

Утверждаю

директор-000 «ФУДСОЦСЕРВИС»



Харгамова Э. Р.



Согласовано

Руководитель _____

**Примерное меню пришкольного лагеря
для учащихся в возрасте 7-11 лет
2026**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее значение
		белки	жиры	угл-ды										
Завтрак														
Брунфельд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,52	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 мк
Каша пшеница Молочная с маслом сливочным	150/4	5,60	6,25	17,74	145,05	0,14	0,88	29,50	0,12	102,74	137,23	35,70	0,92	№173 С6 мк 2017
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№178 С6 мк 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№138 с6 2017 мк
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Итого:	544	12,12	16,80	72,43	488,35	0,26	13,55	77,50	1,49	198,75	240,79	66,50	5,60	
2 - ой ЗАВТРАК														
Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05	2,60	40,00	1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	ср 136 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№185 С6 мк 2017
Итого:	230	8,39	7,49	22,78	199,45	0,13	2,60	40,00	1,30	249,10	209,40	38,50	0,69	26,61%
Обед														
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№11 с6 мк 2017
Щи на свежей капусте с картофелем, со сметаной	200/10	3,47	5,46	21,68	88,00	0,05	12,66	10,00	1,91	48,20	45,30	18,60	0,68	№68,105 с6 2017 мк
Жаркое по - домашнему с куриной грудкой	50/150	17,33	28,73	40,97	496,00	0,11	8,99	29,10	3,88	55,70	191,40	43,32	4,17	ТТК
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№189 с6 2017 мк
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99	0,085	0	0	0,7	14,5	75	23,5	1,95	ср 144 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Итого:	740,00	28,70	35,23	122,59	867,72	0,25	40,25	39,10	7,53	147,40	365,90	110,22	10,30	33,57%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2014	49,22	59,52	217,80	1555,52	0,74	56,40	156,60	10,31	595,25	816,09	215,22	16,59	60,17%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее значение
		белки	жиры	угл-ды										
День 2 - ой														
ЗАВТРАК														
Брунфельд с сыром с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 мк
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	4,05	5,91	33,82	186,73	0,16	0,86	33,32	0,51	133,70	210,28	63,74	1,55	№173 с6 мк 2017
Ябло отаенное	40	5,08	1,60	0,28	62,80	0,03	1,59	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№200 с6 мк 2017
Кашка с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№183 с6 мк 2017
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Итого:	510	21,73	24,30	72,67	602,83	0,32	2,56	229,22	1,94	471,42	543,64	105,93	3,85	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№189 с6 2017 мк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	26,27%
Итого за завтрак:														
	690	22,63	24,30	90,85	679,15	0,34	6,16	229,22	2,12	484,02	556,24	113,13	6,37	
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№171 с6 мк 2017
Суп картофельный с крутой на мяском бульоне	200	1,95	2,47	11,69	134,60	0,07	6,60	0,00	0,98	21,36	44,78	18,22	0,70	№101 с6 мк 2017
Гуляш из отавной говядины	50/50	14,50	24,89	15,99	298,00	0,03	0,92	0,00	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	№250 с6 мк 2017
Макаронные изделия отварные	150	5,66	0,67	31,92	156,30	0,06	0,73	0,00	0,77	11,19	37,17	8,62	0,85	№203 с6 мк 2017
Компот на сухобруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№149 с6 мк 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Итого:	800	29,59	29,10	122,61	883,10	0,32	14,25	0,00	6,07	122,84	385,74	103,83	8,03	34,16%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	1990	52,22	53,40	213,46	1562,25	0,66	20,40	229,22	8,19	606,86	941,98	216,96	14,40	60,44%

