

Утверждаю
директор ООО «АБК-Пэймент»
Рахматуллин Р.Р.



Согласовано
Руководитель _____

**Примерное меню дошкольного лагеря
для учащихся в возрасте 12 лет и старше
2026**

Наименование Бюджет и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Степень переноса
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	Ккал									
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Чай с молоком, с сахаром Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего сорта	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 зак	
	200/5	9.47	7.90	39.00	257.90	0.19	1.17	38.00	0.15	136.90	182.87	47.60	1.22	№173 СБ зак 2017	
	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 зак 2017	
	120	0.48	0.48	11.76	56.40	0.036	12	0	0.24	19.2	13.2	10.8	2.64	№38 от 2017 зак	
	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 ндлс. 6.Делен Плюс 2012г.	
	Итого:	995	15.99	18.45	93.69	601.20	0.31	13.84	86.00	1.52	232.92	286.43	78.40	5.90	
	2 - ой ЗАВТРАК Печенье Молоко кипяченое	35	2.59	3.29	25.59	142.45	0.05	2.60	40.00	1.30	9.10	29.40	10.50	0.49	№385 СБ зак 2017
		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:	235	8.39	8.29	35.19	249.45	0.13	2.60	40.00	1.30	249.10	209.40	38.50	0.69
	ОБЕД Помидоры свежие порционно Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной Жаркое по - домашнему с куриной грудкой Сок (разливной) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	100	1.10	0.20	3.80	24.00	0.06	25.00	0.00	0.70	14.00	26.00	20.00	0.90	№71 от зак 2017
250/10		2.29	6.45	18.26	105.95	0.06	15.82	10.00	2.38	58.05	55.10	23.03	0.85	№88,105 от 2017зак	
50/200		20.91	30.10	51.90	595.00	0.14	11.24	36.38	4.85	69.63	239.25	54.15	5.22	ТТК	
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 зак	
60		3.96	0.72	23.76	119	0.102	0	0	0.84	17.4	90	28.2	2.34	срп 144 ндлс. 6.Делен Плюс 2012г.	
50		3.8	0.4	24.6	118	0.055	0	0	0.55	10	32.5	7	0.55	срп 134 ндлс. 6.Делен Плюс 2012г.	
Итого:		900	32.96	37.87	140.50	1037.57	0.44	55.66	46.38	9.50	181.68	455.45	139.57	12.37	
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	34.68%
		2230	57.34	64.61	269.38	1888.22	0.87	72.10	172.38	12.32	663.69	951.28	256.47	18.96	63.11%

День 2- ой

Наименование Бюджет и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Степень переноса
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	Ккал									
ЗАВТРАК Бутерброд с сыром, с маслом сливочным Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Кашка с молоком Батон высшего сорта	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 зак	
	200/5	5.28	6.20	37.58	203.67	0.18	0.96	37.02	0.57	148.55	233.65	70.82	1.72	№173 от зак 2017	
	40	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	100.00	0.24	22.00	76.80	76.80	4.80	1.00	№309 от зак2017	
	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 зак 2017	
	50	3.75	1.45	25.70	131.00	0.06	0.00	0.00	0.85	9.50	32.50	6.50	0.60	срп 134 ндлс. 6.Делен Плюс 2012г.	
	Итого:	550	24.46	28.17	86.71	672.17	0.36	2.65	232.92	2.34	490.07	580.01	115.61	4.26	
	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 зак
		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:	730	25.36	28.17	104.89	748.49	0.38	6.25	232.92	2.52	502.67	592.61	122.81	6.78
	ОБЕД Отурды свежие Суп картофельный с крупой на мясном бульоне Гуляш из отавной говядины Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого:	100	0.80	0.10	2.50	14.00	0.03	10.00	0.00	0.10	23.00	42.00	14.00	0.60	№71 от зак 2017
250		2.47	6.80	12.95	166.75	0.09	8.25	0.00	1.23	26.70	55.98	22.78	0.88	№101 от зак 2017	
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	№360 от зак 2017	
180		6.79	0.80	38.30	187.56	0.07	0.73	0.00	0.93	13.43	44.60	10.34	1.02	№303 от зак 2017	
200		0.66	0.09	22.03	92.80	0.02	0	0.00	0.51	32.18	23.44	17.46	0.67	№319 от зак 2017	
60		3.96	0.72	23.76	118.80	0.10	0	0	0.84	17.40	90.00	28.20	2.34	срп 144 ндлс. 6.Делен Плюс 2012г.	
50		3.8	0.4	24.6	118	0.055	0	0	0.55	10	32.5	7	0.55	срп 134 ндлс. 6.Делен Плюс 2012г.	
Итого:		940	32.98	33.80	140.14	995.41	0.39	19.90	0.00	6.76	144.52	442.67	121.81	9.12	33.27%
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	58.29%
		2170	58.35	61.97	245.02	1743.90	0.77	26.15	232.92	9.28	647.19	1035.27	244.62	15.89	

