9	14,1	104,0
10 20 11 00		Итого	450	23,5	26,1	41,2	485,0
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5
		Салат из отварного картофеля с					
32\1		зеленым горошком и растительным	50,0	1,5	5,6	6,0	77,0
=> =		·					
5\2		Свекольник со сметаной	200,0	1,7	4,4	13,7	93,0
5\9	Д	Биточки из мяса кур	70,0	12,5	10,2	10,6	185,0
44\3	обед	Каша гречневая рассыпчатая с	100,0	5,7	4,6	34,0	167,0
44 (3		овощами	100,0	3,7	4,0	34,0	107,0
6\10		Напиток витаминизированный	200	0,0	0,0	19,0	80,0
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5
		Итого		25,3	25,4	106,5	718,1
сб.2010 №401	¥						
	полдник	Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0
5\12	70	Печенье сахарное	50,0	3,8	4,8	37,0	208,5
	_	итого		9,1	10,6	44,2	313,5
		Итого за день		58,0	62,1	209,9	1587,1
		Калории от суточной нормы в %			<u> </u>		88,0
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		е вещества углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		14 дней		<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>
19\5		Каша гречневая с маслом	200,0	7,2	6,6	33,5	206,0
	а¥						
11\10	завтрак	Чай	200	0,0	0,0	9,1	35,0
1\13	391	Хлеб пшеничный с маслом	35/7	2,7	5,4	16,5	126,7
		Итого		10,0	12,0	59,1	367,7
10-30-11-00 час		апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43,0
<u> </u>							
13\1		Салат из припущенной моркови и	50	0,5	3,3	6,1	52,0
		яблок с растительным маслом					
10\2		Рассольник домашний со сметаной и мя	200,0	1,8	4,4	12,6	92,0
3\7	обед	Рыба (филе) припущенная с молоком и овощами	80,0	9,2	2,0	2,4	63,0
3\3	ŏ	Картофельное пюре	100,0	2,1	2,8	14,9	90,0
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,9	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5
		итого		18,0	13,1	79,1	485,1
сб.2010 №400	Z	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9
	полдник	Пирожок с капустой	70	4,6	3,3	23,7	147,0
	9	Итого	-	9,7	8,7	31,4	246,9
		Итого за день		38,6	34,0	177,7	1142,7
l -		 Калории от суточной нормы в %		,-	,-	<u> </u>	63,0

