

Утверждаю
директор ООО «АБК-Пэймент»

Рахматуллин Р.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	P	Mg	Fe	Ссылка рецептур
		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 еб 2017 мк
Каша пшенная колочная 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 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	№378 СБ 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	№318 еб 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 Девм Планс 2012г.
Итого:	544	12,12	16,80	72,43	488,25	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 Девм Планс 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	№385 СБ 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	№371 еб мк 2017
Шп 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 еб 2017мк
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	№389 еб 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 Девм Планс 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 Девм Планс 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	33,27%
Вода питьевая ЦЭТ	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	60,17%
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	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Ссылка 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 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	№6173 еб мк 2017
Ябло отварное	40	5,08	1,60	0,28	62,80	0,03	1,00	0,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№6209 еб мк2017
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	№371 еб мк 2017
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 Девм Планс 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	№389 еб 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%
ОБЕД														
Овощи 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	№371 еб мк 2017
Суп картофельный с крупой на мясном 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	№6101 еб мк 2017
Гуляш из отварной 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	№650 еб 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	№6203 еб мк 2017
Компот на сухофруктах	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,00	0,00	0,51	23,44	17,46	0,67	№649 еб 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 Девм Планс 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 Девм Планс 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 ЦЭТ	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	60,44%
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	

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угле-ды	ккал	ккал									
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 инв	
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 СР 2017 инв	
Блины с маслом сливочным	4/5	0,95	11,60	1,60	29,14	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	№376 сд 2017 инв	
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	№338 сд 2017 инв	
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 Демн Планс 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	№385 СР инв 2017	
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,20	240,00	180,00	28,00	0,20		
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,20	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															
Огулка свежее	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 сд инв 2017	
Рассольник 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 сд 2017 инв	
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	№239 сд 2017 инв	
Пюре картофельное с капустой тушеной (пол.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 инв 2017 сд	
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 инв 2017 сд	
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 Демн Планс 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 Демн Планс 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	1007,00	237,28	0,00		
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	70,69%	

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угле-ды	ккал	ккал									
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 сд 2017 инв	
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	
Кобеляный 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 инв 2017 сд	
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 сд 2017 инв	
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 Демн Планс 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 инв 2017 сд	
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:															
	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	26,57%	
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 сд инв 2017	
Суп - лапша домашняя на 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 инв 2017 сд	
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 инв 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	№389 сд 2017 инв	
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 Демн Планс 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 Демн Планс 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	1007,00	237,28	0,00		
ВСЕГО:	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 биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Срок годности
		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 с6 2017 зак
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 с6 2017 зак
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 с6 зак 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 с6 2017 зак
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 техн. 6 Дели 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 с6 2017 зак
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	№52 с6 2017 зак
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 зак 2017 с6
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 зак 2017 с6
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 с6 зак 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 с6 2017 зак
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 техн. 6 Дели 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 техн. 6 Дели 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	
ВСЕГО:	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	37,61%

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Срок годности
		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 с6 2017 зак
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 с6 2017 зак
Блинды с маслом сливочным	45/5	0,95	0,00	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
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	№38 с6 зак 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 с6 2017 зак
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 техн. 6 Дели 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														
Режечка	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 зак 2017 с6
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	№671 с6 зак 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	№99 зак 2017 с6
Плов 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 зак 2017 с6
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 с6 2017 зак
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 техн. 6 Дели 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 техн. 6 Дели 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	
ВСЕГО:	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%

День 5 - ый

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пестицид
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК Бутерброд с сыром с маслом сливочным Сырники творожные с повидлом Чай с сахаром с лимоником Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего сорта Итого:	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
	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	№219 от 2017 г.гк
	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 от 2017 г.гк
	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№318 от 2017 г.гк
	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 Дзем Планс 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 Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№385 от 2017 г.гк
	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 Олушка соленая (лот гарнир) Суп гороховый с мясными фрикадельками и грибами Котлета из говядины с маслом сливочным Картофель запеченный дольками Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого:	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 от 2017 г.гк
	200/1/1/10	7,83	5,66	20,92	176,99	0,22	4,72	2,20	2,22	40,13	107,03	37,20	2,13	№119,103 от 2017 от
	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 от 2017 от
	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 от 2017 г.гк
	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	№349 от 2017 г.гк
	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 Дзем Планс 2012г.
	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 Дзем Планс 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%
Итого за завтрак 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:	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 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	61,95%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пестицид
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Капша пшеничная молочная с маслом сливочным Ябло отпарное Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие (Яблоки) Батон Итого:	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
	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 от 2017 г.гк
	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 от 2017 г.гк
	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	№371 от 2017 от
	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№318 от 2017 г.гк
	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 Дзем Планс 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 (разливной) Итого:	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
	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	36,26%
ОБЕД Салат из зеленого горошка к/с Суп крестьянский с пшениной крупой Филе куриной грудки тушеное с овощами Компот из урюка Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого:	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 от 2016 г.гк
	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	№98 от 2017 г.гк
	50/1/50	14,16	14,92	55,10	435,50	0,20	12,48	41,70	1,47	75,16	168,94	45,12	4,09	ТК
	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.гк
	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 Дзем Планс 2012г.
	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 Дзем Планс 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%
Итого за завтрак 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:	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%