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Скорость переноса
		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
Запеканка 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	№2/3 СБ 2017 зак
Блины с маслом сливочным	4/5/5	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 №6/6 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	№3/6 с6 2017 зак
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	№3/8 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	сп 134 мол. 6 Девн Плюс 2017г.
Итого:	570	25.45	25.92	100.37	770.40	0.222	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	№3/1 с6 2017 зак
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	№3/5 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:														
Итого:	790	33.09	33.74	122.61	960.60	0.333	15.20	200.14	3.98	459.37	514.48	94.23	7.16	32.11%
ОБЕД														
Отуры свежие	100	0.80	0.10	2.50	14.00	0.03	10.00	0.00	0.10	23.00	42.00	14.00	0.60	№71 с6 зак 2017
Расолыник ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/1/10	5.67	9.88	12.42	172.02	0.10	8.47	12.20	2.45	40.32	85.67	28.62	1.12	№6/6 с6 2017 зак
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	№2/9 с6 2017 зак
Пюре картофельное с капустой тушеной (дол.тарнир)	200/30	4.698	7.88	47.75	284.47	0.20	29.34	0.00	0.83	66.93	127.67	43.26	1.60	№312 139 зак 2017 с6
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	№3/8 зак 2017 с6
Хлеб ржаной	60	3.96	0.72	23.76	118.80	0.10	0.00	0.00	0.84	17.40	90.00	28.20	2.34	сп 144 мол. 6 Девн Плюс 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	117.50	0.06	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55	сп 134 мол. 6 Девн Плюс 2017г.
Итого:	1031	33.04	33.88	140.83	995.32	0.54	150.86	37.86	7.58	310.24	571.03	168.84	7.59	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	
ВСЕГО:	2321	66.12	67.61	263.44	1955.92	0.87	166.06	237.99	11.56	769.61	1085.51	263.06	14.74	63.37%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Скорость переноса
		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 с6 2017 зак
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	220/5	6.41	5.10	42.31	230.02	0.11	1.06	36.28	0.13	145.28	170.59	40.94	0.88	ТРК №7/1
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	№3/9 зак 2017 с6
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	№3/8 с6 2017 зак
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	сп 134 мол. 6 Девн Плюс 2017г.
Итого:	630	18.58	21.24	91.01	621.72	0.26	14.46	127.78	1.56	453.76	405.79	81.79	4.47	
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	№3/6 зак 2017 с6
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:	830	24.38	26.24	100.61	728.72	0.30	14.52	163.78	1.56	676.96	571.39	106.99	4.65	24.36%
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	100	1.10	0.20	3.80	24.00	0.06	25.00	0.00	0.70	14.00	26.00	20.00	0.90	№71 с6 зак 2017
Суп - лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	250/10	5.20	7.48	12.65	181.95	0.05	0.74	18.32	2.67	33.91	54.90	12.70	0.84	№113 105 зак 2017 с6
Овощи тушеные с говяжьим фаршем	50/200	18.01	24.85	59.85	557.95	0.05	20.52	44.25	1.07	72.31	178.17	41.23	2.17	№143 241 зак 2017 с6
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	№3/9 с6 2017 зак
Хлеб ржаной	60	3.96	0.72	23.76	118.80	0.10	0.00	0.00	0.84	17.40	90.00	28.20	2.34	сп 144 мол. 6 Девн Плюс 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	117.50	0.06	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55	сп 134 мол. 6 Девн Плюс 2017г.
Итого:	900	32.97	33.65	142.84	1076.52	0.34	49.85	62.57	6.01	160.22	394.17	116.33	9.31	33.98%
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:	2230	57.35	59.89	243.45	1805.24	0.64	64.38	226.35	7.56	837.18	965.56	223.33	13.96	60.34%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Способ приготовления
		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 ук
Омлет натуральный	200	16,13	17,40	27,18	291,13	0,14	0,34	432,76	1,00	137,45	301,03	21,52	3,52	№210 с6 2017 ук
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	№371 СБ ук 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 с6 2017 ук
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 Делит Плюс 2012г.
Итого:	590	22,65	27,95	81,87	634,43	0,26	13,01	480,76	2,37	233,46	404,59	52,32	8,20	
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 с6 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:														
Итого:	770	23,55	27,95	100,05	710,75	0,28	16,61	480,76	2,55	246,06	417,19	59,52	10,72	23,76%
ОБЕД														
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	100	1,41	6,01	8,26	92,80	0,02	6,65		2,70	35,46	40,63	20,70	1,32	№52 с6 2017 ук
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/11	4,54	14,12	16,95	175,57	0,14	12,06	2,20	1,35	32,82	100,57	34,94	1,37	№97 ук 2017 с6
Биточки рыбные из минтая	100	12,92	8,20	15,84	190,00	0,08	0,66	9,40	5,02	71,88	185,46	41,14	1,46	№ 234 ук 2017 с6
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03	№202 с6 ук 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 ук
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	срп 144 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Итого:	956	34,21	33,94	155,72	1031,63	0,48	19,97	31,60	12,26	215,41	518,06	160,48	8,56	34,48%
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:	2226	57,76	61,89	255,77	1742,38	0,76	36,58	512,36	14,81	461,47	935,26	220,00	19,28	38,23%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Способ приготовления
		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 ук
Каша кукурузная молочная	180	6,90	10,19	31,91	197,30	0,08	0,86	13,32	0,26	122,46	135,55	28,45	1,49	№174 с6 2017 ук
Винегр 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
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	№382 с6 ук 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 с6 2017 ук
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 Делит Плюс 2012г.
Итого:	620	18,46	24,42	93,84	654,64	0,29	14,45	106,86	2,36	318,39	345,21	76,98	5,82	
2 - ой ЗАВТРАК														
Резанка	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 ук 2017 с6
Итого:	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	
Итого за завтрак:														
Итого:	820	24,26	29,42	102,24	756,64	0,33	15,05	134,86	2,36	566,39	529,21	104,98	6,02	23,20%
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 с6 ук 2017
Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	250/10	6,64	12,52	13,51	165,45	0,08	10,42	10,00	2,36	43,65	55,38	21,65	0,80	№99 ук 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 ук 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 ук
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	срп 144 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Делит Плюс 2012г.
Итого:	900	32,92	33,64	141,65	995,40	0,50	47,18	45,00	5,31	142,77	453,14	151,47	9,44	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	
ВСЕГО:	2220	57,18	63,06	243,89	1752,04	0,82	62,23	179,86	7,66	709,16	982,35	256,44	15,46	38,56%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	Амиг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя рентабельность
		белки	жиры	угл-ды										
День 7 - ой														
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 до 2017 инв
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	№219 до 2017 инв
Чай с сахаром с лимонком	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 до 2017 инв
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 до 2017 инв
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 Делен Плюс 2012г.
Итого:														
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	№285 до 2017 инв
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
Обед														
Орushi солёные (двой гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01	1,75	2,20	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	№70 до 2017 инв
Суп гороховый с мясными фрикадельками и гречками	250/11/10	8,93	6,72	24,22	206,64	0,26	5,88	2,20	2,70	48,67	124,65	44,32	2,54	№119, 105 до 2017 до
Котлета из говядины с маслом сливочным	100/3	16,87	15,56	16,49	244,78	0,08	1,20	19,03	2,90	15,81	167,71	27,94	2,60	№271 инв 2017 до
Картофель, запеченный дольками	200	5,44	11,76	42,16	304,00	0,28	29,00	9,00	9,00	28,50	141,58	53,72	1,98	№114 до 2017 инв
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	№349 до 2017 инв
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Делен Плюс 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Делен Плюс 2012г.
Итого:	934	40,06	35,30	154,12	1089,52	0,81	38,56	21,23	16,55	164,05	591,88	185,63	10,97	36,1%
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:	2239	88,92	79,95	254,39	2076,82	1,23	55,83	287,03	27,14	910,30	1627,46	336,14	19,70	69,1%
ВСЕГО:	15636	443,02	458,98	1775,33	12964,52	5,96	483,32	1848,88	90,33	4998,60	7582,69	1800,06	117,99	
В среднем за неделю на 1 ребенка														
	2234	63,29	65,57	253,62	1852,07	0,85	69,05	264,13	12,90	714,09	1083,24	257,15	16,86	61,99%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	Амиг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя рентабельность
		белки	жиры	угл-ды										
День 8 - ой														
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 до 2017 инв
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	9,89	9,90	32,95	266,00	0,14	0,96	34,80	0,71	145,57	219,80	44,33	2,33	№17 до 2017 инв
Ябло отварное	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 до 2017 инв
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,58	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 до 2017 до
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 до 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 Делен Плюс 2012г.
Итого:	635	23,20	26,65	81,93	669,00	0,32	14,26	194,80	2,32	326,05	441,80	81,73	6,81	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (ражаниной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 до 2017 инв
Итого:	180	0,9	0	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
Обед														
Салат из зеленого горошка к/с	100	2,98	5,19	6,25	83,60	0,11	11,00	0,00	2,41	21,45	59,95	20,80	0,68	№10 до 2016 доук
Суп крестьянский с пшенной крупой	250	4,48	12,92	6,09	156,25	0,04	9,88	0,00	2,30	35,88	33,58	14,18	0,58	№98 до 2017 инв
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/200	17,98	17,46	61,88	519,38	0,26	16,24	45,90	1,80	91,28	197,92	56,78	5,14	ТТК
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 до 2017 инв
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Делен Плюс 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Делен Плюс 2012г.
Итого:	910	33,95	36,75	150,51	1111,93	0,58	37,72	45,90	8,72	209,23	456,75	145,12	9,77	37,16%
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	
ВСЕГО:	2225	58,05	63,39	250,62	1857,25	0,92	55,58	240,70	11,23	547,88	891,15	234,05	19,10	62,07%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержимое пометки	
		Белки	Жиры	Угле-ды											
ЗАВТРАК Бутерброд с сыром, с маслом сливочным Каша пшеница молочная с маслом сливочным Блины с маслом сливочным Чай с молоком с сахаром 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 зак	
	200/5	9,47	7,90	39,00	257,90	0,19	1,17	38,00	0,15	136,90	182,87	47,60	1,22	№173 от 2017 зак	
	4/5/5	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	
	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 от 2017 зак	
	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 зак	
Итого:	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 Десят Плюс 2017г.	
2 - ой ЗАВТРАК Кефир 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	№ 386 от 2017 зак	
	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:	860	28,16	28,39	113,29	851,84	0,44	15,21	182,64	2,31	609,93	568,33	120,44	6,69	28,43%
	ОБЕД Борщ из свежей капусты на курином бульоне, с маслом сливочным Блюшки рыбные Картофельное пюре Икра кабачковая (долг.гарнир) Сок (разливной) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	250/10/10	6,38	16,50	23,93	251,75	0,06	10,95	15,82	2,52	63,89	77,10	29,05	1,43	№82 от 2017 зак
		100	12,92	8,20	15,84	190,00	0,08	0,66	9,40	5,02	71,88	185,46	41,14	1,46	№234 от 2017 зак
200		4,09	6,40	27,25	183,00	0,19	24,21	0,00	7,40	49,30	115,46	37,00	1,35	№312 от 2017 зак	
50		1,37	3,59	7,27	66,90	0,02	2,34	0,00	2,40	27,90	27,90	9,05	0,37	№37 от 2017 зак	
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 зак	
Итого:	50	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Десят Плюс 2017г.	
Итого:	910	33,41	35,82	140,83	1004,27	0,52	41,76	25,22	16,75	270,53	541,02	158,65	10,02	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:	2270	61,57	64,20	254,12	1856,11	0,95	56,97	207,86	19,06	880,46	1109,36	279,08	16,71	62,04%	

