

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

3-7

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Факт. за 14 дн., г	Факт. за день, г	Выпол- нение, г	Выпол- нение, %	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность, ккал
Молоко, молочная и кисломолочные продукция	550	668	674	451	691	455	617	547	377	719	468	474	653	518	678	7990	571	21	104	12,7	15,7	18,8	327,4
Творог	50		100	131		114		130			123			123		721	52	2	103	7,7	4,2	1,3	75,0
Сметана	10	12,3	7,5	10		12,1	7,3	10		9,8	14,3	9,1		25,9	17,5	135,8	9,7	-0,3	97	0,2	1,5	0,4	15,1
Сыр	10	15	12	15,8		15			15		20	20	24,4			137,2	9,8	-0,2	98	2,3	2,9		20,5
Мясо 1 категории	100	133,9	84,8	104,2		59,2	165,8	59,1	162,6	117,2	86,4	126,4	59,5	73,9	92,7	1325,7	94,7	-5,3	95	17,0	11,2		188,8
Грудка куриная	30	59,2			75,5	22,1	35,4	35,4				82,1	30	99,3		439	31,4	1,4	105	6,4	1,5		39,6
Колбасные изделия	10				80		20	20							20	140	10		100	1,4	2,9	16,1	18,6
Рыба	42			30		91,4	43	91,4		80,1	64		83,6		83,5	567	40,5	-1,5	96	6,7	0,6		29,4
Яйцо	40	25,3	47,6	51,8	44	43,2	41,6	8,8	88	41,6	4,8	40	46,4	43,6	8,4	535,1	38,2	-1,8	96	9,5	8,6	0,5	116,4
Картофель	240	315,4	240,2	250	248,4	174,3	396,6	201,1	187,1	194,1	190,6	242,4	256,2	242,9	249,1	3388,4	242	2	101	4,7	1,0	11,7	58,7
Овощи разные, зелень	300	301,8	207	380,1	409,2	189,1	237,5	250,5	226,5	417,2	276,8	241,6	365,5	297,8	347	4147,6	296,3	-3,7	99	3,8	2,1	14,0	103,8
Фрукты свежие	260	264,8	260	264,8	260	276,8	264,8	280,6	264,8	260	264,8	264,8	260	264,8	275,5	3726,5	266,2	6,2	102	1,5	1,0	29,7	141,2
Сухофрукты	15	18	8	18	8	15	18	15	33	18		15	15	18	20	219	16	1	104	0,3		4,3	18,3
Соки фруктовые и овощные	200	200	200	200	200	200	200	169	200	200	200	369	200	169	169	2876	205	5	103	0,8		22,9	92,0
Хлеб ржаной	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	700	50		100	3,2	0,6	22,6	104,4
Хлеб пшеничный	90	105	113	86	80	107	80	94	80	80	117	80	94	103	50	1269	91	1	101	0,3	0,1	1,7	9,0
Крупы, бобовые	45	24	59,8	17,3	33,6	52,3	27,1	59	52,5	45,1	59,5	83,5	33,7	69,9	43,9	661,2	47,2	2,2	105	4,5	0,7	30,2	143,3
Мука пшеничная	25	19	32,1	2,4	26,8	1,8	50,7	18,1	3	33,8	40,5	42,3	34,3	3,8	47,2	355,8	25,4	0,4	102	3,8	3,5	28,4	155,0
Масло сливочное	35	49,1	35,3	31,1	38,5	30,4	41	37,2	30,7	28,4	36	37,1	39,8	38,6	34,5	507,7	36,3	1,3	104	0,1	29,3	0,2	266,5
Масло растительное	10	9,8	7,8	13,9	0,4	11,1	12,3	13,5	5,8	14	8,9	6,4	11,8	7,7	13,2	136,6	9,8	-0,2	98		9,5		85,3
Кондитерские изделия	25	31	60	60	30	21	20	33	20	22	24	20	20	32	30	363	26	1	104	1,5	1,8	27,3	129,2
Чай	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	2,8	0,2		100			0,1	0,5
Какао	0,3		1,4		1,4		1,4									4,2	0,3		100	0,1			0,8
Кофейный напиток	2	3		3		3		3		3	3		3	3	3	27	2		96	0,2		1,0	4,8
Сахар	55	48,1	59,8	70,6	64,3	58,6	60,8	68,7	36	58,8	68,4	36,3	50	58,3	53,7	792,4	56,6	1,6	103	0,2	0,1	59,7	238,0
Дрожжи хлебопекарные	0,4		0,9		0,5		1			1	1		1		0,4	5,8	0,4		104	1,6	3,3	12,1	82,9
Крахмал	2		9		9						9					27	2		96			1,5	5,9
Соль	5	6,3	3,6	3,8	5,8	5,3	3,7	6,5	5,3	6,7	4,4	4,4	3,2	3,1	4,3	66,4	4,7	-0,3	95				
специи	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	1		100				0,3
																				90,5	102,1	304,5	2 450,7

7-11

МЕНЮ

7-11

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
Завтрак						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 80	ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ 80	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ 80	СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ 100
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 15	ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТПИТ (ОБОГАЩ. ВИТ/МИН КОМПЛЕКСАМИ 2,5%-10% (В ИНД. УПАКОВКЕ) 100	СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ 150	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ 150
СУХОЙ ЗАВТРАК (МЮСЛИ) С МОЛОКОМ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 55	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГ. МОЛОКОМ 170	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 100	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 125
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	КАКАО С МОЛОКОМ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 125	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 120	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 100	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 125	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	
II Завтрак						
МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЕТПИТ 3.2% ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЕТПИТ 3.2% ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЕТПИТ 3.2% ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЕТПИТ 3.2% ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЕТПИТ 3.2% ЖИРН. в инд. упак. 200		МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЕТПИТ 3.2% ЖИРН. в инд. упак. 200
Обед						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 50	ТАРНИР ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД (3-й ВАРИАНТ) 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (КУСКОМ) 120	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 100	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ 100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 80
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 270	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ 250/10	ЩИ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С КУРОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 250

РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 100	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ (ПАРОВЫЕ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 80/33	БИТОЧКИ ПО- БЕЛОРУССКИ 100	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 100	КОТЛЕТЫ МЯСНАЯ 100	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ СО СВИНОЙ 250	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 100
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 220	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 145	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-й ВАРИАНТ) 250	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) Т/К №366 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	СОУС ПОЛЬСКИЙ 20
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 220	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70
			КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 200		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С" 200
Полдник						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ 60	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ 100	ВИНОГРАД 300	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300	ИЗДЕЛИЯ СЛОЕНЫЕ 100	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 100	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ 60
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300	ОЛАДЫ С ВАРЕНЬЕМ 100	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 300	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ 100	ВИНОГРАД 300	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН ЫЙ 200
Ужин						
СВЕКЛА КУСКОМ 100	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 50	ИКРА МОРКОВНАЯ 100	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ КУСКОМ 100	ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) 100	ГАРНИР ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД (1-й ВАРИАНТ) 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100
РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ С ЯЙЦОМ 100	СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 55	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ 100	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 55	КОЛБАСА ВАР/КОПЧ (ПОРЦИЯМИ) 35	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ 100
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 220	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 100	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 120	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ 200	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 80	МЯСО ТУШЕНОЕ 50/50	КОЛБАСА ВАР/КОПЧ (ПОРЦИЯМИ) 38
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 220	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 220	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ Т.К.№379 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ 30
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 220	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150

СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ Т/К №360 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 220	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 250
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С" 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 70
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ПЛОДОВ С ВИТ "С" 180				КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С" 180		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С" 200
Полдник						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА 200	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 300
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300	ОЛАДЫ С ВАРЕНЬЕМ 100	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 100	КЕКС 75	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150
ИЗДЕЛИЯ СЛОЕННЫЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 300	ВИНОГРАД 300	БАНАН СВЕЖИЙ 300	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 110	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 300	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ 110
Ужин						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 100	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 80	ГАРНИР ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД (3-й ВАРИАНТ) 100	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНым ГОРОШКОМ 100
МЯСО ОТВАРНОЕ 80	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 80	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ (САРЕДЕЛЬКИ ОТВАРНЫЕ) 100	СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	КОЛБАСА ВАР/КОПЧ (ПОРЦИЯМИ) 35	БИТОЧКИ ПО- БЕЛОРУССКИ 100
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 220	СОУС ТОМАТНЫЙ Т/К364 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ГУЛЯШ 80	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 100	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ 100	ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ 250
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 220	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 50	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ ПОД СОУСОМ 200		СОУС ТОМАТНЫЙ Т/К №364 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 50
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30

ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ- 200/15/7	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	
					ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7	
Ужин 2						
ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК 125	ВАФЛИ С НАЧИНКОЙ В АСС. 30	ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ С НАЧИНКОЙ В АСС. 30	КЕФИР 2,5 % 200	ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК 125	ВАФЛИ С НАЧИНКОЙ В АСС 30	РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ 200
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ С НАЧИНКОЙ В АСС. 30	КЕФИР 2,5 % 200	ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК 125	КРЕКЕР 30	ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ 40	РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ 200	СУХАРИ СДОБНЫЕ 40