	ž			Пищевые вещест			ства	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
		15 ден	Ь			ı	<u> </u>	
14\4		Каша ячневая молочная с маслом	200,0	6,0	5,3	33,7	195,0	
13\10	ак	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89,0	
4\13	завтрак	Батон нарезной с маслом с сыром	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0	
		итого		14,0	14,8	61,2	421,0	
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5	
		свежий помидор	40,0	0,2	0,0	1,5	5,6	
2\2		Борщ со сметаной	200,0	1,7	4,3	10,2	80,0	
8\9	ď.	Суфле из мяса кур паровое	70,0	13,9	15,9	3,2	211,0	
3\3	обед	макароные изделия отварные	130	4,6	3,3	29,6	163	
9\10		Кисель из сухофруктов	200	1,0	0,1	32,0	115,0	
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6	
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5	
		Итого		25,3	24,2	99,7	690,7	
	<u> </u>		50.0	2.0		22.6	200.0	
	полднин	вафли	50,0	2,0	6,6	33,6	200,0	
сб.2010 №401	70	Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0	
	_	Итого		7,3	12,4	40,8	305,0	
		Итого за день Калории от суточной нормы в %		46,7	51,5	219,7	1487,2	
	_	калории от суточной нормы в %				10 DOULOC T DO	82,6	
Номер рецептуры								
•	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	е вещества углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
•	итии шеиди	Наименование блюда	Вес блюда 16 день	белки,г			Энергет ценность	
•	лтии мәиди	Наименование блюда		белки,г			Энергет ценность	
•	лрием пищи	Наименование блюда Каша ассорти с маслом (рис, пшено)		белки,г 5,0			Энергет ценность	
рецептуры		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном	16 день		жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
рецептуры		Каша ассорти с маслом (рис, пшено)	16 день 200,0	5,0	жиры,г	углеводы г 26,4	Энергет ценность ККАЛ 175,0	
рецептуры 16\4 11\10	завтрак прием пищи	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном	16 день 200,0 200/5	5,0 0,1	жиры,г	углеводы г 26,4 9,3	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0	
16\4 11\10 1\13		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого	16 день 200,0 200/5 35/7	5,0 0,1 2,7 7,8	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4	
рецептуры 16\4 11\10		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	16 день 200,0 200/5	5,0 0,1 2,7	жиры,г 5,9 0,0 5,4	углеводы г 26,4 9,3 16,5	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7	
16\4 11\10 1\13		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного	16 день 200,0 200/5 35/7 150	5,0 0,1 2,7 7,8	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5	
16\4 11\10 1\13		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного	16 день 200,0 200/5 35/7 150	5,0 0,1 2,7 7,8	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час	завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2		Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2	завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2	завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6 69,5	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2	завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200 20	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5 11,3 0,5 1,3	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0 0,1	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9 9,8	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2 31\8 6\10	обед завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200 40	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5 11,3 0,5 1,3 2,6 20,1	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0 0,1 0,5	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9 9,8 13,4 66,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6 69,5 473,1	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2	обед завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200 20	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5 11,3 0,5 1,3 2,6	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0 0,1 0,5	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9 9,8 13,4	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6 69,5	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2 31\8 6\10	обед завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200 40	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5 11,3 0,5 1,3 2,6 20,1	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0 0,1 0,5 17,0	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9 9,8 13,4 66,0	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6 69,5 473,1	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2 31\8 6\10	завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое Биточек картофельный запеченный Итого	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200 40 180,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5 11,3 0,5 1,3 2,6 20,1	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0 0,1 0,5 17,0 5,4	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9 9,8 13,4 66,0 7,7	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6 69,5 473,1	
16\4 11\10 1\13 10-30-11-00 час 2\1 6\2 31\8 6\10	обед завтрак	Каша ассорти с маслом (рис, пшено) Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного Горошек зеленый с яйцом Щи из свежей капусты со сметаной Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое Биточек картофельный запеченный	16 день 200,0 200/5 35/7 150 40,0 200,0 180 200 40 180,0	5,0 0,1 2,7 7,8 0,1 2,9 1,5 11,3 0,5 1,3 2,6 20,1 5,1 3,0	жиры,г 5,9 0,0 5,4 11,3 0,1 2,3 2,5 11,6 0,0 0,1 0,5 17,0 5,4 3,7	углеводы г 26,4 9,3 16,5 52,2 18,0 4,0 7,4 11,5 19,9 9,8 13,4 66,0 7,7 20,1	Энергет ценность ККАЛ 175,0 36,0 126,7 337,7 675,4 70,5 42,0 53,0 190,0 72,0 46,6 69,5 473,1 99,9 122,0	