День 7 - ой

День 8 - ой

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	угле-ды										
День 9-ый														
Завтрак														
Вутерброд 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	№46 от 2017 г.мк
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.мк 2017
Винегрет 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	ТРК №656 от 28.04.2020
Чай с молоком ,с сахаром	150/0/10	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 СБ.мк 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	№238 от 2017 г.мк
Батон ватный 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 Тласе 2017г.
Итого:	640	18,49	21,74	84,03	638,99	0,32	13,65	138,14	2,27	339,76	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.мк
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:														
Итого:	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 птица, со сметаной	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 2017 г.мк
Виточки 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 2017 г.мк
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 2017 г.мк
Икра кабачковая (доп.глицерин)	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	№13 от 2017 г.мк
Сок (растительный)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№89 от 2017 г.мк
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 Тласе 2017г.
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 Тласе 2017г.
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%
Итого за обед:	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	62,37%
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	

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	угле-ды										
День 10-ый														
Завтрак														
Вутерброд 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.мк
Пудинг из творога со сухими 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.мк
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	№387 от 2017 г.мк
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	№238 от 2017 г.мк
Батон ватный 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 Тласе 2017г.
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	№885 СБ.мк 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:														
Итого:	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														
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 2017 г.мк
Расольник Ленинградский 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	№696 от 2017 г.мк
Борщотников 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	№245 СБ.мк 2017
Макаронные изделия(спагетти) отварные с маслом сливочным	130/3	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 2017 г.мк
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	ТРК
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	срп 144 табл. 6 Дзем Тласе 2017г.
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 Тласе 2017г.
ВСЕГО:	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%
Итого за обед:	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	67,28%
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	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка рецептур
		Белки	Жиры	Угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бульбурд 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.к
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.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,С5 2017 г.к
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.к
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 Десят 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 (разлиной)	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.к
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:	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 июля 2016
Щи из свежей капусты с картофелем, 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 июл 2017
Шиньель 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 июля 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 июл 2017
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 июл 2017 от
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 Десят 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 Десят 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 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 11 дней	2049	51,57	56,25	212,14	1517,79	0,49	132,64	466,64	6,73	463,85	745,84	140,72	15,85	58,72%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка рецептур
		Белки	Жиры	Угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бульбурд 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.к
Капла 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.к
Влины 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 №65 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 июл 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.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	стр 134 табл. 6 Десят Плес 2012г.
Итого:	590	14,75	17,01	85,43	580,04	0,23	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 июл 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:														
Итого:	790	20,55	22,01	95,03	687,04	0,27	14,08	136,24	2,48	503,11	514,69	119,50	5,45	26,58%
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 от июл 2017
Суп 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 июл 2017
Терпиги 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 июл 2017
Капса 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 июл 2017
Сок (разлиной)	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	стр 144 табл. 6 Десят 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 Десят Плес 2012г.
Итого:	811	31,58	30,02	135,92	868,05	0,43	14,58	53,17	3,77	132,95	534,80	228,55	12,08	33,58%
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	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 блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее значение	
		белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК Булгур с маслом сливочным Каша рисовая молочная с маслом сливочным Чай с молоком ,с сахаром Фрукты свежие (Яблоки) Батон ватный сорт:	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 с6 2017 ин	
	180/5	8,50	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	№17 с6 2017 ин	
	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 2017 ин	
	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 с6 2017 ин	
	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 Демн Планс 2012г.	
	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		
	Итого:														
	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	№485 с6 2017 ин
	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:														
ОБЕД	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	26,69%	
Помидоры свежие порционно Суп картофельный с горошком на курином бульоне, с маслом птицы Рыба запеченная с луком Картофельное пюре Компот на сухофруктах Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	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 с6 2017 ин	
	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 с6 2017 ин	
	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	
	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 с6 2017 ин	
	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	№449 с6 2017 ин	
	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 Демн Планс 2012г.	
	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 Демн Планс 2012г.	
	Итого:	830	29,32	29,75	130,60	872,98	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 блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее значение	
		белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК Булгур с сыром, с маслом сливочным Каша манная молочная с маслом сливочным Ябло отварное Какао с молоком Фрукты свежие (Яблоки) Батон ватный сорт:	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 ин	
	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 с6 2017 ин	
	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 с6 2017 ин	
	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 с6 2017 ин	
	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 с6 2017 ин	
	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 Демн Планс 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 (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	№489 с6 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	
Итого за завтрак:															
ОБЕД	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	26,56%	
Салат на свежих овощах Рисовый Домашний с куриными фрикадельками со сметаной Котлеты "Аппетитные" Макаронные изделия отварные с маслом сливочным Компот из яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93	0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	№24 с6 2017 ин		
	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	№95 с6 2017 ин	
	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	
	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 с6 2017 ин	
	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 с6 2017 ин	
	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 Демн Планс 2012г.	
	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 Демн Планс 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%
Всего за 7 дней второй недели															
ВСЕГО:	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	55,25	248,51	9,13	620,55	888,88	221,34	15,03	61,53%	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Соприк ресурсы
		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 с6 2017 зак
Сырники творожные с молоком ступенчатым	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 с6 2017 зак
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/СЕ 2017 зак
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 с6 2017 зак
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	срп 134 инд. 6 Демис 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	срп 136 инд. 6 Демис 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	№306 зак 2017 с6
Итого:	230	8,39	7,49	21,58	194,45	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
Итого:	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	27,04%
ОБЕД														
Орushi свежие порционно	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	№071 с6 зак 2017
Сул-палша домашняя с картофелем на куринном 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 с6 зак 2017
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	0,80	0,00	0,18	1,37	60,95	16,34	0,53	№304 с6 зак 2017
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,70	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 зак
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,44	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 инд. 6 Демис 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 инд. 6 Демис 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%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Соприк ресурсы
		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 с6 2017 зак
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 с6 2017 зак
Винида 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 с7 28.04.2020
Корфейный 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 зак 2017 с6
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 с6 2017 зак
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 инд. 6 Демис 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	№385 СЕ зак 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	27,36%
Итого за завтрак:														
Итого:	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	
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	№657 с6 зак 2017
Ше из свежей капусты, с картофелем, с мажанами 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	№888 с6 2017 зак
Виточки рыбные из минтая 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 зак 2017 с6
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 с6 зак 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 с6 2017 зак
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 инд. 6 Демис 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 инд. 6 Демис 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 блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Способ приготовления
		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 с 2017 г.г.
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 с 2017 г.г.
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,24	63,02	48,36	12,20	1,30	№278 с 2017 г.г.
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	№238 с 2017 г.г.
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 Дели 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	№289 с 2017 г.г.
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:	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	25,48%
ОБЕД														
Салат из фасоли с кукурузой и соевыми отрудами	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 № 331
Суп картофельный на курином бульоне, с маслом пшны	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	№27 с 2017 г.г.
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
Овощное рагу	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 с 2017 г.г.
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	№249 с 2017 г.г.
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 Дели 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 Дели 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%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Способ приготовления
		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 с 2017 г.г.
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 №218
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	№282 с 2017 г.г.
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	№238 с 2017 г.г.
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 Дели 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 Кобфир	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 с 2017 г.г.
Итого:	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	
Итого за завтрак:														
Итого:	200	5,97	10,60	19,70	198,50	0,08	1,26	37,00	0,95	217,90	170,50	26,20	1,04	
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 с 2017 г.г.
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с Тренками	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 с 2017 г.г.
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 с 2017 г.г.
Компот из яблок и клуб	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	ср 144 табл. 6 Дели 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 Дели 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	63,99%