МЕНЮ

7-11

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак						
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ 80	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТЕРТАЯ 80	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ 80	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ) 20	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ 200	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ 165	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КОЛБАСА ВАРИКОПЧ (ПОРЦИЯМИ) 35
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 100	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 125	КАКАО С МОЛОКОМ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 100	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 125	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 100	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 125
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 100	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
II Завтрак						
МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак. 200	МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак. 200		
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 100	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 100	ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ СВЕЖИЕ(ПОРЦИЯМИ) 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 100	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 100
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ 250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С МЯСОМ 300	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С КУРЫ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)С КУРОЙ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 250/15/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ(ГОРОХ), С МЯСОМ 300
БИТОЧКИ ПО- БЕЛОРУССКИ 100	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 250	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 120	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 100	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 100	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 100	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 100
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С" 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 230	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 250	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ Т.К.№379 50	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 250	СОУС СМЕТАННЫЙ 50

БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ 80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7			ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/7
Ужин 2					
ЙОГУРТ 2,5 %- в асс 0,5 200	ВАФЛИ С НАЧИНКОЙ В АСС 30	ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ С НАЧИНКОЙ В АСС. 30	РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ 200	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ С НАЧИНКОЙ 30	ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК 125
ИЗДЕЛИЯ СЛОЕНЫЕ 100	ЙОГУРТ 2,5% -в асс 0,5 200	ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК 125	КРЕКЕР 30	ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК 125	ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ 30
			МАРМЕЛАД ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ НЕГЛАЗИРОВАННЫЙ 30		

1 день

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг		F, мг	Se, мг	
Завтрак																					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРОКВИ С ЯБЛОКАМИ	80	0,80	4,00	6,99	51,20	0,03	1,81	1,17	0,47	0,00	0,03	29,23	21,19	30,59	0,85	161,73	3,25	0,03	0,00	71	1997
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)	15	3,51	4,50	0,00	31,35	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	14	2008
СУХОЙ ЗАВТРАК (МОСЛИ) С МОЛОКОМ	200	7,04	3,79	3,18	227,56	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	208	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	4,00	1,91	100,00	44,00	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	51,02	84,51	204,10	3,82	208,87	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	2,01	0,10	16,75	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,11	2,43	10,59	100,79	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,54	5,13	9,53	0,19	14,23	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	585	18,56	18,64	120,86	471,65	0,41	1,81	1,24	0,57	0,00	0,18	88,80	110,83	246,23	4,86	384,83	3,25	0,03	0,00		
II Завтрак																					
МОЛОКО ОБОГ. ВИТМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПТ 3,2%ЖИРН. в инд. упак.	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	50	1,50	0,10	3,15	19,40	0,05	2,00	0,00	0,60	0,00	0,03	9,00	9,45	27,90	0,32	49,50	0,00	0,00	0,00	к/к	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	300	9,09	10,63	9,26	155,89	0,07	9,79	0,27	0,34	0,08	0,06	48,29	26,77	51,90	1,29	386,59	6,11	0,03	0,00	76	2008
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	100	20,55	1,21	0,43	86,66	0,00	0,25	0,09	0,04	0,00	0,00	3,24	2,08	4,37	0,09	16,20	0,35	0,00	0,00	228	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	220	4,68	7,47	9,18	119,38	0,17	15,02	0,04	0,35	0,11	0,12	17,66	38,87	99,16	1,70	1 067,81	9,39	0,05	0,00	335	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	1,40	2,80	2,80	70,00	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВС ВИТ С	200	0,00	0,00	23,23	92,89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	1,89	0,00	0,00	1,35	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	940	37,22	22,21	48,05	544,22	0,66	27,06	0,40	1,33	0,19	0,44	157,06	186,29	470,04	8,76	1 826,81	15,85	0,08	0,00		
Полдник																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	19,80	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ	100	6,33	12,69	26,29	233,55	0,09	7,49	0,06	0,53	0,40	0,11	14,96	20,53	68,67	1,11	549,82	7,08	0,04	0,00	145	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	300	1,20	1,20	29,60	132,60	0,00	12,00	0,00	1,80	0,00	0,00	43,20	21,60	29,80	6,00	834,00	6,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	600	8,53	14,09	75,69	452,15	0,11	23,49	0,06	2,53	0,40	0,11	72,16	50,13	112,47	9,91	1 383,82	13,08	0,04	0,00		
Ужин																					
СВЕКЛА КУСОМ	100	1,46	0,10	4,85	1,94	0,02	4,00	0,00	0,14	0,00	0,03	33,30	19,80	38,70	1,26	288,00	7,00	0,02	0,00	К/К	2008
РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ С ЯБЛОМ	100	14,76	17,25	0,26	220,30	0,02	0,00	0,09	0,68	0,68	0,09	12,56	2,40	39,68	0,52	36,26	5,00	0,01	0,01	282	2008
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	220	3,81	18,99	15,06	237,80	0,13	8,47	2,55	1,10	0,13	0,13	84,22	60,63	119,50	1,99	666,39	10,03	0,03	0,00	141	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	3,60	1,20	4,20	94,20	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	29,97	45,95	122,88	2,30	130,87	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	5,00	0,10	33,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	4,03	1,92	100,80	44,35	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	51,42	85,18	205,73	3,86	210,54	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/157	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	762	28,19	44,46	140,74	696,03	0,70	13,32	2,71	2,02	0,81	0,50	229,30	223,72	544,27	11,46	1 390,37	22,03	0,06	0,01		
Ужин 2																					
ЙОГУРТ 2,5 %- в ас 0.5	200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,06	1,40	0,05	0,00	0,00	0,34	240,00	28,00	190,00	0,00	292,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ИЗДЕЛИЯ СПОЕННЫЕ	100	6,79	20,37	54,32	426,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	300	12,39	25,37	63,34	539,82	0,06	1,40	0,05	0,00	0,00	0,34	240,00	28,00	190,00	0,00	292,00	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		106,39	126,77	451,68	2 729,87	2,02	70,08	4,48	6,45	1,40	1,57	1 039,32	627,97	1 752,01	5 277,83	36,99	54,21	0,21	0,01		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
Завтрак																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Икра кабачковая стерилизованная	80	1,60	5,60	5,60	72,00	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	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Творог для детского (обогащ.витаминами комплексом 2,5%-10% (в инд. упаковке))	100	7,28	4,07	10,86	109,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	72,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Омлет натуральный	55	5,38	6,82	0,29	87,64	0,02	0,00	0,09	0,86	0,92	0,13	18,96	3,84	61,82	0,81	56,38	8,00	0,02	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	214	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Какао с молоком	200	3,75	3,01	19,76	145,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	9,43	16,29	23,58	0,79	61,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	433	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Батон нарезной из пшеничной муки высшего сорта обогащенный микроэлементами	100	3,00	10,00	3,00	39,00	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,17	63,94	105,89	255,74	4,80	261,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Масло (порция)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Итого за прием пищи:	545	21,11	37,84	39,61	529,48	0,49	0,00	0,16	0,96	0,92	0,31	165,59	126,02	343,15	6,40	379,41	8,00	0,02	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	2008	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
II Завтрак																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Молоко обезжиренное, витаминизированное для детского питания	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Итого за прием пищи:	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Обед																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Гарнир для холодных блюд (3-й вариант)	100	2,70	0,20	8,60	47,00	0,03	12,00	0,04	0,30	0,00	0,00	33,00	19,00	42,00	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	356	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Суп картофельный с мясными фрикадельками	270	11,61	9,45	6,49	149,35	0,12	9,87	0,27	0,48	0,27	0,10	35,18	30,88	83,29	1,43	650,34	8,08	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	97	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Тефтели из свинины (паровые) с соусом молочным	80/33	10,95	10,37	2,55	154,40	0,01	1,07	0,02	0,13	0,06	0,01	9,33	3,69	14,54	0,24	47,45	0,80	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	286	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Каша гречневая рассыпчатая	145	3,48	4,45	36,45	199,19	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	323	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Хлеб ржано-пшеничный обогащ. микроэлементами	70	15,85	2,80	2,80	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Кисель из плодов шиповника	200	0,31	0,00	30,95	124,71	0,01	35,20	0,06	0,00	0,00	0,02	13,51	3,18	1,22	0,22	5,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	417	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Итого за прием пищи:	898	44,90	27,27	87,84	1175,82	0,54	58,14	0,39	0,91	0,33	0,34	160,95	163,98	427,76	8,15	1008,40	8,88	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	417	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Полдник																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Соки фруктовые прямого отжима	200	1,00	0,20	19,80	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Виноград	300	1,20	0,00	52,50	207,00	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	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Оладьи с вареньем	100	4,68	5,22	40,65	227,24	0,00	0,60	0,01	0,04	0,04	0,01	3,97	1,99	5,87	0,14	24,24	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	444	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
Итого за прием пищи:	600	6,88	5,42	112,95	520,24	0,02	4,60	0,01	0,24	0,04	0,01	17,97	9,99	19,87	2,94	24,24	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	444	2008	2008																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Ужин																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Горошек зеленый отварной	50	1,50	0,10	3,15	19,40	0,05	2,00	0,00	0,60	0,00	0,03	9,00	9,45	27,90	0,32	49,50	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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,