	<u>z</u>				Пищевые вещества			
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
			<u>17 день</u>	<u> </u>	ı	I		
0) [20-000000000000000000000000000000000000	100.0	10.0	0.6	12.4	200.0	
9\5	¥	Запеканка из творога	100,0	16,9	9,6	13,4	209,0	
11\10	завтрак	сгущенка Чай	20,0	1,4	1,7	11,1	65,0	
11\10 1\13	авт	Хлеб пшеничный с маслом	200	0,0 2,7	0,0 5,4	9,1 16,5	35,0	
1/13	m	Итого	35/7		+	-	126,7	
10-30-11-00 час		яблоко	100	21,1	16,7	50,1	435,7	
10-30-11-00 4aC		яолоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	
31\1		Canat us wantohong coon of volum	40.0	0,60	2.70	2.60	42.70	
		Салат из картофеля с сол.огурцом Суп картофельный с крупой	40,0		2,70	3,60	42,70	
16\2	ł	суп картофельный с крупой	200,0	2,7	4,4	18,3	117,0	
15\8	обед	Биточки (котлеты) из мяса говядины с рисом паровые	80	11,7	11,6	4,9	171,0	
16\3	90	Свекла тушеная в сметаном соусе	100,0	1,7	1,8	11,2	58,0	
6\10	1	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,9	72,0	
,	İ	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6	
	1	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5	
	1	Итого		21,1	21,1	81,1	576,8	
				,	,	,	,	
сб.2010 №400	ż	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,4	7,7	99,9	
	полдни	Кекс "Столичный"	50,0	2,7	8,2	25,8	186,0	
	9	Итого	30,0	7,8	13,6	33,5	285,9	
		Итого за день		50,4	51,8	174,5	1345,4	
		Калории от суточной нормы в %					72,7	
	ž	Пищевые веще						
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
			18 день					
15\4		Каша пшеничная молочная с маслом	200,0	6,5	6,0	32,5	206,0	
	Ų							
14\10	.bai	Какао с молоком	200,0	3,9	3,5	24,5	135,0	
3\13	завтрак	Хлеб пшеничный витамин. с маслом сыром	30\5\10	5,0	6,6	14,1	137,0	
		Итого		15,4	16,1	71,1	478,0	
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	150	0,1	0,1	18,0	70,5	
		Огурец порционный (сезон)	50,0	0,4	0,0	1,3	7,0	
25\2		Суп - пюре из картофеля	200,0	2,5	2,6	12,7	82,0	
	1							
1\9	ď	Мясо кур отварное	70,0	16,6	15,6	0,2	208,0	
14\4	обед	Каша перловая	120,0	4,0	3,4	23,5	134,0	
6\10		Напиток витаминизированный	200	0,0	0,0	19,0	80,0	
		Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,8	46,6	
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,5	
		Итого		27,4	22,2	79,9	627,1	
	<u> </u>		_					
_		Кисломолочные продукты	180	5,3	5,8	7,2	105,0	
сб.2010 №401	主	· ·					4000	
сб.2010 №401	олдни	Пряник	50,0	2,8	3,2	37,0	188,6	
c6.2010 №401	полдни	Итого	50,0	8,1	9,0	44,2	293,6	
сб.2010 №401	полдни	· ·	50,0	1				

