

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Не рацион-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,87	3,62	10,28	89,90	0,03	0,28	0,03	0,00	0,04	101,80	7,60	71,00	0,27	27,90	0,00	0,00	3	2012	
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,81	6,14	23,13	163,56	0,03	0,41	0,03	0,08	0,09	86,60	19,77	89,03	0,29	139,38	7,43	0,01	0,00	189	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,18	9,16	67,21	0,02	0,48	0,01	0,00	0,09	96,97	12,10	67,02	0,30	139,27	8,10	0,00	0,00	TK№026	
Итого за прием пищи:	365	10,27	11,94	42,57	320,67	0,08	1,17	0,07	0,08	0,22	285,37	39,47	227,05	0,86	308,55	15,53	0,01	0,00		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	0,00	4,00	0,10	0,00	0,00	5,00	7,20	9,40	0,40	116,00	0,80	0,00	0,00	TK№001	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	150/10/1	4,20	4,27	12,12	103,81	0,06	4,66	0,14	0,00	0,05	20,76	16,87	56,02	0,83	321,54	3,83	0,02	0,00	82	2012
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	20,55	8,43	17,89	251,39	0,23	14,82	6,29	0,29	1,58	28,53	29,78	316,46	6,38	382,99	9,81	0,20	0,04	294	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	11,87	60,67	0,01	66,00	0,12	0,00	0,04	14,27	3,65	2,30	0,41	8,10	0,00	0,00	0,00	TK№027	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	TK№003	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00	TK№004	
Итого за прием пищи:	541	27,74	13,82	57,48	495,77	0,30	89,48	6,65	0,29	1,67	73,51	61,83	403,76	8,67	862,83	15,24	0,22	0,04		
Полдник																				
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,68	3,29	1,52	66,43	0,03	0,66	0,02	0,05	0,04	29,15	13,99	93,67	0,30	195,64	63,48	0,26	0,01	246	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	110	2,33	3,91	15,72	107,89	0,09	7,62	0,02	0,06	0,08	27,28	21,47	62,38	0,87	560,50	6,27	0,03	0,00	321	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	150	0,12	0,12	7,69	33,03	0,01	1,20	0,00	0,00	0,01	9,47	3,29	2,97	0,59	83,93	0,60	0,00	0,00	TK№051	
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	0,00	TK№003	
Итого за прием пищи:	50	4,77	1,57	28,05	145,39	0,06	0,10	0,00	0,00	0,04	28,57	8,15	46,14	0,39	78,75	2,40	0,01	0,01	477	2008
Итого за прием пищи:	375	15,90	9,01	59,38	383,54	0,19	9,58	0,04	0,11	0,17	96,87	49,50	216,96	2,65	939,22	73,55	0,30	0,02		
Всего за день:		63,91	34,57	175,44	1 265,46	0,57	100,23	6,76	0,48	2,06	456,75	150,80	847,77	12,18	2 108,60	104,32	0,53	0,06		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур													
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Ғ, мг	Са, мг																						
Завтрак																																								
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2012																			
КАША ОВсяная "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	165	4,99	7,30	20,41	167,80	0,10	0,41	0,03	0,08	0,11	95,05	36,09	125,74	0,91	192,27	8,49	0,00	0,00	0,00	189	2008																			
КАЧА С МОЛОКОМ	180	3,66	3,02	11,17	87,57	0,03	0,57	0,02	0,00	0,12	118,23	22,20	93,35	0,56	197,23	9,90	0,00	0,00	0,00	TKNB029																				
Итого за прием пищи:	385	11,89	14,42	38,58	317,37	0,13	0,98	0,15	0,28	0,23	217,68	60,59	232,29	1,57	409,40	18,39	0,00	0,00	0,00																					
II Завтрак																																								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,50	67,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008																			
Итого за прием пищи:	150	0,00	0,00	16,50	67,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00																					
Обед																																								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	6,11	4,75	76,65	0,03	4,10	0,03	0,00	0,02	8,59	7,04	16,71	0,32	179,12	1,44	0,01	0,00	0,00	43	2008																			
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,19	6,22	7,92	107,18	0,04	5,29	0,17	0,00	0,05	31,60	18,63	55,35	1,10	282,42	5,20	0,02	0,00	0,00	57	2012																			
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	8,01	4,54	5,20	93,70	0,04	0,26	0,03	0,15	0,06	32,46	13,33	93,98	0,34	180,13	57,59	0,23	0,01	0,01	269	2012																			
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,43	1,56	6,11	49,21	0,03	4,22	0,37	0,00	0,03	29,13	12,26	27,31	0,45	96,38	2,44	0,01	0,00	0,00	129	2008																			
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	4,92	19,84	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,12	2,16	1,49	0,14	5,56	0,00	0,00	0,00	TKNB030																					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	TKNB016																					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00	TKNB004																					