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг			I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,20	0,00	6,60	144,00	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	К/К	2008
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)	20	4,68	6,00	0,00	41,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГ. МОЛОКОМ	170	25,55	19,40	30,77	401,13	0,03	0,09	0,02	0,38	0,10	0,09	67,34	9,62	61,65	0,27	106,69	2,38	0,01	0,00	224	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	125	2,00	13,00	6,00	50,00	0,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	80,06	132,61	320,26	6,00	327,76	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,25	2,18	21,17	139,06	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	8,98	10,31	22,88	0,45	33,35	0,00	0,00	0,00	432	2008
Итого за прием пищи:	565	36,78	48,92	64,64	851,37	0,63	0,09	0,09	0,48	0,10	0,31	157,39	152,54	406,80	6,72	467,80	2,38	0,01	0,00		
II Завтрак																					
МОЛОКО ОБОГ. ВИТ/МИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ(КУСОМ)	120	0,96	0,12	3,00	16,80	0,04	12,00	0,01	0,12	0,00	0,05	27,60	16,80	50,40	1,20	169,20	3,60	0,02	0,00		2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	8,01	6,53	12,19	131,09	0,10	8,12	0,25	0,58	0,03	0,06	32,71	27,82	81,92	1,12	494,32	4,55	0,04	0,00	98	2008
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	100	19,47	18,95	0,48	251,55	0,02	0,56	0,02	0,23	0,22	0,03	9,32	2,88	22,67	0,33	38,55	2,42	0,01	0,00	289	2008
РАУ ОВОЩНОЕ (1-й ВАРИАНТ)	250	3,92	10,55	16,10	154,84	0,15	14,30	1,65	1,17	0,13	0,13	74,49	55,31	116,30	2,17	666,11	9,45	0,08	0,00	349	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	15,85	2,80	2,80	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	27,84	111,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,05	1,70	0,00	0,00	1,22	0,00	0,00	0,00	к/к	2008
Итого за прием пищи:	970	48,21	38,95	62,41	1 166,71	0,68	34,98	1,93	2,10	0,38	0,48	222,10	211,74	556,00	10,18	1 674,76	20,02	0,15	0,00		
Полдник																					
ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ	60	4,42	2,91	32,82	167,62	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	К/К	2008
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	5,00	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	300	2,40	0,60	22,50	114,00	0,30	45,60	0,00	0,60	0,00	0,00	94,50	29,70	45,90	0,30	465,00	0,00	0,00	0,00	К-К	К/К
Итого за прием пищи:	560	7,82	3,71	60,32	367,62	0,32	49,60	0,00	0,80	0,00	0,00	108,50	37,70	59,90	3,10	465,00	0,00	0,00	0,00		
Ужин																					
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	1,58	6,51	7,84	76,63	0,07	4,28	1,61	0,65	0,00	0,07	43,95	34,39	55,24	1,10	285,80	5,48	0,05	0,00	56	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	55	5,38	6,81	0,29	87,73	0,02	0,00	0,09	0,85	0,92	0,13	18,96	3,84	61,82	0,80	56,37	8,00	0,02	0,01	214	2008
СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ	120	19,79	9,89	0,00	168,78	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	521	2013
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	220	4,31	6,74	10,74	107,04	0,20	17,60	0,04	0,38	0,11	0,14	20,56	45,54	115,97	1,99	1 250,71	11,00	0,06	0,00	333	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	3,60	1,20	4,20	94,20	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	29,97	45,95	122,88	2,30	130,87	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	4,03	1,92	100,80	44,35	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	51,42	85,18	205,73	3,86	210,54	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/157	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	837	39,22	41,37	139,44	718,17	0,82	22,73	1,81	1,98	1,03	0,59	182,69	224,66	579,42	11,58	1 992,60	24,48	0,13	0,01		
Ужин 2																					
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ С НАЧИНОЙ В АСС.	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	3,30	2,70	15,00	0,24	21,30	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 в ИНД. УПАК	125	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	155	3,40	4,54	31,25	173,55	0,06	0,75	0,00	0,00	0,00	0,20	3,30	2,70	15,00	0,24	21,30	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		136,93	139,49	361,06	3 303,42	2,59	111,15	3,85	5,36	1,51	1,58	925,98	658,34	1 808,12	33,82	4 621,46	46,88	0,29	0,01		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг	
Завтрак																						
Икра кабачковая стерилизованная	80	1,60	5,60	5,60	72,00	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	2008	
Яйцо вареное	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,02	0,00	0,08	0,80	0,88	0,13	18,70	3,84	61,44	0,80	56,00	8,00	0,02	0,01	213	2008	
Каша овсяная жидкая	200	6,68	9,42	25,47	233,69	0,10	0,00	0,03	1,09	0,10	0,04	17,45	35,09	88,67	1,08	99,40	1,78	0,00	0,00	189	2008	
Батон нарезной из пшеничной муки высшего сорта обогащенный микроулучшителями	120	9,00	10,00	12,00	28,00	0,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	76,94	127,43	307,76	5,77	314,98	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
Какао с молоком	200	3,75	3,01	19,76	145,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	9,43	16,29	23,58	0,79	61,29	0,00	0,00	0,00	433	2008	
Масло (порциями)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	
Итого за прием пищи:	650	26,06	40,83	63,20	615,84	0,69	0,00	0,18	1,99	0,98	0,38	123,53	182,65	483,46	8,44	531,67	9,78	0,02	0,01			
II Завтрак																						
Молоко обог. витамин. комплексами для длит. 3,2%жирн. в инд. упак.	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008	
Итого за прием пищи:	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																						
Огулец свежий	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	К/К	2008	
Суп картофельный с макаронными изделиями и куриой	250/10	9,72	4,05	13,43	122,09	0,07	4,86	0,24	0,26	0,04	0,08	26,21	21,44	81,61	1,08	366,08	5,17	0,06	0,01	100	2008	
Птица отварная	100	20,39	4,86	0,12	127,07	0,05	0,88	0,05	0,21	0,00	0,11	14,72	14,90	134,09	1,32	201,00	6,12	0,10	0,02	307	2008	
Соус сметанный	50	1,00	2,00	3,00	37,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,90	1,80	9,40	0,00	18,30	1,20	0,00	0,00	354	2012	
Пюре картофельное	220	4,68	7,47	9,18	119,38	0,17	15,02	0,04	0,35	0,11	0,12	17,66	38,87	99,16	1,70	1 067,81	9,39	0,05	0,00	335	2008	
Хлеб ржано-пшеничный обогаш. микроулучшителями	70	15,85	2,80	2,80	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	89,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
Кисель из плодов шиповника	200	0,70	0,10	37,00	151,00	0,02	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	28,00	15,00	24,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	417	2008	
Итого за прием пищи:	1000	53,14	21,38	68,03	1 072,01	0,71	30,76	0,34	2,02	0,15	0,56	192,42	213,24	676,97	10,86	2 089,55	24,88	0,23	0,03			
Полдник																						
З																						
Соки фруктовые прямого отжима	200	1,00	0,20	19,80	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Яблоко свежее	300	1,20	1,20	29,40	141,00	0,09	30,00	0,02	1,89	0,00	0,06	48,00	24,00	33,00	6,60	834,00	6,00	0,03	0,00	К/К	2008	
Пирожки печеные с картошкой	100	6,40	3,51	35,59	194,87	0,05	3,71	0,03	0,22	0,16	0,05	10,09	10,48	37,26	0,61	259,74	3,66	0,01	0,00	451	2008	
Итого за прием пищи:	600	8,60	4,91	84,79	421,87	0,16	37,71	0,05	2,31	0,16	0,11	72,09	42,48	84,26	10,01	1 093,74	9,66	0,04	0,00			
Ужин																						
Свекла отварная куском	100	1,13	0,08	3,76	1,50	0,02	3,10	0,00	0,11	0,00	0,03	25,81	15,35	30,00	0,98	223,20	5,43	0,02	0,00	К/К	2008	
Сосиски отварные	100	11,87	24,41	0,39	267,35	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	29,61	15,92	126,57	1,43	218,90	0,00	0,00	0,00	254	2008	
Пюре из моркови	200	2,89	7,68	18,59	95,10	0,10	4,38	4,40	1,58	0,14	0,14	101,41	74,80	109,68	1,99	438,92	10,94	0,11	0,00	340	2008	
Батон нарезной из пшеничной муки высшего сорта обогащенный микроулучшителями	80	0,00	10,13	1,34	16,88	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	52,05	86,21	208,18	3,90	213,06	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
Масло (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	
Хлеб ржано-пшеничный обогаш. микроулучшителями	30	3,60	1,20	4,20	94,20	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	29,97	45,95	122,88	2,30	130,87	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
Чай с лимоном	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	431	2008	
Итого за прием пищи:	742	20,02	51,80	43,85	614,47	0,77	8,33	4,47	1,79	0,14	0,52	256,68	247,99	615,09	12,13	1 283,26	16,37	0,13	0,00			
Ужин 2																						
Ряженка 2,5% жирности	200	5,63	4,85	8,15	104,76	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,60	18,40	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00	2,88	К/К	2016
Крекер	30	2,62	5,24	18,62	130,95	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	К/К	К/К	
Итого за прием пищи:	230	8,25	10,09	26,77	235,71	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,60	18,40	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00	2,88		