Наименование блюда и продуктов	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее процент
		белки	жиры	угле-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 ед 2017 ин
Завтрак творожная с повидлом	100/30	17,58	15,40	35,98	349,00	0,07	0,41	91,00	0,58	151,22	212,32	25,68	1,21	№231 СБ 2017 ин
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТК №656 от 28.04.2020
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,0019	0,19	0	0	18,939	15,656	8,36	1,588	№76 ед 2017 ин
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	11,76	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№38 ед 2017 ин
Витон витаминный сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Денн Тинос 2012г.
Итого:	570	25,45	25,92	100,37	770,40	0,22	12,60	160,14	2,68	214,17	313,08	61,23	6,68	
2 - ой ЗАВТРАК														
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00	40,00	1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	№885 СБ ин 2017
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48	
Итого за завтрак:	790	33,09	33,74	122,61	960,60	0,33	15,20	200,14	3,98	459,37	514,48	94,23	7,16	37,16%
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 ед ин 2017
Рассоленное ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	4,07	6,86	10,03	123,57	0,08	6,80	12,20	1,98	34,49	74,32	23,78	0,93	№66 ед 2017 ин
Рыба тушеная с овощами	80/40	13,43	14,62	9,04	200,33	0,04	3,05	25,66	2,06	131,26	189,75	44,32	0,75	№229 ед 2017 ин
Пюре картофельное с капустой тушеной (доп.гарнир)	150/30	3,68	6,91	42,81	253,35	0,15	23,28	0,00	0,77	54,60	98,80	34,01	1,26	№312, 139 ин 2017 ед
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 ин 2017 ед
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Денн Тинос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Денн Тинос 2012г.
Итого:	871	28,67	29,65	123,62	866,85	0,44	139,13	37,86	6,76	277,98	492,52	143,05	6,32	33,53%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	70,69%
ВСЕГО:	2161	61,76	63,38	246,22	1827,45	0,76	154,33	237,99	10,74	737,35	1007,00	237,28	13,48	

Наименование блюда и продуктов	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее процент
		белки	жиры	угле-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 ед 2017 ин
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/4	4,43	2,54	29,77	188,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТК №71
Корейский напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 ин 2017 ед
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	11,76	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 ед 2017 ин
Витон витаминный сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Денн Тинос 2012г.
Итого:	589	16,60	18,68	78,47	579,90	0,24	14,27	120,82	1,54	427,32	374,75	74,35	4,31	
2 - ой ЗАВТРАК														
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 ин 2017 ед
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,036	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	26,57%
Итого за завтрак:	789	22,40	23,68	88,07	686,90	0,28	14,33	156,82	1,54	650,52	540,35	99,55	4,49	
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№71 ед ин 2017
Суп - каша домашняя на курином бульоне, с маслом сливочным	200/10	4,39	6,29	9,33	118,80	0,04	0,64	15,82	2,15	28,20	47,20	10,57	0,71	№113,105 ин 2017 ед
Овощи тушеные с говяжьим фаршем	50/150	16,01	21,73	55,88	471,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87	№143, 241 ин 2017 ед
Сок (грейпфрутовый)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 ед 2017 ин
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Денн Тинос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Денн Тинос 2012г.
Итого:	740	28,30	29,06	125,15	873,97	0,25	33,50	47,07	3,98	126,03	332,82	91,97	8,03	33,81%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2029	50,70	52,74	213,22	1560,87	0,53	47,83	203,89	5,52	776,55	873,17	191,52	12,52	60,38%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	угл-ды										
День 5 - млд														
Наименование блюда и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сд 2017 шк
Омлет натуральный	150	13,10	13,05	17,64	207,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	№210 сд 2017 шк
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 сд шк 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 сд 2017 шк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	540	19,62	23,60	72,33	550,90	0,22	12,93	372,57	2,12	199,10	329,34	46,94	7,32	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 сд 2017 шк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
Итого:	720	20,52	23,60	90,51	627,22	0,24	16,53	372,57	2,30	211,70	341,94	54,14	9,84	24,36%
ОБЕД														
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	№61 сд 2017 шк
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	4,07	11,55	13,58	149,77	0,11	9,66	2,20	1,09	26,73	85,02	28,66	1,13	№97 шк 2017 сд
Биточки рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,07	0,59	8,46	4,52	64,69	166,91	37,03	1,31	№ 234 шк 2017 сд
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,00	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202 сд шк 2017
Компот из урюка	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	№348 сд 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	804	29,31	29,20	132,16	861,91	0,40	14,84	10,66	10,00	180,33	438,18	133,98	6,97	33,34%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2024	49,83	52,79	222,67	1489,13	0,64	31,37	383,23	12,30	392,03	780,12	188,12	16,81	57,61%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	угл-ды										
День 6 - млд														
Наименование блюда и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сд 2017 шк
Каша кукурузная молочная	150	4,11	5,99	26,39	161,00	0,07	0,72	11,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25	№174 сд 2017 шк
Винниг с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 сг 28.04.2020
Каша с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№332 сд шк 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 сд 2017 шк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	590	15,67	20,22	88,52	618,34	0,27	14,31	104,64	2,31	297,98	322,62	72,24	5,57	
2 - ой ЗАВТРАК														
Резанка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	0	248,00	184,00	28,00	0,20	№386 шк 2017 сд
Итого:	200	5,8	5	8,4	102	0,04	0,6	28	0	248	184	28	0,2	
Итого за завтрак:														
Итого:	790	21,47	25,22	96,92	720,34	0,31	14,91	132,64	2,31	545,98	506,62	100,24	5,77	27,87%
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№171 сд шк 2017
Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	200/10	4,53	8,09	9,88	132,94	0,06	8,34	10,00	1,89	36,68	45,52	17,50	0,64	№69 шк 2017 сд
Шош из отварных куриных грудок	250	16,52	19,80	57,80	493,33	0,18	8,17	35,00	0,68	45,12	236,67	67,42	2,33	№291 шк 2017 сд
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№319 сд 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	790	28,95	28,93	127,62	909,99	0,43	35,11	45,00	4,31	125,30	411,39	133,22	8,42	33,20%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2080	50,42	54,15	224,54	1630,33	0,74	50,01	177,64	6,63	671,28	918,01	233,45	14,20	63,07%