День 10 -ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержимое пометки	
		Белки	Жиры	Угле-ды											
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Пудинг из творога со стучидным молоком Какао с молоком Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего 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 от 2017 зак	
	170/30	25,70	23,97	40,29	479,40	0,14	0,37	141,78	1,05	216,27	322,22	41,11	1,80	№222 от 2017 зак	
	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 зак	
	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 зак	
	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2017г.	
Итого:	610	36,34	37,83	100,90	890,00	0,32	13,96	206,18	2,76	404,99	514,98	83,65	5,87		
2 - ой ЗАВТРАК Молоко кипяченое 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	№385 от 2017 зак	
	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20		
	Итого за завтрак:	810	42,14	42,83	110,50	997,00	0,40	16,56	246,18	2,76	644,99	694,98	111,65	6,07	33,23%
	ОБЕД Огурцы свежие Рассоляник Ленинградский на масле бульоне, со сметаной Рефレッго из отварной говядины Макаронные изделия (спагетти) отварные с маслом сливочным Компот из яблок и яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 от 2017 зак
		250/10	2,28	12,69	12,34	143,45	0,10	8,42	10,00	2,38	37,95	62,83	25,08	0,95	№86 от 2017 зак
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 от 2017 зак	
180/5		6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03	№202 от 2017 зак	
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 №144 табл. 6 Десят Плюс 2017г.	
Итого:	50	3,8	0,4	24,6	118	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2017г.	
Итого:	955	32,45	34,67	142,20	995,51	0,40	18,79	46,90	5,41	156,94	417,71	112,55	7,90	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 10 дней	2265	74,60	77,50	252,70	1992,51	0,81	35,35	293,08	8,18	801,93	1112,68	224,19	13,97	66,39%	