Наименование Блод и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылки ресурсы
		белки	жиры	угл-ды										
День 19 - сдй														
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 зак
Пудинг из творога со стужеными яблоками	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 зак
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	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376 СБ 2017 зак
Фрукты свежие (Яблока)	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 зак
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 Делн 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	
Молоко кипученное	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	№885 СБ зак 2017
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:														
ОБЕД	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%
Остудя 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 зак 2017
Борщ 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 зак
Шиниель 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 докум 2016
Капса 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 зак 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	№380 от 2017 зак
Хлеб ржакной	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 Делн 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 Делн 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 Блод и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылки ресурсы
		белки	жиры	угл-ды										
День 20 - сдй														
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 зак
Капса 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 зак 2017
Ябло отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	1,30	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 от зак 2017
Кефирный напиток с яблоком	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	№79 зак 2017 66
Фрукты свежие (Яблока)	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 зак
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 Делн 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	№380 от 2017 зак
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:														
ОБЕД	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	26,00%
Остудя солёные (дол 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 зак
Суп крестьянский с пшениной крутой 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	№98 от 2017 зак
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	№384 от 2017 зак
Компот из яблока	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 зак
Хлеб ржакной	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 Делн 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 Делн Плюс 2012г.
Итого:	731	33,41	36,63	132,54	132,54	0,55	16,43	2,20	9,01	152,62	583,06	217,98	9,14	35,28%
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	Р	Mg	Fe	Среднее расщепл	
		Белки	Жиры	Угл-ды											
ЗАВТРАК Булгур с сыром, с маслом сливочным Каша рисовая молочная с маслом сливочным Чай с сахаром с лимонном Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего сорт	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	
	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 от 2017	
	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 от 2017г	
	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	
	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	№386 от 2017 от
	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:														
	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 от 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 от 2017	
Гуляш из отварной 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 от 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 от 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	№348 от 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%	
Вола 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%	
	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		
	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%	
	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%	
В среднем за 7 дней третий несли															
В среднем за неделю на 1 ребенка															
В среднем за 21 день на 1 ребенка															