Наименование биод и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пектина
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Брунчрод с сыром с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сд 2017 ук
Сырники творожные с повидлом	180/20	33,92	26,17	37,74	507,20	0,11	0,57	102,60	5,15	288,28	408,89	42,94	1,48	№319 сд 2017 ук
Чай с сахаром с лимонном	183/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№377 СБ 2017 ук
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 сд 2017 ук
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 ндв. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	605	43,06	39,65	90,67	880,30	0,34	14,67	225,80	10,59	506,25	855,58	122,50	8,52	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ ук 2017
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
	805	48,86	44,65	100,27	987,30	0,42	17,27	265,80	10,59	746,25	1035,58	150,50	8,72	38,19%
ОБЕД														
Орushi солeные (дон гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00	0,01	1,05	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	№70 СБ ук 2017
Суп гороховый с мясными фрикадельками и ризотто	200/11/10	7,83	5,66	20,92	176,99	0,22	4,72	2,20	2,22	40,13	107,03	37,20	2,13	№119,105 ук 2017 сд
Котлета на говядина с маслом сливочным	90/3	15,19	14,00	14,84	220,30	0,08	1,08	18,32	2,61	14,30	151,03	25,15	2,34	№271 ук 2017 сд
Картофель запеченный дольками	180	4,90	10,58	37,94	273,60	0,25	26,10	-36,00	8,10	25,65	127,42	48,35	1,78	№314 сд 2017 ук
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№149 сд ук 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 ндв. 6 Дзем Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 ндв. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	814	35,16	31,29	135,73	959,69	0,69	33,67	-15,48	14,61	141,66	517,12	161,45	9,49	37,13%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2119	84,01	75,94	236,00	1946,99	1,11	50,94	250,32	25,20	887,90	1552,70	311,96	18,21	75,32%
ВСЕГО:														
Всего за 7 дней первой недели		14417	398,17	411,92	1573,91	5,18	411,29	1638,89	78,89	4667,23	6889,06	1594,50	106,19	
В среднем за неделю на 1 ребенка		2060	56,88	58,85	224,84	0,74	58,76	234,13	11,27	666,75	984,15	227,79	15,17	63,99%