Номер Вес блюда	цества	
	Энер зоды г ценн ккал	НОСТЬ
19 день		
	2,6 24	46,0
13\10 Кофейный напиток с молоком 200 3,0 2,9 1 Xлеб пшеничный с маслом 35/7 2.7 5.4 1		
13\10 Б Кофейный напиток с молоком 200 3,0 2,9 1		39,0
		26,7
Итого 20,4 27,9 3	2,4 46	61,7
10-30-11-00 час банан 100 1,5 0,5 2	1,0 9	96,0
Салат из белокочанной капусты с 4\1 кукурузой, луком и растительным 40,0 0,7 2,7 4 маслом	4,8 4	43,0
17\2 Суп картофельный с бобовыми 200,0 4,3 4,0 1	8,6 11	18,0
14\8 Биточек (котлета) из мяса говядины паровые 70,0 10,0 9,7 4	4,5 14	46,0
45\3 Каша рисовая рассыпчатая 100,0 2,4 2,2 2	5,8 13	31,0
6\10 Компот из сухофруктов 200 0,5 0,0 1	9,9 7	72,0
Хлеб пшеничный витамин. 20 1,3 0,1 9	9,8 4	16,6
Хлеб ржаной 40 2,6 0,5 1	3,4 6	59,5
Итого 21,8 19,2 9	6,8 62	26,1
Сб.р 782 Растегай с рыбой 75,0 8,7 7,2 1 сб.2010 №400 Молоко кипяченое 180,0 5,1 5,4 7 Итого 13,8 12,6 2	8,8 16	65,0
сб.2010 №400 💆 Молоко кипяченое 180,0 5,1 5,4 7	7,7 9	99,9
Р Итого 13,8 12,6 2	6,5 26	64,9
Итого за день 57,6 60,2 17	76,7 14	148,7
Калории от суточной нормы в %	8	30,0
Номер рецептуры Наименование блюда Вес блюда белки,г жиры,г углев	цества Энер	
рецептуры белки,г жиры,г углев	воды г ценн ККАЛ	НОСТЬ
рецептуры белки,г жиры,г углев 20 день	-11-	НОСТЬ
	-11-	НОСТЬ
20 день Макаронные изделия отварнные с 160.0 7.8 6.1 3	4,1 21	19,0
20 день 43\3 Жакаронные изделия отварнные с сыром 160,0 7,8 6,1 3 12\10 Чай с молоком 200 1,4 1,4 1	4,1 21	ность Л
20 день 43\3 ж бы быром Макаронные изделия отварнные с сыром 160,0 7,8 6,1 3 12\10 Чай с молоком 200 1,4 1,4 1 Батон нарезной с маслом 30\5\10 5,0 6,6 1	4,1 21 1,2 6 4,1 13	19,0 51,0 37,0
20 день 43\3 ж б сыром 160,0 7,8 6,1 3 12\10 Чай с молоком 200 1,4 1,4 1 Батон нарезной с маслом 30\5\10 5,0 6,6 1 Итого 14,2 14,1 5	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41	19,0 51,0 37,0
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7	19,0 51,0 37,0 17,0
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5	19,0 51,0 37,0 17,0 55,6
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7 1,5 5 0,9 8	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6
43\3 В	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 81,3
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0
43\3 рай Сыром 160,0 7,8 6,1 3 3 3 3 3 3 3 6\10 5 6 1 6 7 7 7 7 7 7 7 7 7	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 9,8 4	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 3,8 4 3,4 6	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6 59,5
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 9,8 4 3,4 6	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6
Дахаронные изделия отварнные с сыром 160,0 7,8 6,1 3 3 3 3 3 3 3 3 3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 9,8 4 3,4 60 0,1 44	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6 69,5 42,2
Дахаронные изделия отварнные с сыром 160,0 7,8 6,1 3 3 3 3 3 3 3 3 3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 70 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 9,8 4 3,4 66 0,1 44	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6 59,5 42,2
43\3 12\10 3\13 12\10 3\13 10-30-11-00 час Сок плодово-ягодный промышленного 150 0,1 0,1 10-30\2 Уха рыбацкая 10-30\2 Уха рыбацкая 10-30\2 Котлета из мяса кур Капуста тушеная Картофельное пюре Кисель из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. 20 180 20 1,4 1,4 1,4 1 1,4 1 1 10-30-11-00 час Сок плодово-ягодный промышленного 150 0,1 0,1 1 1 10-30-11-00 час Сок плодово-ягодный промышленного 150 0,1 0,1 1 10-30-11-00 час Сок плодово-ягодный промышленного 150 0,1 0,1 1 1 Котлета из мяса кур Капуста тушеная Картофельное пюре Кисель из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. 20 1,3 0,1 3 Кисломолочные продукты 180 5,3 5,8 7 Соб. 2010 №401 Киссломолочные продукты вафли 50,0 2,0 6,6 3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 3,4 6 0,1 44 7,2 10 3,6 20	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6 59,5 42,2
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 9,8 4 3,4 6 0,1 44 7,2 10 3,6 20 0,8 30	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6 59,5 42,2 05,0 00,0 05,0
43\3	4,1 21 1,2 6 4,1 13 9,4 41 8,0 7 1,5 5 0,9 8 0,6 18 5,8 3 7,4 4 2,0 11 9,8 4 3,4 6 0,1 44 7,2 10 3,6 20 0,8 30 88,3 12	19,0 51,0 37,0 17,0 70,5 5,6 37,0 85,0 31,3 45,0 15,0 46,6 59,5 42,2