Итого за прием пищи:	580	17,04	19,13	47,23	437,51	0,14	13,88	0,60	0,15	0,16	115,46	59,49	223,33	3,34	791,48	68,01	0,27	0,01	0,01																					
Полдник																																								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,92	11,72	16,33	247,68	0,04	0,19	0,05	0,06	0,20	140,34	22,63	189,02	0,73	134,99	0,92	0,03	0,02	0,02	237	2012																			
МОЛОКО КИРСКОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,10	0,80	0,00	0,00	0,10	161,20	17,70	113,80	0,20	230,70	14,20	0,00	0,00	0,00	434	2008																			
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,01	0,00	0,03	35,00	11,00	-17,00	0,10	155,00	0,00	0,00	0,00	TKNB052																					
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,01	5,20	6,00	16,80	0,28	25,20	0,00	0,00	0,00	TKNB008																					
Итого за прием пищи:	370	24,62	16,88	46,01	443,28	0,23	38,99	0,06	0,06	0,34	341,74	57,33	336,62	1,31	545,99	15,12	0,03	0,02	0,02																					
Всего за день:		53,55	50,43	148,32	1 265,66	0,50	53,85	0,81	0,49	0,73	674,88	177,41	792,24	6,32	1 746,77	101,52	0,30	0,03	0,03																					

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны										Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Ғ, мг	Se, мг						
Завтрак																								
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,87	3,62	10,28	89,90	0,03	0,28	0,03	0,00	0,04	101,80	7,60	71,00	0,27	27,90	0,00	0,00	0,00	3	2012				
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,53	6,60	20,13	158,83	0,06	0,59	0,04	0,07	0,13	119,38	21,80	107,74	0,38	188,47	0,57	0,01	0,00	190	2008				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,18	9,16	67,21	0,02	0,48	0,01	0,00	0,09	96,97	12,10	67,02	0,30	139,27	8,10	0,00	0,00	TKNp026					
Итого за прием пищи:	360	10,99	12,40	39,57	315,94	0,11	1,35	0,08	0,07	0,28	318,15	41,50	245,76	0,95	335,64	18,67	0,01	0,00						
II Завтрак																								
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	25,70	16,20	21,60	2,70	232,50	1,50	0,00	0,00	TKNp022					
Итого за прием пищи:	150	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	25,70	16,20	21,60	2,70	232,50	1,50	0,00	0,00						
Обед																								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,80	0,50	0,90	0,00	6,90	0,20	0,00	0,00	33	2012				
СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ	150/15	4,55	4,47	10,49	100,54	0,07	5,22	0,12	0,02	0,06	18,64	19,62	65,91	1,07	423,41	4,95	0,03	0,00	83	2012				
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,29	12,34	25,05	260,60	0,16	11,90	0,03	0,08	0,15	21,80	42,15	164,34	2,66	1 006,02	11,09	0,06	0,00	291	2012				
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	0,75	1,19	14,85	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	5,17	0,71	3,70	0,03	7,34	0,47	0,00	0,00	354	2012				
КОМЛОТ ИЗ КУРАТИ	150	0,76	0,04	12,28	53,11	0,01	0,24	0,09	0,00	0,03	27,89	15,55	19,71	0,43	258,16	0,00	0,01	0,00	TKNp031					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	TKNp016					
Итого за прием пищи:	550	20,11	20,10	60,82	517,23	0,24	17,47	0,25	0,10	0,24	78,31	82,87	274,27	5,03	1 735,90	18,05	0,10	0,00						
Полдник																								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	0,00	5,00	0,13	0,00	0,00	6,25	9,00	11,75	0,50	145,00	1,00	0,00	0,00	TKNp001					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,12	8,70	23,00	194,76	0,05	0,10	0,06	0,44	0,10	41,81	8,79	70,89	0,94	94,62	5,36	0,01	0,01	208	2012				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,00	5,02	21,00	0,00	0,57	0,00	0,00	0,00	8,38	2,54	2,18	0,17	11,27	0,00	0,00	0,00	TKNp024					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	TKNp003					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,03	3,16	21,13	137,56	0,04	0,03	0,02	0,10	0,05	30,28	7,32	55,43	0,38	58,59	1,18	0,01	0,01	249	2014				
Итого за прием пищи:	393	13,82	12,08	57,45	396,32	0,09	5,70	0,21	0,54	0,15	88,12	30,25	152,05	2,49	327,88	9,34	0,02	0,02						
Всего за день:		45,52	45,08	173,34	1 299,99	0,44	27,52	0,54	0,71	0,65	511,28	170,82	693,68	11,17	2 651,92	47,56	0,13	0,02						

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Углевод г, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества									№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Ca, мг	Na, мг	К, мг	Cl, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг			Ca, мг	Na, мг	
Завтрак																														
ВТЕРЬЕРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	0,00	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,20	3,30	11,50	0,30	30,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	2012	