Наименование биод и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пектина
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Брунчрод с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сд 2017 ук
Капиа пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	6,46	6,49	23,21	199,50	0,11	0,72	31,10	0,55	109,48	165,23	33,25	1,75	№171 сд ук 2017
Ябло отарное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	1,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 сд ук 2017
Кофеиниз напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 ук 2017 сд
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 сд 2017 ук
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 ндв. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	585	19,77	23,23	72,19	602,50	0,28	14,02	191,10	2,16	289,96	387,23	70,65	6,23	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (рапшиной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 сд 2017 ук
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
	765	20,67	23,23	90,37	678,82	0,30	17,62	191,10	2,34	302,56	399,83	77,85	8,75	36,36%
ОБЕД														
Салат из зеленого горошка к/с	60	1,79	3,11	3,75	50,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,87	35,97	12,48	0,41	№10 сд 2016 ук
Суп крестьянский с пшениной крупой	200	5,78	10,34	4,87	125,00	0,03	7,90	0,00	1,84	28,70	26,86	11,34	0,46	№91 сд 2017 ук
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	14,16	14,92	55,10	435,50	0,20	12,48	41,70	1,47	75,16	168,94	45,12	4,09	ТТК
Компот из урожая	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	№348 сд 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 ндв. 6 Дзем Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 ндв. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	750	28,82	29,35	131,13	920,06	0,44	27,58	41,70	6,72	172,45	355,57	116,20	7,83	35,59%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2015	49,49	52,58	221,50	1598,88	0,74	45,20	232,80	9,05	475,01	755,40	194,05	16,58	61,85%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	углеиды										
День 9 -ый														
ЗАВТРАК														
Булочка с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 г.гк
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/4	5,60	6,25	17,74	145,05	0,14	0,88	29,50	0,12	102,74	137,23	35,70	0,92	№173 СБ инв 2017
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Чай с молоком с сахаром	150/60/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№478 СБ инв 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 г.гк
Витон вешний сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	640	18,49	21,74	84,03	638,99	0,32	13,65	138,14	2,27	359,76	360,69	83,34	6,20	
2 - ой ЗАВТРАК														
Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	№386 от 2017 г.гк
Итого:	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	
Итого за завтрак:														
	840	24,29	26,74	92,03	738,99	0,39	14,91	174,14	2,27	575,76	522,69	108,54	6,38	28,59%
ОБЕД														
Борщ из свежей капусты на курином бульоне, с маслом сливочным	200/10/10	5,10	13,20	21,14	201,40	0,05	8,82	15,82	2,04	53,94	66,18	23,83	1,19	№82 от инв 2017
Биточки рыбные	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,07	0,59	8,46	4,52	64,69	166,91	37,03	1,31	№634 от инв 2017
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№612 от инв 2017
Икра кабачковая (пол.гарнир)	50	1,37	3,59	7,27	66,90	0,02	2,34	0,00	7,40	45,47	27,90	9,05	0,37	№67 от инв 2017
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№809 от 2017 г.гк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	810	29,01	30,86	124,86	873,32	0,45	37,14	24,28	15,50	243,57	478,51	139,51	8,99	33,78%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2150	53,31	57,59	216,89	1612,31	0,84	52,05	198,42	17,77	819,33	1001,20	248,05	15,37	62,37%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	углеиды										
День 10 -ый														
ЗАВТРАК														
Булочка с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.гк
Пудинг на твороге со сливочным молоком	120/30	18,26	16,92	47,94	413,40	0,10	0,41	100,08	0,74	156,86	230,15	31,12	1,66	№622 от 2017 г.гк
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№68 от инв 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№638 от 2017 г.гк
Витон вешний сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	540	27,40	30,20	98,27	771,60	0,26	14,00	164,48	2,11	341,78	409,91	71,06	5,49	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№386 от инв 2017
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40	0	240	180	28	0,2	33,99%
Итого за завтрак:														
	740	33,20	35,20	107,87	878,60	0,34	16,60	204,48	2,11	581,78	589,91	99,06	5,69	
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№671 от инв 2017
Рассольник вегетарианский на мясном бульоне, со сметаной	200/10	1,87	9,57	9,94	102,00	0,08	6,74	10,00	1,91	32,12	51,48	20,24	0,76	№66 от инв 2017
Бифштекс из отварной говядины	50/50	14,44	16,25	8,78	251,00	0,03	0,37	16,90	0,49	33,58	124,92	19,81	1,98	№624, СБ инв 2017
Макаронные изделия(спагетти) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,00	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№602 от инв 2017
Компот на яблока и клубок	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Хлеб ржаной	40	3,3	0,60	19,8	99	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	815	29,16	29,72	123,51	860,66	0,33	13,11	26,90	4,48	134,29	360,03	94,29	6,80	33,29%
ВСЕГО:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за 10 дней	2055	62,37	64,92	231,38	1739,26	0,67	29,71	231,38	6,60	716,07	949,93	193,35	12,49	62,28%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 г.гк
Омлет натуральный	150	13,10	13,05	17,64	207,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	№210 от 2017 г.гк
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376, СБ 2017 г.гк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 г.гк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Десн Плес 2012г.
Итого:	555	22,49	26,61	70,43	581,36	0,21	12,55	396,07	2,18	305,03	386,63	51,35	7,71	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.гк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:	735	23,39	26,61	88,61	657,68	0,23	16,15	396,07	2,36	317,63	399,23	58,55	10,23	25,44%
ОБЕД														
Кукуруза к/с (доп гарнир)	60	1,23	1,75	5,87	44,16	0,01	2,79	8,40	0,02	5,62	29,89	0,13	0,25	№12 от дошк 2016
Щи из свежей капусты с картошкой, с куриными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	3,17	6,91	12,56	110,66	0,05	12,77	14,38	1,93	53,26	56,75	20,19	0,80	№88 от ок 2017
Шницель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63	0,04	0,92	35,82	0,20	41,42	93,69	12,98	1,01	№306 от дошк 2016
Рис отварной с маслом сливочным	150/3	3,67	7,55	36,72	229,46	0,03	0,00	11,98	0,31	2,08	61,84	16,34	0,53	№304 от ок 2017
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,70	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 ок 2017 от
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,76	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Десн Плес 2012г.
Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Десн Плес 2012г.
ВСЕГО:	814	28,18	29,64	123,53	860,11	0,26	116,48	70,57	4,37	146,23	346,61	82,17	5,62	33,27%
Вода питьевая П/Т	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за 11 дней	2049	51,57	56,25	212,14	1517,79	0,49	133,64	466,64	6,73	463,85	745,84	140,72	15,85	58,72%