Всего за день:		122,17	134,31	296,74	3 072,90	4,10	80,04	7,94	8,11	2,03	11,65	917,80	720,96	2 067,18	44,40	5 008,22	72,69	1,22	2,92			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5,98	0,00	73,25	0,01	0,00	0,06	0,13	0,00	0,00	177,41	7,39	100,81	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ	150	22,69	16,70	28,16	356,18	0,02	0,13	0,01	0,31	0,08	0,01	6,10	3,41	17,38	0,25	34,36	0,74	0,00	0,00	224	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	6,00	12,00	13,00	40,00	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,17	64,12	106,19	256,46	4,81	262,48	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,25	2,18	21,17	139,06	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	8,98	10,31	22,88	0,45	33,35	0,00	0,00	0,00	432	2008
Итого за прием пищи:	460	36,68	45,20	62,43	683,87	0,52	0,13	0,14	0,54	0,08	0,19	257,62	127,30	399,54	5,71	330,19	0,74	0,00	0,00		
II Завтрак																					
МОЛОКО ОБОГ. ВИТАМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	1,00	5,00	8,75	64,02	0,04	2,27	1,46	0,59	0,00	0,04	36,56	26,51	38,27	1,06	202,26	4,07	0,04	0,00	71	1997
ЩИ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	250	8,40	6,80	2,94	104,14	0,06	5,87	0,28	0,34	0,07	0,07	33,62	21,41	78,14	1,02	315,07	4,49	0,07	0,01	84	2008
КОТЛЕТЫ МЯСНАЯ	100	14,03	14,91	5,26	211,41	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	2,77	1,48	5,85	0,08	9,37	0,00	0,00	0,00	272	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) ТК №368	30	0,62	1,83	1,32	27,35	0,00	0,00	0,01	0,04	0,03	0,00	0,80	0,14	0,27	0,00	0,32	0,00	0,00	0,00	366	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,28	6,33	41,36	252,38	0,08	0,00	0,04	1,05	0,00	0,00	14,54	9,26	47,56	1,05	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	2,80	2,80	2,80	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	23,23	92,89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	1,89	0,00	0,00	1,35	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	960	34,13	37,67	85,66	1 253,36	0,56	8,14	1,79	2,02	0,10	0,33	167,16	167,92	456,80	8,57	833,73	8,56	0,11	0,01		
Полдник																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	19,80	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ИЗДЕЛИЯ СЛОЕННЫЕ	100	6,79	20,37	54,32	426,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ВИНОГРАД	300	1,20	0,00	52,50	207,00	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	К/К	2008
Итого за прием пищи:	600	8,99	20,57	126,62	719,80	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00		
Ужин																					
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ СВЕЖИЕ(ПОРЦИЯМИ)	100	1,11	0,20	3,82	24,14	0,06	25,15	0,17	0,39	0,00	0,04	14,08	20,12	26,16	1,01	291,74	2,01	0,00	0,00	К/К	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	55	5,38	6,43	0,29	84,25	0,02	0,00	0,09	0,84	0,91	0,13	18,90	3,84	61,74	0,80	56,30	8,00	0,02	0,01	214	2008
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	16,42	0,97	0,31	69,33	0,00	0,19	0,06	0,03	0,00	0,00	2,36	1,51	3,25	0,06	12,00	0,26	0,00	0,00	228	2008
МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ Т.К.№379	50	0,54	1,99	4,00	28,70	0,02	1,43	0,59	0,24	0,00	0,03	16,44	12,42	20,36	0,39	98,44	1,97	0,02	0,00	379	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	220	4,31	6,74	10,73	106,99	0,20	17,58	0,04	0,38	0,11	0,14	20,54	45,50	115,86	1,99	1 249,57	10,99	0,06	0,00	333	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	13,09	1,94	75,25	355,26	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	51,66	85,60	206,70	3,87	211,54	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,82	1,20	4,20	215,43	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,25	2,30	131,26	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	847	48,20	27,77	114,17	1 023,64	0,83	45,20	1,02	1,98	1,02	0,58	171,87	224,84	575,10	11,95	2 109,16	23,23	0,10	0,01		
Ужин 2																					
КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ С НАЧИНКОЙ	30	0,29	2,33	23,28	116,40	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	К/К	К/К
ЙОГУРТ 2.5 %-0,125 В ИНД. УПАК	125	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	155	1,92	5,46	32,03	180,15	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		136,02	141,97	431,01	3 973,72	2,05	61,22	2,97	4,74	1,20	1,29	862,65	557,06	1 634,44	31,03	3 273,08	32,53	0,21	0,02		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг	
Завтрак																						
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,00	0,00	5,50	120,00	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	К/К	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	6,00	5,60	0,40	75,60	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	26,40	6,00	92,40	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,95	11,70	28,79	259,71	0,00	0,00	0,05	0,25	0,17	0,02	4,06	0,61	1,74	0,02	2,13	0,00	0,00	0,00	0,00	189	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	19,76	145,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	9,43	16,29	23,58	0,79	61,29	0,00	0,00	0,00	0,00	433	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВЫСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	125	0,00	3,00	16,00	50,00	0,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	80,06	132,61	320,26	6,00	327,76	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
Итого за прием пищи:	625	15,80	31,65	70,55	726,54	0,58	0,00	0,12	0,75	0,17	0,24	120,96	155,51	439,99	8,01	391,18	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																						
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСОКОМ	100	1,73	0,00	6,24	30,51	0,09	199,00	0,00	0,00	0,00	0,14	7,96	13,26	33,16	1,06	184,40	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ И РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	11,32	4,24	9,37	109,92	0,10	7,00	0,22	0,45	0,04	0,05	25,78	24,66	68,27	1,00	478,26	4,55	0,03	0,00	0,00	98	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	250	22,48	21,41	17,83	353,79	0,13	6,65	0,01	2,93	0,00	0,00	27,93	47,88	252,71	3,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,00	25,97	106,09	0,01	79,20	0,14	0,00	0,00	0,04	18,24	4,58	2,75	0,49	10,09	0,00	0,00	0,00	0,00	437	2008
Итого за прием пищи:	870	39,03	28,45	167,57	1101,48	0,70	291,85	0,37	3,38	0,04	0,44	149,84	197,61	643,60	11,90	978,11	4,55	0,03	0,00	0,00		
Полдник																						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	5,00	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	9,47	14,46	74,00	456,08	0,00	0,00	0,08	0,37	0,26	0,02	2,72	0,19	5,33	0,06	5,47	0,40	0,00	0,00	0,00	467	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	300	1,20	1,20	29,60	132,60	0,00	12,00	0,00	1,80	0,00	0,00	43,20	21,60	29,80	6,00	834,00	6,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	600	11,67	15,86	108,60	674,68	0,02	16,00	0,08	2,37	0,26	0,02	59,92	29,79	49,13	8,86	839,47	6,40	0,00	0,00	0,00		
Ужин																						
ГАРНИР ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД (1-й ВАРИАНТ)	100	1,52	0,23	5,04	13,98	0,07	5,28	0,38	0,22	0,00	0,05	25,25	22,30	47,85	1,00	376,41	5,41	0,03	0,00	0,00	354	2008
КОЛБАСА ВАРКОТЧ (ПОРЦИЯМИ)	35	6,02	11,90	0,14	130,20	0,04	0,00	0,00	0,14	0,00	0,00	9,80	7,00	50,40	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2008
МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	15,50	16,50	2,80	220,00	0,04	0,00	0,06	2,20	0,00	0,00	10,00	20,00	154,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	257	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,09	5,63	12,40	121,83	0,06	37,25	0,10	0,21	0,00	0,08	94,06	33,82	64,69	2,01	433,61	6,85	0,02	0,00	0,00	131	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВЫСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	1,30	6,45	10,32	31,62	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	51,54	85,34	206,11	3,86	210,94	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,82	1,20	4,20	215,43	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,25	2,30	131,26	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	777	35,78	50,21	50,47	872,50	0,74	43,38	0,61	2,87	0,00	0,38	238,54	224,31	664,08	13,40	1210,53	12,26	0,05	0,00	0,00		
Ужин 2																						
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	5,63	4,85	8,15	104,76	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,60	18,40	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2016
МАРМЕЛАД ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ НЕГЛАЗИРОВАННЫЙ	30	0,00	0,03	24,00	96,00	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	К/К	К/К
Итого за прием пищи:	230	5,63	4,88	32,15	200,76	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,60	18,40	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,88	
Всего за день:		107,91	131,05	429,34	3575,96	3,73	351,47	4,06	9,37	1,07	11,16	590,34	612,82	1815,20	43,13	3419,29	35,21	0,88	2,88			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептов			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг	
Завтрак																						
Икра кабачковая стерилизованная	100	2,00	7,00	7,00	90,00	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	2008	