завтрак - 20% второй завтрак - 5% обед - 35% полдник - 15%

Энергетическая ценность рекомендуемая

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

белки жиры углев ккал ккал в % 40,5 45 195,75 1350

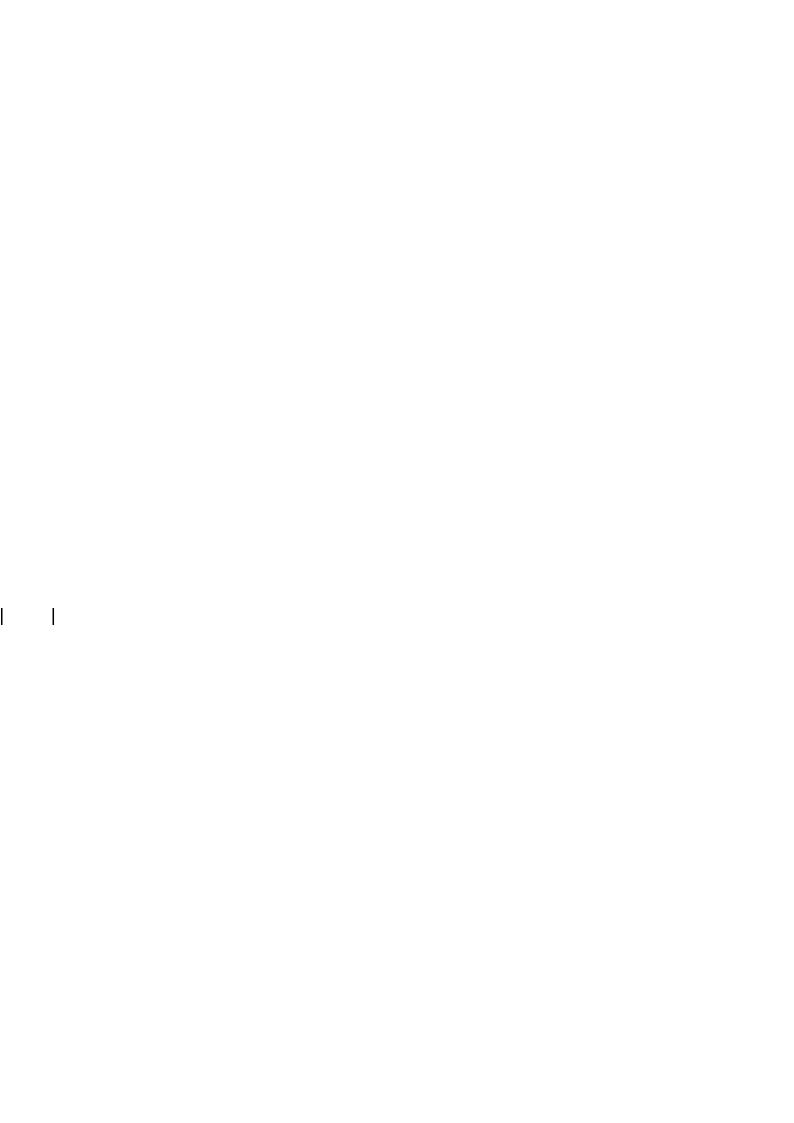
фактическая

2	51,1	52,4	180,1	1373,5	76,3
3	45,4	41,2	211,8	1375,1	71,6
4	54,2	50,7	153,1	1266,6	71,0
5	44,3	45,0	221,0	1426,0	79,2
6	49,6	41,8	200,1	1341,8	73,9
7	64,1	53,3	169,5	1445,3	80,2
8	43,2	46,7	223,0	1441,2	80,0
9	42,5	35,7	197,4	1148,7	63,8
11	42,1	50,8	185,2	1334,5	74,0
12	46,1	44,7	184,9	1300,7	72,2
13	58,0	62,1	209,9	1587,1	88,0
14	38,6	34,0	177,7	1142,7	63,0
15	46,7	51,5	219,7	1487,2	82,6
16	28,4	26,2	111,8	1440,9	76,0
17	50,4	51,8	174,5	1345,4	72,7
19	57,6	60,2	176,7	1448,7	80,0
20	42,0	41,9	188,3	1234,7	68,5
ср знач	47,3	46,6	190,1	1369,0	75,4
	•				

Сумарные объемы блюд (не менее):

Завтрак - 400 гр. Второй завтрак - 100 гр.

Полдник - 250 гр.





ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430277

Владелец Лищинская Любовь Владимировна

Действителен С 15.04.2024 по 15.04.2025