День 12 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.гк
Каши геркулесовая молочная	150	4,10	3,91	25,13	140,70	0,14	0,72	11,10	0,39	110,42	173,99	53,12	1,29	№173 от 2017 г.гк
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 ок 2017 от
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 г.гк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Десн Плес 2012г.
Итого:	590	14,75	17,01	85,43	580,04	0,33	14,02	100,24	2,48	279,91	349,09	94,30	5,27	
2 - ой ЗАВТРАК														
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 ок 2017 от
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	
Итого за завтрак:	790	20,55	22,01	95,03	687,04	0,37	14,08	136,24	2,48	503,11	514,69	119,50	5,45	26,58%
ОБЕД														
Орushi свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 от ок 2017
Султ картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	200/11	5,04	16,96	26,72	156,97	0,09	4,66	19,04	1,37	29,09	80,62	23,82	1,11	№108,105 от ок 2017
Терфиги из говядины(без риса) в томатном соусе	80/40	10,05	9,78	10,31	219,36	0,06	0,33	34,13	0,63	30,97	108,03	19,51	0,99	№280 от ок 2017
Каши гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00	0,21	0,00	0,00	0,39	23,99	207,35	140,52	4,71	№171 от ок 2017
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.гк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Десн Плес 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Десн Плес 2012г.
Итого:	811	31,58	30,02	135,92	868,05	0,53	14,58	53,17	3,77	132,95	534,80	228,55	12,08	33,58%
Вода питьевая П/Т	500	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:	2101	52,13	52,03	230,94	1555,09	0,89	28,67	189,41	6,25	636,05	1049,49	348,06	17,53	60,16%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	угл-ды										
День 13-ый														
Наименование блюд и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 ин
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	37,81	0,53	№174 от ин 2017
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№178 СЕ ин 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№38 от ин 2017
Взгон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Итого:	575	14,82	17,42	83,30	580,50	0,17	13,53	81,32	1,53	212,66	244,06	63,61	5,21	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СЕ ин 2017
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
	775	20,62	22,42	92,90	687,50	0,25	16,13	121,32	1,53	452,66	424,06	91,61	5,41	26,60%
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№11 от ин 2017
Суп картофельный с горошком на курином бульоне, с маслом сливочным	200/10	6,73	9,07	19,26	164,80	0,19	4,90	5,82	2,03	39,50	86,88	30,49	1,83	№102 от ин 2017
Рыба запеченная с луком	80/10	11,25	13,78	23,02	248,28	0,09	2,13	35,64	3,71	32,61	137,61	36,78	0,69	ТТК
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№112 от ин 2017
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	17,46	23,44	0,67	№149 от ин 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Итого:	830	29,32	29,75	130,60	877,98	0,63	44,55	41,46	8,03	179,56	468,44	159,13	7,33	33,96%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2105	49,94	52,16	223,50	1565,48	0,88	60,68	162,78	9,56	632,22	892,50	250,74	12,74	60,56%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	угл-ды										
День 14 -ый														
Наименование блюд и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 ин
Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	3,56	2,23	24,26	130,10	0,06	0,88	33,50	0,36	99,73	87,89	15,23	0,35	№181 от 2017 ин
Ябло отарное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	100,00	0,24	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 от ин 2017
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,056	1,588	24,4	0	151,92	124,56	21,34	0,448	№381 от ин 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 от 2017 ин
Взгон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Итого:	600	21,72	24,10	74,87	602,60	0,25	14,57	229,40	2,03	456,65	434,45	68,22	5,28	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (рапсовый)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 ин
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	26,56%
Итого за завтрак:														
	780	22,62	24,10	93,05	678,92	0,27	18,17	229,40	2,21	469,25	447,05	75,42	7,80	
ОБЕД														
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93	14,38	0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	№24 от ин 2017
Рисовый суп Домашний с куриными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	4,93	8,32	24,39	209,46	0,09	10,65	14,38	1,95	45,66	70,21	24,95	1,00	№93 от ин 2017
Котлета "Аппетитная"	90	10,71	13,14	12,71	168,35	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79	ТТК
Макаронные изделия отарные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,00	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№207 от ин 2017
Компот из яблока	200	0,346	0,08	17,874	74,2	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	№346 от ин 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Итого:	814	28,66	28,92	128,68	865,41	0,38	20,37	28,75	5,72	132,09	380,73	98,99	6,85	33,48%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2094	51,28	53,02	221,73	1544,33	0,65	38,54	258,15	7,92	601,34	827,78	174,40	14,65	59,74%
Итого за 7 дней второй недели														
	14569	370,08	388,56	1558,07	11133,14	5,18	387,48	1739,58	63,89	4343,88	6222,14	1549,36	105,22	
В среднем за неделю на 1 ребенка														
	2081	52,87	55,51	222,58	1590,45	0,74	55,35	248,51	9,13	620,55	888,88	221,34	15,03	61,53%