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,51	6,63	26,97	190,13	0,11	0,40	0,03	0,08	0,09	0,08	0,09	88,39	31,49	118,80	0,88	175,30	0,19	189	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	189	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,25	11,71	77,58	0,02	0,47	0,01	0,00	0,09	0,00	0,09	96,28	11,05	64,80	0,07	131,90	8,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN028		
Итого за прием пищи:	365	9,69	10,98	54,48	335,71	0,13	2,67	0,04	0,08	0,18	0,08	0,18	190,87	45,84	195,10	1,26	337,80	16,29	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
II Завтрак																														
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																														
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	0,00	1,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,30	5,00	15,10	0,40	56,40	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN011		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,60	3,68	19,30	128,97	0,12	2,79	0,15	0,00	0,04	0,00	0,04	26,07	21,95	56,66	1,30	298,70	2,67	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	81	2012	
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,36	2,76	4,54	76,27	0,04	0,18	0,02	0,16	0,04	0,14	14,69	12,51	90,08	0,38	169,67	61,90	0,25	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	263	2012	
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,72	4,56	11,87	100,17	0,06	7,85	0,55	0,07	0,07	0,00	50,26	23,21	59,06	0,85	290,18	5,22	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	338	2008	
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	11,53	47,83	0,01	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	11,48	3,00	6,39	0,45	64,04	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN032		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN003		
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN004		
Итого за прием пищи:	560	18,17	11,71	62,34	429,14	0,23	13,32	0,72	0,23	0,15	0,15	115,75	70,00	247,87	4,03	913,19	72,24	0,29	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Полдник																														
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,68	11,10	8,94	178,22	0,04	0,00	0,02	0,06	0,07	0,06	11,23	15,90	102,35	1,64	194,93	3,64	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	282	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,35	4,06	15,47	108,35	0,09	7,20	0,52	0,06	0,08	0,08	35,37	27,38	66,87	1,00	541,99	6,69	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	322	2012	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN004		
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN004	
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	4,92	19,84	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,12	2,16	1,49	0,14	5,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TKN030		
Итого за прием пищи:	365	15,17	15,78	43,43	376,71	0,13	7,21	0,54	0,12	0,15	0,15	58,67	49,77	191,29	3,43	776,68	11,13	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за день:	43,03	38,47	176,26	1,207,04	0,49	23,20	1,30	0,43	0,48	0,48	365,29	165,61	634,26	8,72	2,027,67	99,66	0,36	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг								
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,87	3,62	10,28	89,90	0,03	0,28	0,03	0,00	0,04	101,80	7,60	71,00	0,27	27,90	0,00	0,00	0,00	0,00	3	2012					
ЧАЙ С МОЛОКОМ	155	4,46	6,07	22,23	161,10	0,04	0,40	0,03	0,08	0,09	86,24	12,81	73,48	0,29	141,90	6,84	0,00	0,00	0,00	189	2008					
Итого за прием пищи:	180	2,59	2,18	9,16	67,21	0,02	0,48	0,01	0,00	0,09	96,97	12,10	67,02	0,30	139,27	8,10	0,00	0,00	0,00	TK№026						
Итого за прием пищи:	365	10,92	11,87	41,67	318,21	0,09	1,16	0,07	0,08	0,22	285,01	32,51	211,50	0,86	309,07	14,94	0,00	0,00	0,00							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008					
Итого за прием пищи:	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	0,00	1,60	0,00	0,00	0,00	8,30	5,00	15,10	0,40	56,40	1,20	0,00	0,00	0,00	TK№011						
СУП КАРПОВЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗАПЕЧЕНЫМ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,10	4,96	11,79	110,71	0,07	6,47	0,14	0,00	0,06	24,18	20,93	63,44	0,93	446,87	5,15	0,02	0,00	0,00	77	2012					
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	50	10,63	5,81	1,79	114,11	0,12	8,15	3,69	0,17	0,89	14,22	13,05	158,53	3,42	215,96	5,33	0,11	0,02	0,00	34	2012					
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	2,57	6,74	14,15	133,42	0,07	10,18	0,49	0,09	0,07	44,00	25,09	60,21	1,09	411,49	5,85	0,03	0,00	0,00	344	2012					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	150	0,09	0,09	11,53	47,83	0,01	0,90	0,00	0,00	0,00	11,48	3,00	6,39	0,45	64,04	0,45	0,00	0,00	0,00	TK№032						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	0,00	TK№016						