Наименование блюда и продуктов		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание ретинол
ЗАВТРАК			Белки	жиры	угл-ды										
Булгур с сыром, с маслом сливочным		30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 г.	
Омлет натуральный		200	16,13	17,40	27,18	291,13	0,14	0,34	1,00	137,45	301,03	21,52	3,52	№210 от 2017 г.	
Чай с сахаром		190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376 от 2017 г.	
Фрукты свежие (Яблоки)		120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	1,2	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 г.	
Батон высшего сорта		50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	ср 134 табл. 6 Денс Плюс 2012г.	
Итого:		625	27,02	31,54	90,25	717,29	0,27	12,64	2,77	343,19	474,89	59,33	8,83		
2 - ой ЗАВТРАК															
Сок (разливной)		180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.	
Итого:		180	0,9	0	18,18	76,32	0,02	3,60	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52		
Итого за завтрак:		805	27,92	31,54	108,43	793,61	0,29	16,24	2,95	355,79	487,49	66,63	11,35	26,53%	
ОБЕД															
Кукуруза в/с (пол.гарипр)		100	2,06	2,91	9,79	73,60	0,01	4,66	0,04	9,37	49,81	0,22	0,42	№12 от 2017 г.	
Щи на свежей капусте с картофелем, с крутыми фрикадельками, со сметаной		250/11/10	3,53	7,90	9,14	128,61	0,06	15,93	2,40	63,11	66,55	24,61	0,97	№88 от 2017 г.	
Шницель курочный натуральный		100	14,54	13,60	9,04	216,25	0,04	1,02	0,22	46,02	104,10	14,42	1,12	№306 от 2016 г.	
Рис отварной с маслом сливочным		180/5	4,42	10,08	44,09	284,64	0,03	0,00	0,39	2,84	74,63	19,60	0,64	№104 от 2017 г.	
Напиток из шиповника		200	0,678	0,28	20,76	88,2	0,01	100,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 от 2017 г.	
Хлеб ржаной		60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Денс Плюс 2012г.	
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Денс Плюс 2012г.	
ВСЕГО:		966	32,98	35,89	141,18	1027,60	0,31	121,60	5,20	170,08	421,04	97,49	6,67		
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	№349 от 2017 г.	
ИТОГО за 11 дней		2271	60,89	67,43	249,60	1821,21	0,60	137,84	8,15	525,87	908,53	164,02	18,02	60,97%	