День 15 - вкл		Наименование блока и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Содерж. ретинол
				Белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК		Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	13,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№16 от 2017 г.к
		Сырники творожные с молоком стуженым	180/20	7,80	5,21	22,70	182,20	0,12	0,67	102,60	5,15	348,88	452,89	48,34	1,26	№219 от 2017 г.к
		Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376/СБ 2017 г.к
		Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№318 от 2017 г.к
		Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:			590	13,24	14,78	75,49	504,46	0,23	12,86	142,60	6,52	400,82	523,74	75,30	6,23	
2 - ой ЗАВТРАК																
		Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05	0,60	28,00	1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	ср 136 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
		Раженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	№386 от 2017 г.к
Итого:			230	8,39	7,49	21,58	194,45	0,04	0,60	28,00	0,00	648,82	707,74	103,30	6,43	27,04%
Итого за завтрак:			820	21,63	22,27	97,07	698,91	0,27	13,46	170,60	6,52	648,82	707,74	103,30	6,43	
ОБЕД																
		Орushi свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	10,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 от 2017 г.к
		Сул-паша домашняя с картофелем на курином бульоне	200	3,66	4,43	9,30	100,60	0,04	0,40	10,00	2,06	22,84	30,80	8,54	0,52	№113 от 2017 г.к
		Фрикассе из отварных куриных грудок	50/50	14,82	20,50	17,50	293,80	0,13	7,84	41,56	0,28	81,72	55,67	37,57	3,05	ТТК
		Рис отварной рассыпчатый	150	3,65	5,37	36,68	209,70	0,03	0,00	0,00	0,18	1,37	60,95	16,34	0,53	№304 от 2017 г.к
		Сок (фаслиновой)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.к
		Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:			780	29,85	31,29	122,64	881,82	0,36	17,84	51,56	3,72	154,82	286,22	107,14	9,37	34,11%
		Вода питьевая ПЭТ	500	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:			2100	51,48	53,56	219,71	1580,73	0,63	31,29	222,16	10,24	803,64	993,96	210,45	15,80	61,15%