Сырники из творога с вареньем	150	26,91	20,99	61,42	536,12	0,00	0,54	0,01	0,08	0,09	0,01	8,19	4,03	11,81	0,29	54,16	0,80	0,00	0,00	0,00	219	2008
Батон нарезной из пшеничной муки высшего сорта с обогащенными микроэлементами	125	20,27	3,00	116,59	550,44	0,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	80,06	132,61	320,26	6,00	327,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
Масло (порциями)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
Кофейный напиток с молоком	200	3,11	2,43	10,59	100,79	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,54	5,13	9,53	0,19	14,23	0,00	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	585	52,39	41,76	195,70	1 352,73	0,59	0,54	0,08	0,18	0,09	0,22	96,80	141,77	343,61	6,48	396,15	0,80	0,00	0,00	0,00		
II Завтрак																						
Молоко обог. витамин. комплексами для длит. 3.2%жирн. в инд. упак.	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																						
Салат из квашеной капусты	80	0,55	2,72	5,40	51,32	0,00	0,80	0,00	0,02	0,00	0,00	2,56	1,12	4,64	0,08	14,12	0,24	0,00	0,00	0,00	40	2008
Суп из овощей с фасолью с курой, со сметаной	250	9,31	5,78	8,41	104,13	0,11	12,46	0,17	0,24	0,04	0,10	57,74	34,42	130,89	1,88	500,79	5,62	0,05	0,01	102	2008	
Рыба (филе) припущенная	100	23,01	1,36	0,39	96,96	0,00	0,24	0,08	0,04	0,00	0,00	2,96	1,87	4,07	0,08	15,00	0,32	0,00	0,00	229	2008	
Соус польский	20	0,88	12,28	0,20	114,80	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	378	2008	
Пюре картофельное	250	5,30	5,77	10,40	110,92	0,20	17,07	0,03	0,32	0,08	0,14	19,72	44,17	112,15	1,93	1 212,86	10,67	0,05	0,00	335	2008	
Хлеб ржано-пшеничный обогащ. микроэлементами	70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
Компот из смеси сухофруктов с вит "С"	200	0,60	0,10	31,70	131,00	0,02	0,00	0,01	0,50	0,00	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008	
Итого за прием пищи:	970	42,45	30,81	164,66	1 110,30	0,70	31,37	0,29	1,12	0,12	0,45	173,91	204,81	561,46	10,03	2 048,13	16,85	0,10	0,01	0,01		
Полдник																						
Яблоко свежее	300	1,20	1,20	29,60	132,60	0,00	12,00	0,00	1,80	0,00	0,00	43,20	21,60	29,80	6,00	834,00	6,00	0,00	0,00			
Изделия сдобные	60	4,42	2,91	32,82	167,62	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	2008
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	21,21	84,83	0,00	2,48	0,00	0,00	0,00	0,00	8,10	1,80	0,00	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
Итого за прием пищи:	560	5,62	4,11	83,63	385,05	0,00	14,48	0,00	1,80	0,00	0,00	51,30	23,40	29,80	6,00	834,54	6,00	0,00	0,00	0,00		
Ужин																						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,60	3,12	6,59	49,80	0,04	4,21	0,00	0,54	0,00	0,04	26,11	17,01	38,28	1,34	247,78	4,14	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
Виточки мясные паровые	100	13,30	11,94	0,04	160,95	0,00	0,00	0,02	0,09	0,06	0,00	1,30	0,20	0,61	0,01	0,67	0,00	0,00	0,00	288	2008	
Колбаса варкопч (порциями)	38	6,08	12,68	138,59	28,01	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	15	2008	
Соус томатный	30	0,28	1,75	1,56	22,72	0,00	0,60	0,05	0,04	0,00	0,01	2,68	2,31	3,11	0,09	31,18	0,39	0,00	0,00	364	2008	
Макаронные изделия отварные	150	5,47	4,76	31,10	189,76	0,06	0,00	0,03	0,79	0,00	0,00	10,93	6,96	35,76	0,79	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008	
Батон нарезной из пшеничной муки высшего сорта с обогащенными микроэлементами	80	4,83	8,06	1,62	29,02	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	51,15	84,72	204,61	3,82	209,39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащ. микроэлементами	30	6,82	1,20	4,20	215,43	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,25	2,30	131,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
Масло (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	
Чай с лимоном	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	760	38,91	51,81	199,27	835,13	0,63	5,66	0,17	1,56	0,06	0,29	140,06	167,05	423,40	9,88	678,59	4,53	0,01	0,00	0,00		
Ужин 2																						
Йогурт 2.5 %-жирн. в инд. упак	125	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
Печенье сдобное	30	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	2008
Итого за прием пищи:	155	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		142,50	133,62	655,01	3 772,96	2,04	55,80	0,56	4,66	0,27	1,15	714,07	566,03	1 547,27	34,39	3 957,41	28,18	0,11	0,01	0,01		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,20	0,00	6,60	144,00	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	К/К	2008
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)	20	4,68	6,00	0,00	41,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,73	13,63	0,59	175,28	0,04	0,00	0,18	1,71	1,84	0,26	37,91	7,68	123,64	1,61	112,75	16,00	0,03	0,02	214	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВИСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	0,00	2,40	3,00	40,00	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	64,07	106,13	256,28	4,80	262,27	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,31	0,10	75,08	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	19,76	145,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	9,43	16,29	23,58	0,79	61,29	0,00	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	500	20,46	33,35	30,05	622,01	0,51	0,00	0,25	1,81	1,84	0,47	112,41	130,10	405,50	7,20	436,31	16,00	0,03	0,02		
II Завтрак																					
МОЛОКО ОБОГ. ВИТАМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,60	5,80	3,00	91,20	0,00	3,80	0,00	2,80	0,00	0,00	31,60	19,00	37,00	1,20	273,60	6,60	0,00	0,00	33	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	250	9,90	4,37	11,98	118,65	0,10	7,26	0,24	0,29	0,04	0,09	28,94	27,65	97,31	1,35	536,52	6,67	0,07	0,01	100	2008
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	100	19,59	19,03	0,48	252,81	0,02	0,56	0,02	0,23	0,22	0,03	9,32	2,88	22,67	0,33	38,55	2,42	0,01	0,00	289	2008
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,71	6,52	51,43	270,49	0,00	0,00	0,04	0,17	0,12	0,01	6,70	1,31	1,17	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	181	2008
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ ТК №360	50	0,30	1,00	2,19	18,48	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	2,51	0,63	0,53	0,01	1,94	0,03	0,00	0,00	360	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ С ВИТ "С"	180	0,40	0,09	24,55	101,31	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	21,70	8,69	20,90	0,49	150,44	0,00	0,00	0,00	401	2008
Итого за прием пищи:	950	39,30	39,61	201,79	1354,11	0,51	11,66	0,30	3,49	0,38	0,35	170,70	167,39	466,29	8,76	1308,01	15,72	0,08	0,01		
Полдник																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	5,00	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	300	1,10	1,10	26,95	129,25	0,08	27,50	0,02	1,73	0,00	0,06	44,00	22,00	30,25	6,05	764,50	5,50	0,03	0,00	К/К	2008
ИЗДЕЛИЯ СЛОЕННЫЕ	100	6,79	20,37	54,32	426,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	600	8,89	21,67	86,27	642,05	0,10	31,50	0,02	1,93	0,00	0,06	58,00	30,00	44,25	8,85	764,50	5,50	0,03	0,00		
Ужин																					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,69	12,95	0,02	4,98	0,00	0,00	0,00	0,02	22,91	13,94	23,90	0,60	140,44	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МЯСО ОТВАРНОЕ	80	23,31	15,35	0,31	231,99	0,00	0,19	0,06	0,03	0,00	0,00	2,36	1,51	3,25	0,06	12,00	0,26	0,00	0,00	252	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	220	4,25	3,66	28,69	145,38	0,15	13,47	0,88	0,59	0,00	0,15	63,10	48,63	122,24	1,90	1004,45	12,15	0,00	0,00	125	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВИСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	4,83	2,26	0,00	19,36	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	51,62	85,47	206,43	3,87	211,28	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,80	1,20	6,00	15,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,00	46,00	123,00	2,30	131,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/157	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	742	40,48	30,77	52,25	563,92	0,70	19,49	1,01	0,84	0,15	0,43	188,02	206,31	496,50	10,28	1558,98	12,41	0,00	0,00		
Ужин 2																					
ЙОГУРТ 2.5 %-0,125 В ИНД. УПАК	125	1,58	3,04	8,49	61,84	0,03	0,30	0,00	0,00	0,00	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2016
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ С НАЧИНОК В АСС.	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	3,30	2,70	15,00	0,24	21,30	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	155	3,35	4,45	30,99	171,64	0,05	0,30	0,00	0,00	0,00	0,14	3,30	2,70	15,00	0,24	21,30	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		113,98	131,85	404,35	3379,73	1,95	65,95	1,60	8,07	2,37	1,45	784,43	565,50	1616,54	37,33	4089,10	48,63	0,14	0,03		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептов			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг	
Завтрак																						
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ	80	0,80	3,60	6,00	59,60	0,02	5,60	0,15	0,00	0,00	0,05	34,40	12,00	24,80	0,56	244,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,02	0,00	0,08	0,80	0,88	0,13	18,70	3,84	61,44	0,80	56,00	8,00	0,02	0,01	213	2008	