Итого за прием пищи:	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,40	2,30	11,70	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	0,00	TK№012						
Итого за прием пищи:	600	20,89	18,40	61,16	515,07	0,27	27,30	4,32	0,26	1,02	109,59	73,71	335,08	7,33	1247,23	19,32	0,16	0,02	0,00							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,35	9,43	13,13	198,96	0,03	0,15	0,04	0,05	0,16	112,23	18,11	151,41	0,59	108,23	0,77	0,02	0,02	0,00	237	2012					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,10	0,90	0,00	0,00	0,10	161,20	17,70	113,80	0,20	230,70	14,20	0,00	0,00	0,00	434	2008					
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,01	0,00	0,03	35,00	11,00	17,00	0,10	155,00	0,00	0,00	0,00	0,00	TK№052						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,74	6,95	29,93	197,04	0,04	0,00	0,03	0,13	0,02	8,47	5,26	29,84	0,35	45,34	0,72	0,01	0,01	0,00	467	2008					
Итого за прием пищи:	380	23,29	19,58	57,86	508,20	0,23	38,95	0,08	0,18	0,31	316,90	52,07	312,05	1,24	539,27	15,69	0,03	0,03	0,00							
Итого за день:		55,10	49,85	176,70	1406,96	0,59	67,41	4,47	0,52	1,55	711,50	158,29	858,53	9,43	2095,57	49,95	0,19	0,05	0,00							

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Н, мг	С, мг	Se, мг								
Завтрак																											
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00	1	2012							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,81	6,14	23,13	163,56	0,03	0,41	0,03	0,08	0,09	86,60	19,77	89,03	0,29	139,38	7,43	0,01	0,00	189	2008							
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,08	0,00	5,97	24,18	0,00	0,02	0,00	0,00	9,76	3,33	2,97	0,30	10,68	0,00	0,00	0,00	TKNB035									
Итого за прием пищи:	371	7,13	10,24	36,10	249,74	0,03	0,43	0,13	0,28	0,09	100,76	25,40	105,20	0,79	169,96	7,43	0,01	0,00									
II Завтрак																											
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008							
Итого за прием пищи:	150	0,00	0,00	16,01	65,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
Обед																											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,80	0,50	0,90	0,00	6,90	0,20	0,00	0,00	33	2012							
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,04	6,31	7,91	107,12	0,05	4,03	0,01	0,00	0,05	20,00	15,53	55,69	0,88	336,82	4,03	0,02	0,00	73	2012							
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,15	12,30	2,10	155,58	0,03	0,36	0,06	0,29	0,09	24,11	8,66	81,44	0,77	115,78	5,64	0,00	0,00	310	2012							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,47	3,95	27,44	162,98	0,05	0,00	0,02	0,06	0,03	18,39	6,37	39,87	0,76	54,25	1,75	0,01	0,01	205	2012							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	7,84	33,03	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	10,44	4,40	4,32	0,54	47,04	0,30	0,00	0,00	TKNB036								
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	TKNB016								
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00	TKNB004								
Итого за прием пищи:	575	21,18	25,65	66,89	586,21	0,13	5,09	0,09	0,35	0,18	80,30	41,53	210,71	3,94	608,66	13,26	0,03	0,01									
Полдник																											
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	0,00	1,60	0,00	0,00	0,00	8,30	5,00	15,10	0,40	56,40	1,20	0,00	0,00	TKNB011								
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,06	13,20	13,54	229,16	0,10	6,84	0,01	0,04	0,12	16,53	30,00	150,25	2,30	701,39	9,24	0,05	0,00	276	2012							
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,76	0,04	12,26	53,11	0,01	0,24	0,09	0,00	0,03	27,89	15,55	19,71	0,43	256,16	0,00	0,01	0,00	TKNB031								
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	TKNB003								
СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	3,17	28,72	159,41	0,05	0,00	0,01	0,04	0,02	9,40	5,77	31,63	0,38	48,08	0,80	0,01	0,01	464	2008							
Итого за прием пищи:	375	20,17	16,53	61,92	478,28	0,16	8,68	0,11	0,08	0,17	64,52	58,92	228,49	4,01	1 084,43	12,04	0,07	0,01									
Всего за день:		48,48	52,42	180,92	1 379,71	0,32	14,20	0,33	0,71	0,44	245,58	125,85	544,40	8,74	1 863,05	32,73	0,11	0,02									

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг					
Итого за весь период	522,20	497,47	1 670,37	13 389,27	4,72	431,75	18,05	9,99	9,23	4 830,28	1 764,75	7 574,51	106,34	21 551,87	806,36	2,37	0,29					
Среднее значение за период	52,22	49,75	167,04	1 338,93	0,47	43,18	1,81	1,00	0,92	483,03	176,48	757,45	10,63	2 155,19	80,64	0,24	0,03					
Содержание Белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,6	33,4	51,0																			

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли 12 часов	364	145	572	408