День 16 - вкл		Наименование блока и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Содерж. ретинол
				Белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК		Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№16 от 2017 г.к
		Каша кукурузная молочная	150	4,11	5,99	26,59	161,00	0,07	0,72	11,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25	№174 от 2017 г.к
		Блинны с маслом сливочным	45/5	99,14	11,60	99,14	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
		Кофеиный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,24	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 от 2017 г.к
		Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№318 от 2017 г.к
		Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:			590	14,76	19,09	86,89	600,34	0,26	14,02	100,24	2,31	271,54	288,06	64,90	5,23	
2 - ой ЗАВТРАК																
		Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№383 СБ от 2017 г.к
Итого:			200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:			790	20,56	24,09	96,49	707,34	0,34	16,62	140,24	2,31	511,54	468,06	92,90	5,43	27,36%
ОБЕД																
		Салат из отварной свеклы с зеленым горошком к/с	60	0,99	2,47	4,38	43,74	0,03	4,12	0,00	1,13	17,00	24,97	11,04	0,78	№31 от 2017 г.к
		Щи на свежей капусте, с картошкой, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	3,87	7,64	6,76	109,57	0,06	12,72	12,20	1,98	50,57	68,14	22,14	0,85	№88 от 2017 г.к
		Виточки рыбные на минтае с маслом сливочным	90/5	11,67	11,01	14,33	204,00	0,07	0,59	28,46	4,57	65,89	168,41	37,03	1,32	№ 234 от 2017 г.к
		Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№312 от 2017 г.к
		Компот из урюка	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	№348 от 2017 г.к
		Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:			816	28,20	28,97	124,11	873,35	0,47	39,82	40,66	9,86	233,55	489,24	150,76	7,04	33,79%
		Вода питьевая ПЭТ	500	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:			2106	48,76	53,06	220,60	1580,69	0,81	56,44	180,90	12,17	745,09	957,30	243,66	12,47	61,15%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 г.гк
Омлет натуральный	150	12,10	13,05	2,64	187,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	№210 от 2017 г.гк
Чай с молоком с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	8,00	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№278 от 2017 г.гк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№218 от 2017 г.гк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	555	23,07	24,89	75,61	582,40	0,23	13,03	404,07	2,18	349,10	419,34	55,19	7,42	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№589 от 2017 г.гк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:	735	23,97	24,89	93,79	658,72	0,25	16,63	404,07	2,36	361,70	431,94	62,39	9,94	23,48%
ОБЕД														
Салат из фасоли с кукурузой и соевыми орешками	60	6,55	7,03	16,26	160,10	0,27	0,63	0,00	2,08	68,85	204,79	72,12	2,96	ТТК № 311
Суп картофельный на курином бульоне, с маслом птицы	200/10	4,21	4,12	13,53	117,40	0,11	9,84	5,82	1,11	29,72	78,58	27,15	1,15	№67 от 2017 г.гк
Куриная грудка запеченная с овощами и сыром	120	8,28	3,71	27,00	198,90	0,04	0,07	43,00	0,37	142,90	217,30	27,50	22,07	ТТК
Овошное рау	180	3,11	13,25	15,35	179,00	0,11	22,52	46,80	3,53	64,73	78,30	29,27	1,06	№ 143 от 2017 г.гк
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№549 от 2017 г.гк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	860	29,16	29,12	133,66	941,20	0,67	33,78	95,62	8,74	360,88	703,41	202,60	30,30	36,41%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2095	53,13	54,01	227,45	1599,92	0,92	50,41	499,69	11,10	722,58	1135,35	264,98	40,24	61,89%