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,25	8,71	31,22	258,33	0,00	0,00	0,03	0,15	0,10	0,01	3,39	0,59	1,00	0,01	1,35	0,00	0,00	0,00	189	2008	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	125	0,00	3,50	4,00	280,00	0,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23	80,00	132,50	320,00	6,00	327,50	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,11	2,43	10,59	100,79	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,54	5,13	9,53	0,19	14,23	0,00	0,00	0,00	395	2012	
Итого за прием пищи:	655	16,19	31,04	52,18	835,02	0,63	5,60	0,33	1,05	0,98	0,42	145,04	154,06	418,78	7,56	643,08	8,00	0,02	0,01			
II Завтрак																						
МОЛОКО ОБОГ. ВИТАМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008	
Итого за прием пищи:	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																						
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ	100	1,74	0,00	6,30	30,83	0,08	201,03	0,00	0,00	0,00	0,13	8,05	13,41	33,50	1,09	186,29	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	8,23	7,62	8,76	128,66	0,09	7,10	0,22	0,39	0,03	0,05	27,51	25,61	65,68	1,01	488,77	4,40	0,03	0,00	91	2008	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	22,04	24,40	14,07	366,65	0,05	30,25	0,01	0,15	0,00	0,07	77,18	26,55	58,39	1,70	344,38	5,63	0,03	0,00	306	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С"	200	0,00	0,00	23,23	92,89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	1,89	0,00	0,00	1,35	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
Итого за прием пищи:	870	34,81	34,82	160,52	1 120,20	0,59	238,38	0,23	0,54	0,03	0,46	191,61	174,69	444,28	9,16	1 326,15	10,03	0,06	0,00			
Полдник																						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	5,00	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
ОЛАДЫ С ВАРЕНЬЕМ	100	6,36	6,08	55,17	296,59	0,00	0,30	0,02	0,08	0,07	0,01	4,51	2,22	6,48	0,16	29,85	0,40	0,00	0,00	444	2008	
БАНАН СВЕЖИЙ	300	4,50	1,50	63,00	288,00	0,12	30,00	0,08	0,00	0,00	0,15	24,00	126,00	84,00	1,80	1 044,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
Итого за прием пищи:	600	11,86	7,78	123,17	670,59	0,14	34,30	0,10	0,28	0,07	0,16	42,51	136,22	104,48	4,76	1 073,85	0,40	0,00	0,00			
Ужин																						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	80	2,41	0,16	5,04	31,04	0,07	3,20	0,00	0,96	0,00	0,03	14,40	15,12	44,64	0,50	79,20	0,00	0,00	0,00	К/К		
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	16,96	1,00	0,37	71,67	0,00	0,24	0,07	0,03	0,00	0,00	2,82	1,77	3,93	0,08	14,40	0,31	0,00	0,00	228	2008	
СОУС ТОМАТНЫЙ ТЛЗ64	50	0,74	3,04	3,89	44,99	0,02	1,22	0,11	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	364	2004	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	220	4,68	7,47	9,19	119,41	0,17	15,03	0,04	0,35	0,11	0,12	17,67	38,90	99,21	1,70	1 068,38	9,40	0,05	0,00	335	2008	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	0,00	1,41	1,61	32,26	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	32,26	53,42	129,02	2,42	132,05	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,81	1,20	3,44	43,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,23	2,30	131,25	0,00	0,00	0,00	К/К	2008	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,78	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	742	32,09	22,48	39,10	481,61	0,65	20,54	0,29	1,69	0,26	0,36	115,24	165,06	417,71	8,55	1 485,09	9,71	0,05	0,00			
Ужин 2																						
ВАФЛИ С НАЧИНКОЙ В АСС.	30	0,96	0,84	24,03	102,60	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	К/К	2008	
КЕФИР 2,5 %	200	6,40	6,40	9,60	121,60	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	К/К	2008	
Итого за прием пищи:	230	7,36	7,24	33,63	224,20	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			
Всего за день:		103,81	105,36	411,60	3 357,62	2,09	301,82	0,97	3,56	1,34	1,40	746,40	659,03	1 574,25	32,03	4 528,17	28,14	0,13	0,01			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,00	0,00	5,50	120,00	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	К/К	2008
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)	20	4,68	6,00	0,00	41,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ	165	22,94	16,98	30,73	368,31	0,01	0,26	0,01	0,32	0,09	0,01	6,75	3,70	16,18	0,27	41,82	0,80	0,00	0,00	224	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,60	3,73	19,76	163,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	15,75	23,58	0,79	61,11	0,00	0,00	0,00	433	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	2,00	2,80	23,00	24,00	0,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	64,00	106,00	256,00	4,80	262,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,38	0,10	75,76	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,02	0,00	2,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
Итого за прием пищи:	545	35,32	37,89	79,09	792,89	0,47	0,26	0,08	0,42	0,09	0,20	76,77	125,45	297,78	5,86	364,93	0,80	0,00	0,00		
II Завтрак																					
МОЛОКО ОБОГ. ВИТАМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,77	0,00	1,77	13,03	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,84	12,63	21,64	0,60	141,28	0,00	0,00	0,00	ТК№017	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	300	9,53	8,75	9,34	139,57	0,07	10,19	0,28	0,29	0,04	0,07	53,81	28,86	54,11	1,35	398,14	6,33	0,03	0,00	76	2008
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	120	15,84	2,84	0,02	83,53	0,00	0,00	0,01	0,05	0,04	0,00	1,22	0,22	0,37	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	240	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	230	4,55	4,98	10,80	91,32	0,17	13,90	0,88	0,53	0,07	0,12	34,60	48,26	106,82	1,86	1 011,89	10,28	0,07	0,00	125	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,09	0,00	28,67	111,77	0,00	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	10,02	3,30	2,72	0,10	23,85	0,00	0,00	0,00	410	2008
Итого за прием пищи:	1000	33,58	19,37	158,76	940,39	0,61	26,35	1,17	0,87	0,15	0,40	190,42	200,50	472,37	9,27	1 880,95	16,61	0,10	0,00		
Полдник																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	19,80	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	7,88	14,32	53,45	369,27	0,00	0,00	0,08	0,37	0,26	0,02	2,55	0,19	5,33	0,06	5,19	0,40	0,00	0,00	467	2008
ВИНОГРАД	300	1,20	0,00	52,50	207,00	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	К/К	2008
Итого за прием пищи:	600	10,08	14,52	125,75	662,27	0,02	4,00	0,08	0,57	0,26	0,02	16,55	8,19	19,33	2,86	5,19	0,40	0,00	0,00		
Ужин																					
ГАРНИР ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД (3-й ВАРИАНТ)	100	2,70	0,20	8,60	47,00	0,03	12,00	0,04	0,30	0,00	0,00	33,00	19,00	42,00	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	356	2008
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ(САДЕЛЬКИ ОТВАРНЫЕ)	100	11,22	24,45	0,40	266,53	0,20	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	36,07	20,04	162,32	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	254	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,17	5,15	44,48	238,20	0,00	0,00	0,02	0,13	0,09	0,01	0,60	0,00	0,88	0,01	0,87	0,00	0,00	0,00	209	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,01	1,41	1,21	55,44	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	32,26	53,42	129,02	2,42	132,05	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,80	1,20	6,00	15,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,00	46,00	123,00	2,30	131,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	692	28,43	40,75	76,26	761,99	0,62	12,85	0,13	0,93	0,09	0,21	149,77	148,22	475,01	9,16	322,23	0,00	0,00	0,00		
Ужин 2																					
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ С НАЧИНКОЙ В АСС.	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	3,30	2,70	15,00	0,24	21,30	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЙОГУРТ 2.5 %-0,125 в инд. упак	125	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	155	3,40	4,54	31,25	173,55	0,06	0,75	0,00	0,00	0,00	0,20	3,30	2,70	15,00	0,24	21,30	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		116,91	122,37	481,21	3 444,09	1,86	47,21	1,48	2,79	0,59	1,03	690,81	514,06	1 468,49	29,39	2 594,60	17,81	0,10	0,00		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	l, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТЕРТАЯ	80	0,81	1,66	5,89	23,86	0,03	1,28	1,27	0,40	0,00	0,03	29,41	21,89	31,68	0,58	128,05	3,20	0,04	0,00	К/К	2008
ЯЙЦА БАРЕНЫЕ	40	6,00	5,60	0,40	75,60	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	26,40	6,00	92,40	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,90	7,92	31,99	238,91	0,00	0,00	0,03	0,14	0,10	0,01	3,33	0,59	0,98	0,01	1,27	0,00	0,00	0,00	189	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВЫСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	6,00	2,80	43,20	224,00	0,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	64,00	106,00	256,00	4,80	262,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,38	0,10	75,76	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,02	0,00	2,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,11	2,43	10,59	100,79	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,54	5,13	9,53	0,19	14,23	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	630	21,92	28,79	92,17	738,92	0,52	1,28	1,37	1,04	0,10	0,22	131,70	139,61	392,61	6,78	405,55	3,20	0,04	0,00		