День 18 - кдг

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.гк
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/4	4,43	2,54	28,07	188,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТТК №712
Кефир с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 от 2017 г.гк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№328 от 2017 г.гк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	574	14,17	15,82	78,40	546,40	0,25	14,45	93,72	1,48	303,76	319,31	73,44	4,55	
2 - ой ЗАВТРАК														
Варен	20	0,75	6,10	12,50	108,50	0,01	0,00	1,00	0,95	1,50	8,50	1,00	0,86	№ 386 от 2017 г.гк
Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	№ 386 от 2017 г.гк
Итого:	200	5,97	10,60	19,70	198,50	0,08	1,26	37,00	0,95	217,50	170,50	26,20	1,04	
Итого за завтрак:	774	20,14	26,42	98,10	744,90	0,33	15,71	130,72	2,43	521,26	489,81	99,64	5,58	28,82%
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№571 от 2017 г.гк
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с травами	200/10	5,64	4,37	20,84	155,42	0,21	4,66	0,00	2,14	37,76	84,18	33,66	1,96	№119 от 2017 г.гк
Плов из отварной говядины	50/150	17,73	24,39	38,91	405,92	0,07	1,80	0,00	4,00	18,14	242,92	51,52	3,39	№265 от 2017 г.гк
Компот из яблок и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	760	30,71	29,88	133,35	898,94	0,46	21,46	0,00	7,78	107,18	463,06	134,40	8,73	34,78%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2034	50,85	56,30	231,44	1643,84	0,79	37,17	130,72	10,21	628,44	952,87	234,03	14,31	63,97%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mг	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угл-ды										
День 19 - ый														
Наименование блюда и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бульброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.гк
Пудинг на твороге со ступленными молоком	120/30	18,26	16,92	47,94	413,40	0,10	0,41	100,08	0,74	156,86	230,15	31,12	1,66	№222 от 2017 г.гк
Блинны с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,24	18,94	15,66	8,36	1,59	№376 от 2017 г.гк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 от 2017 г.гк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	590	26,13	27,44	112,33	834,80	0,26	12,60	169,22	2,84	219,81	330,91	66,66	7,13	
2 - ой ЗАВТРАК														
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00	40,00	1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	№385 от 2017 г.гк
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48	
Итого за завтрак:														
	810	33,77	35,26	134,57	1025,00	0,36	15,20	209,22	4,14	465,01	532,31	99,66	7,61	39,65%
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 от 2017 г.гк
Борит с капустой, с картофелем, с куринными фрикадельками, со сметаной	200/10/10	5,12	14,96	19,98	200,86	0,05	8,69	14,38	1,97	53,64	61,23	23,39	1,12	№82 от 2017 г.гк
Шпинель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63	0,04	0,92	35,82	0,20	41,42	93,69	12,98	1,01	№306 от 2017 г.гк
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00	0,21	0,00	0,00	0,39	23,99	207,35	140,52	4,71	№171 от 2017 г.гк
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.гк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	791	34,70	30,48	127,01	887,21	0,46	19,21	50,20	3,94	167,95	501,07	221,58	12,11	34,32%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	2101	68,47	65,74	261,57	1912,21	0,82	34,41	259,41	8,08	632,96	1033,38	321,25	19,72	73,97%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mг	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угл-ды										
День 20 - ый														
Наименование блюда и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бульброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.гк
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/4	6,45	5,76	23,20	192,87	0,11	0,72	31,10	0,55	109,48	165,23	33,25	1,75	№173 от 2017 г.гк
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	1,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 от 2017 г.гк
Кефирный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№279 от 2017 г.гк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 от 2017 г.гк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	584	19,76	22,50	72,17	595,87	0,28	14,02	191,10	2,16	289,96	387,23	70,65	6,23	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.гк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
	764	20,66	22,50	90,35	672,19	0,30	17,62	191,10	2,34	302,56	399,83	77,85	8,75	36,00%
ОБЕД														
Огурцы соленые (доп.гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00	0,01	1,05	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	№ 21 от 2017 г.гк
Суп крестьянский с пшенной крупой с мясными фрикадельками	200/10	6,38	10,96	15,90	152,57	0,04	7,96	2,20	1,91	31,07	49,70	14,88	0,63	№38 от 2017 г.гк
Запеканка картофельная с мясом	200	19,70	24,66	48,72	447,14	0,36	6,83	0,00	5,10	58,93	402,36	151,64	5,46	№284 от 2017 г.гк
Компот из урожая	200	0,75	0,06	11,640	116,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	№348 от 2017 г.гк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Делии Плюс 2012г.
Итого:	731	33,41	36,63	132,54	912,11	0,55	16,43	2,20	9,01	152,62	583,06	217,98	9,14	33,20%
Вода питьевая ПЭТ	500	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:	1995	54,07	59,13	222,89	1584,30	0,85	34,05	193,30	11,34	455,17	982,88	295,83	17,89	61,29%

Наименование Блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 еб 2017 ук
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	№174 еб 2017 ук
Чай с сахаром с лимонном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№377 СБ 2017 ук
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 еб 2017 ук
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:	590	17,44	20,35	81,54	610,30	0,28	14,97	156,52	5,60	334,61	587,19	112,37	7,57	
2 - ой ЗАВТРАК														
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№385 ук 2017 еб
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,036	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
Итого за завтрак:														
Итого за завтрак:	790	23,24	25,35	91,14	717,30	0,32	15,03	192,52	5,60	557,81	752,79	137,57	7,75	27,75%
ОБЕД														
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93		0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	№24 еб ук 2017
Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	200	4,09	4,28	12,91	106,60	0,12	4,65	0,00	1,95	40,22	110,38	30,64	1,44	№102 еб ук 2017
Туши из отадрной говядины	50/50	14,50	24,89	15,99	298,00	0,03	0,92		2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	№260 еб ук 2017
Макаронные изделия (спагетти) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06			0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202 еб ук 2017
Компот из яблок	200	0,35	0,08	17,87	74,20	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	№348еб ук 2017
Хлеб ржаной	50	3,3	0,60	19,8	99	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
ВСЕГО:	803	31,81	33,10	127,50	892,20	0,38	13,50	0,00	6,91	131,66	444,33	109,81	8,56	34,51%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за 21 день	2093	55,05	58,45	218,64	1609,50	0,70	28,53	192,52	12,52	689,46	1197,12	247,39	16,32	62,26%
Всего за 7 дней третьей недели														
	14524	381,81	400,24	1602,30	11511,18	5,52	272,31	1678,70	75,66	4677,35	7252,86	1817,59	136,75	
В среднем за неделю на 1 ребенка														
	2075	54,54	57,18	228,90	1644,45	0,79	38,90	239,81	10,81	668,19	1036,12	259,66	19,54	63,62%
В среднем за 21 день на 1 ребенка														
	2072	54,76	57,18	225,44	1629,37	0,76	51,00	240,82	10,40	651,83	969,72	236,26	16,58	63,03%