II Завтрак																					
МОЛОКО ОБОГ. ВИТАМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	2,00	3,00	26,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ СВЕЖИЕ(ПОРЦИЯМИ)	100	1,11	0,20	3,82	24,12	0,06	25,13	0,17	0,39	0,00	0,04	14,07	20,10	26,13	1,01	291,45	2,01	0,00	0,00	К/К	2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С КУРЫ	250	8,69	7,51	5,44	122,73	0,05	3,84	0,26	0,30	0,08	0,08	27,28	18,47	73,00	0,94	265,03	4,26	0,06	0,01	88	2008
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	20,39	4,86	0,15	127,31	0,05	0,92	0,05	0,21	0,00	0,11	15,00	15,03	134,61	1,33	202,75	6,15	0,10	0,02	307	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	250	4,75	8,74	11,82	129,72	0,22	19,34	0,05	0,46	0,15	0,15	22,75	50,03	127,66	2,20	1 374,33	12,09	0,06	0,00	123	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,28	0,00	32,03	128,93	0,01	31,68	0,06	0,00	0,00	0,02	12,23	2,86	1,10	0,20	4,84	0,00	0,00	0,00	417	2008
Итого за прием пищи:	950	38,02	24,11	161,42	1 033,98	0,76	80,91	0,59	1,36	0,23	0,61	161,26	213,72	649,21	11,04	2 443,76	24,51	0,22	0,03		
Полдник																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	200	1,00	0,20	5,00	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
КЕКС	75	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	К/К	К/К
БАНАН СВЕЖИЙ	300	4,50	1,50	63,00	288,00	0,12	30,00	0,08	0,00	0,00	0,15	24,00	126,00	84,00	1,80	1 044,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
Итого за прием пищи:	575	5,50	1,70	68,00	374,00	0,14	34,00	0,08	0,20	0,00	0,15	38,00	134,00	98,00	4,60	1 044,00	0,00	0,00	0,00		
Ужин																					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	0,02	5,00	0,00	0,00	0,00	0,02	23,00	14,00	24,00	0,60	141,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)	20	4,68	6,00	0,00	41,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ГУЛЯШ	80	23,47	21,23	4,92	305,61	0,02	1,61	0,02	0,08	0,00	0,01	5,43	4,45	11,65	0,25	75,25	0,97	0,00	0,00	259	2008
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	220	12,29	8,34	66,17	389,81	0,32	0,00	0,03	6,82	0,11	0,18	25,62	181,88	269,85	6,32	382,37	3,31	0,02	0,01	323	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВЫСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	2,42	2,26	2,42	19,36	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	51,62	85,47	206,43	3,87	211,28	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,82	1,20	1,20	35,40	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,25	2,30	131,26	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	1,01	0,00	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,00	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	762	51,01	47,47	91,98	924,80	0,90	7,46	0,12	7,00	0,11	0,46	153,57	341,65	652,97	14,87	999,47	4,28	0,02	0,01		
Ужин 2																					
КЕФИР 2.5 %	200	6,40	6,40	9,60	121,60	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	К/К	2008
КРЕКЕР	30	2,62	5,24	18,62	130,95	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	К/К	К/К
Итого за прием пищи:	230	9,02	11,64	28,22	252,55	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		
Всего за день:		126,97	115,71	444,79	3 350,25	2,40	126,65	2,18	9,60	0,44	1,44	736,53	857,98	1 981,79	39,29	4 892,78	31,99	0,28	0,04		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг	
Завтрак																						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ		100	1,00	5,00	8,75	64,02	0,04	2,27	1,46	0,59	0,00	0,04	36,56	26,51	38,27	1,06	202,26	4,07	0,04	0,00	71	1997
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ АСС. (ПОРЦИЯМИ)		20	4,68	6,00	0,00	41,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	7,43	7,89	33,16	250,75	0,00	0,00	0,03	0,15	0,10	0,01	3,41	0,59	1,00	0,01	1,38	0,00	0,00	0,00	189	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		125	7,51	3,51	54,09	280,45	0,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,22	80,13	132,71	320,51	6,01	328,02	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15	0,09	12,30	0,14	112,20	0,00	0,00	0,11	0,33	0,23	0,02	1,80	0,00	2,85	0,03	2,25	0,00	0,00	0,00	13	2008
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,60	3,73	19,76	163,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	7,00	15,75	23,58	0,79	61,11	0,00	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:		660	25,31	38,43	115,90	912,24	0,63	2,27	1,60	1,07	0,33	0,30	128,90	175,56	386,21	7,90	595,02	4,07	0,04	0,00		
II Завтрак																						
МОЛОКО ОБОГ. ВИТАМИН. КОМПЛЕКСАМИ ДЛЯ ДЛПИТ 3.2%ЖИРН. в инд. упак.		200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	434	2008
Итого за прием пищи:		200	6,10	5,30	10,10	113,00	0,08	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	252,00	29,00	189,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	К/К	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (РИС) С КУРОЙ		250	9,77	4,19	9,39	106,75	0,11	7,67	0,25	0,30	0,04	0,09	30,80	28,49	100,88	1,39	543,87	6,80	0,07	0,01	98	2008
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ		100	23,02	1,36	0,42	97,08	0,00	0,27	0,09	0,04	0,00	0,00	3,24	2,06	4,48	0,08	16,50	0,35	0,00	0,00	229	2008
МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ Т.К.№379		50	0,54	0,54	3,23	12,54	0,02	1,43	0,59	0,24	0,00	0,03	16,42	12,42	20,36	0,39	98,42	1,97	0,02	0,00	379	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		220	4,59	7,45	8,96	118,31	0,17	14,67	0,04	0,34	0,11	0,12	17,27	37,96	96,86	1,66	1 042,82	9,17	0,05	0,00	335	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		70	2,80	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С"		180	0,00	0,00	20,91	83,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,05	1,70	0,00	0,00	1,22	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:		970	41,52	16,44	153,57	933,44	0,70	34,04	0,98	1,02	0,15	0,49	168,71	203,86	551,29	9,88	2 149,19	21,29	0,16	0,01		
Полдник																						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА		200	1,00	0,20	19,80	86,00	0,02	4,00	0,00	0,20	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		300	1,20	1,20	29,40	141,00	0,09	30,00	0,02	1,89	0,00	0,06	48,00	24,00	33,00	6,60	834,00	6,00	0,03	0,00	К/К	2008
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		110	12,25	20,00	50,27	425,67	0,04	29,60	0,11	5,40	0,15	0,01	107,83	31,39	94,32	1,87	8,22	1,12	0,00	0,00	451	2008
Итого за прием пищи:		610	14,45	21,40	99,47	652,67	0,15	63,60	0,13	7,49	0,15	0,07	169,83	63,39	141,32	11,27	842,22	7,12	0,03	0,00		
Ужин																						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		100	1,22	7,14	3,52	76,24	0,03	7,96	0,26	0,25	0,00	0,05	30,99	16,14	30,27	0,74	249,51	2,66	0,03	0,00	51	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		80	5,37	6,42	0,29	84,01	0,02	0,00	0,09	0,84	0,91	0,13	18,90	3,84	61,74	0,80	56,30	8,00	0,02	0,01	214	2008
КОТЛЕТА МЯСНАЯ		100	14,01	14,90	5,26	211,24	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	2,77	1,48	5,85	0,08	9,37	0,00	0,00	0,00	272	2008
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ ПОД СОУСОМ		200	1,18	11,91	0,05	104,74	0,01	0,66	0,08	0,20	0,09	0,01	2,57	2,61	6,11	0,14	0,87	0,00	0,00	0,00	175	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВІСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		50	1,01	1,41	6,55	27,72	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	32,26	53,42	129,02	2,42	132,05	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		30	6,81	1,20	2,15	43,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,23	2,30	131,25	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:		792	30,09	51,18	33,38	686,19	0,47	9,47	0,50	1,51	1,15	0,41	135,58	133,34	373,90	8,03	639,16	10,66	0,05	0,01		
Ужин 2																						
ЙОГУРТ 2,5 %-0,125 В ИНД. УПАК		125	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ		40	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	К/К	2008
Итого за прием пищи:		165	1,63	3,13	8,75	63,75	0,04	0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:			119,10	135,88	421,17	3 361,29	2,07	113,13	3,23	11,09	1,78	1,46	855,02	605,15	1 641,72	39,08	4 225,59	43,14	0,28	0,02		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ	80	1,60	5,60	5,60	72,00	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	2008	
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ	200	35,76	27,95	55,44	612,89	0,00	0,36	0,01	0,10	0,11	0,01	6,71	2,93	11,76	0,24	39,77	1,04	0,00	0,00	219	2008
ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	40	6,00	5,60	0,40	75,60	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	26,40	6,00	92,40	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	6,00	2,80	43,20	224,00	0,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	64,00	106,00	256,00	4,80	262,00	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,11	2,43	10,59	100,79	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,54	5,13	9,53	0,19	14,23	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	630	52,53	52,58	115,32	1 160,08	0,49	0,36	0,08	0,72	0,26	0,20	105,85	120,06	371,59	6,45	317,50	1,04	0,00	0,00		
Обед																					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	1,44	9,86	12,25	126,15	0,04	3,40	0,00	0,13	0,00	0,04	37,21	21,14	49,12	1,38	343,21	5,61	0,02	0,00	50	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15/10	7,47	4,97	3,82	87,63	0,07	12,78	0,24	0,26	0,04	0,08	47,50	24,51	75,93	1,28	341,49	5,28	0,06	0,01	88	2008
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	22,08	5,27	0,12	137,54	0,05	0,94	0,05	0,23	0,00	0,11	15,85	16,09	145,05	1,42	217,10	6,62	0,11	0,02	307	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	250	4,75	8,57	11,82	128,28	0,22	19,34	0,05	0,45	0,14	0,15	22,73	50,03	127,63	2,20	1 374,30	12,09	0,06	0,00	123	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	15,85	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,31	0,00	33,85	136,32	0,01	35,20	0,06	0,00	0,00	0,02	13,56	3,18	1,22	0,22	5,34	0,00	0,00	0,00	417	2008
Итого за прием пищи:	995	51,90	31,47	170,02	1 117,09	0,76	71,66	0,40	1,07	0,18	0,61	206,78	222,18	685,66	11,86	2 586,80	29,60	0,25	0,03		
Полдник																					
ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ	100	7,37	4,85	54,71	279,36	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	К/К	2008
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150	0,00	0,00	15,89	63,54	0,00	1,86	0,00	0,00	0,00	0,00	6,08	1,35	0,00	0,00	0,41	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	300	1,20	1,20	29,60	132,60	0,00	12,00	0,00	1,80	0,00	0,00	43,20	21,60	29,80	6,00	834,00	6,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	550	8,57	6,05	100,20	475,50	0,00	13,86	0,00	1,80	0,00	0,00	49,28	22,95	29,80	6,00	834,41	6,00	0,00	0,00		
Ужин																					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	80	2,41	0,16	5,04	31,04	0,07	3,20	0,00	0,96	0,00	0,03	14,40	15,12	44,64	0,50	79,20	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
КОЛБАСА ВАРКОЛЦ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,20	1,90	0,14	25,00	0,05	0,00	0,00	0,14	0,00	0,00	9,82	7,01	50,47	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2008
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ	100	13,28	11,93	0,04	160,78	0,00	0,00	0,02	0,09	0,06	0,00	1,30	0,20	0,61	0,01	0,67	0,00	0,00	0,00	288	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ ТК №364	50	0,47	1,96	2,59	29,13	0,01	1,00	0,08	0,07	0,00	0,01	4,43	3,85	5,13	0,15	51,86	0,64	0,00	0,00	364	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,28	6,34	41,43	252,76	0,08	0,00	0,04	1,05	0,00	0,00	14,56	9,27	47,63	1,05	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВСОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,01	6,55	1,51	27,72	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	32,26	53,42	129,02	2,42	132,05	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,81	1,20	0,00	43,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,23	2,30	131,25	0,00	0,00	0,00	К/К	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	431	2008
Итого за прием пищи:	777	32,95	38,24	66,31	708,67	0,61	5,05	0,21	2,53	0,21	0,25	124,86	144,72	418,41	8,68	454,84	0,64	0,00	0,00		
Ужин 2																					
ВАФЛИ С НАЧИНКОЙ В АСС	30	0,96	0,84	24,03	102,60	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	К/К	2008
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	5,63	4,85	8,15	104,76	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,60	18,40	0,96	0,00	12,00	0,80	2,88	К/К	2016
Итого за прием пищи:	230	6,59	5,69	32,18	207,36	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,60	18,40	0,96	0,00	12,00	0,80	2,88		
Всего за день:		152,54	134,03	484,03	3 668,70	3,55	91,17	3,57	6,12	1,25	11,14	507,85	515,51	1 523,86	33,95	4 193,55	49,28	1,05	2,91		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,00	0,00	5,50	120,00	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	2008
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	3,65	7,84	11,04	154,41	0,03	0,00	0,03	0,90	0,10	0,02	8,69	5,41	23,72	0,28	39,90	0,00	0,01	0,00	0,00	189
КОЛБАСА ВАРЬЮЛЧ (ПОРЦИЯМИ)	35	6,03	11,93	0,14	130,47	0,04	0,00	0,00	0,14	0,00	0,00	9,81	7,01	50,50	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВЫСОТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	125	7,49	3,50	0,00	79,00	0,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,25	79,93	132,36	319,68	6,00	327,18	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	13
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	19,76	145,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	9,43	16,29	23,58	0,79	61,29	0,00	0,00	0,00	0,00	433
Итого за прием пищи:	620	21,98	34,48	36,53	704,53	0,66	0,00	0,10	1,26	0,25	0,29	109,06	161,07	419,38	7,79	429,87	0,00	0,01	0,00	0,00	
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	0,02	5,00	0,00	0,00	0,00	0,02	23,00	14,00	24,00	0,60	141,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (ГОРОХ), С МЯСОМ	300	10,33	6,69	11,54	138,66	0,10	8,13	0,25	0,23	0,04	0,06	28,17	25,54	56,97	1,00	522,86	5,07	0,03	0,00	0,00	98
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	100	23,01	1,36	0,41	97,02	0,00	0,25	0,08	0,04	0,00	0,00	3,10	1,97	4,28	0,08	15,75	0,34	0,00	0,00	0,00	229
СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,90	1,80	9,40	0,00	18,30	1,20	0,00	0,00	0,00	354
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	250	4,75	8,42	11,81	126,84	0,22	19,34	0,05	0,45	0,14	0,15	22,72	50,05	127,65	2,20	1 374,83	12,09	0,06	0,00	0,00	123
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	15,85	2,80	108,16	501,17	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	69,93	107,23	286,71	5,36	305,36	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С"	200	0,00	0,00	22,26	89,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,92	1,89	0,00	0,00	1,32	0,00	0,00	0,00	0,00	402
Итого за прием пищи:	1070	55,74	21,37	158,88	1 003,01	0,71	32,72	0,38	0,72	0,18	0,44	168,74	202,48	509,01	9,24	2 379,42	18,70	0,09	0,00	0,00	
Полдник																					
ГРУША СВЕЖАЯ	300	1,20	0,90	30,90	141,00	0,06	15,00	0,01	1,08	0,00	0,09	57,00	36,00	48,00	6,00	465,00	3,00	0,03	0,00	0,00	2008
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150	0,00	0,00	15,89	63,54	0,00	1,86	0,00	0,00	0,00	0,00	6,08	1,35	0,00	0,00	0,41	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	110	7,16	3,94	39,99	218,84	0,05	3,94	0,03	0,25	0,18	0,05	10,91	11,17	40,25	0,66	276,49	3,97	0,01	0,00	0,00	451
Итого за прием пищи:	560	8,36	4,84	86,78	423,38	0,11	20,80	0,04	1,33	0,18	0,14	73,99	48,52	88,25	6,66	741,90	6,97	0,04	0,00	0,00	
Ужин																					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,52	4,09	6,44	57,58	0,04	4,12	0,00	0,51	0,00	0,04	25,67	16,55	36,90	1,32	245,59	4,14	0,01	0,00	0,00	к/к
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	100	19,38	18,89	0,48	250,66	0,02	0,56	0,02	0,23	0,22	0,03	9,32	2,88	22,67	0,33	38,55	2,42	0,01	0,00	0,00	289
ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ	250	4,21	7,15	15,13	135,71	0,06	30,40	0,75	0,43	0,00	0,08	95,70	39,43	75,16	1,93	417,53	6,92	0,05	0,00	0,00	177
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ВЫСОТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	0,00	1,41	5,64	22,18	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	32,26	53,42	129,02	2,42	132,95	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,06	8,20	0,09	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	13
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	6,81	1,20	3,44	43,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	30,06	46,09	123,23	2,30	131,25	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,43	0,00	15,47	64,44	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	0,02	16,83	9,76	15,78	1,53	58,31	0,00	0,00	0,00	0,00	431
Итого за прием пищи:	762	32,41	40,94	46,69	648,37	0,52	35,93	0,84	1,39	0,37	0,36	211,04	168,13	404,66	9,85	1 024,78	13,48	0,07	0,00	0,00	
Ужин 2																					
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	5,63	4,85	8,15	104,76	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,80	18,40	0,96	0,00	12,00	0,80	2,88	0,00	2016
СУХАРИ СЛОБНЫЕ	40	3,49	4,27	28,71	166,84	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	к/к
Итого за прием пищи:	240	9,12	9,12	36,86	271,60	1,69	0,24	2,88	0,00	0,60	10,08	21,08	5,80	18,40	0,96	0,00	12,00	0,80	2,88	0,00	
Всего за день:		127,61	110,75	365,74	3 050,89	3,69	89,69	4,24	4,70	1,58	11,31	583,91	585,80	1 439,70	34,50	4 575,97	51,15	1,01	2,88	0,00	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	1 739,90	1 768,27	6 055,52	47 114,46	36,05	1 648,03	42,76	87,99	18,18	58,93	10 900,59	8 596,40	23 483,32	498,70	57 792,47	568,32	6,06	11,75
Среднее значение за период	124,28	126,31	432,54	3 365,32	2,58	117,72	3,05	6,29	1,30	4,21	778,61	614,03	1 677,38	35,62	4 128,03	40,59	0,43	0,84
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.8	33.8	51.4															

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник	Ужин	Ужин 2
7-11	590	183	957	587	766	204