День 12 - вий

Наименование блюда и продуктов		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание ретинол
ЗАВТРАК			Белки	жиры	угл-ды										
Булгур с маслом сливочным		30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.	
Каша геркулесовая молочная		180/5	4,05	5,91	33,82	186,73	0,16	0,86	0,51	133,70	210,28	63,74	1,55	№173 от 2017 г.	
Блины с маслом сливочным		45/5	2,43	4,95	13,75	99,14	0,05	0,00	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	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 от 2017 г.	
Фрукты свежие (Яблоки)		120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	1,2	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 г.	
Батон высшего сорт		30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Денс Плюс 2012г.	
Итого:		625	14,70	23,01	96,26	626,07	0,36	14,16	2,61	303,19	385,39	104,93	5,54		
2 - ой ЗАВТРАК															
Каша		200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 от 2017 г.	
Итого:		200	5,8	5	9,6	107	0,04	0,06	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18		
Итого за завтрак:		825	23,51	28,01	105,86	733,07	0,39	14,23	2,61	526,39	550,99	130,13	5,72	24,50%	
ОБЕД															
Орushi свежие		100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 от 2017 г.	
Сул картофельный с клецками, с маслом сливочным		250/11	5,75	19,93	30,87	195,82	0,11	5,81	1,70	35,77	95,07	28,89	1,35	№108 от 2017 г.	
Тертый из говядины(без риса) в томатном соусе		80/40	10,05	9,78	10,31	219,36	0,06	0,33	0,63	30,97	108,03	19,51	0,99	№206 от 2017 г.	
Каша гречневая рассыпчатая		180	10,52	2,76	47,68	256,80	0,25	0,00	0,47	28,79	248,82	168,62	5,65	№171 от 2017 г.	
Сок (разливной)		180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.	
Хлеб ржаной		60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Денс Плюс 2012г.	
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0,55	10	32,5	7	0,55	ср 134 табл. 6 Денс Плюс 2012г.	
Итого:		951	35,79	33,69	157,90	998,60	0,63	19,73	4,47	158,53	629,02	273,43	14,00	31,38%	
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		
ВСЕГО:		2276	56,29	61,70	263,76	1731,67	1,02	33,96	7,07	684,92	1180,00	403,55	19,72	57,88%	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угл-ды										
День 13 - кн														
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 г.мк
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	11,90	10,60	37,89	277,55	0,06	0,96	34,80	0,17	129,47	155,94	36,46	0,59	№174 от 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 от 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	№338 от 2017 мк ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
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	№318 от 2017 мк ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	595	18,42	21,15	92,58	620,85	0,18	13,63	82,80	1,54	225,49	259,50	67,26	5,27	
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	№385 от мк 2017
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	795	24,22	26,15	102,18	727,85	0,2595	16,23	122,8	1,54	465,485	439,5	95,26	5,47	24,33%
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№671 от мк 2017
Султ картофельный с горохом на куринном бульоне с маслом пшны	250/10	7,83	10,13	22,57	174,45	0,23	6,06	5,82	2,52	48,04	104,50	37,60	2,24	
Рыба запеченная с луком	100/10	14,03	16,47	26,82	296,83	0,11	2,42	44,55	4,64	40,42	171,99	44,53	0,84	ТК
Картофельное пюре	200	4,09	6,40	27,25	183,00	0,19	24,21	0,00	0,24	49,30	115,46	37,00	1,35	№612 от мк 2017
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	№449 от мк 2017
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	980	35,47	34,41	150,84	1007,28	0,76	58,42	50,37	10,00	211,33	563,89	191,79	8,89	33,67%
Вода питьевая ППТ	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:	2275	59,69	60,56	253,02	1735,23	1,02	74,65	173,17	11,54	676,82	1003,39	287,05	14,26	58,08%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угл-ды										
День 14 - кн														
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 г.мк
Каша манная молочная с маслом сливочным	200/5	4,99	3,97	32,35	173,47	0,08	1,17	38,00	0,46	132,57	116,69	20,30	0,46	№6181 от 2017 мк
Ябло отварное	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	№620 от мк 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	№632 от 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	№638 от 2017 мк ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
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	
Итого:	650	23,15	25,84	82,96	645,97	0,27	14,86	233,90	2,13	489,49	463,25	73,29	5,39	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (апельсиновый)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№630 от 2017 мк
Итого:	180	0,9	0	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	830	24,05	25,84	101,14	722,29	0,29	18,46	233,90	2,31	502,09	475,85	80,49	7,91	24,1%
Салат из свежих овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,90	0,03	13,21		0,55	25,43	35,63	18,84	0,66	№634 от мк 2017
Рассольник Домашний с куриными фрикадельками, со сметаной	250/1/1/10	5,85	10,05	30,97	243,36	0,11	13,28	14,38	2,43	53,61	83,38	30,56	1,22	№675 от мк 2017
Котлета "Аппетитная"	100	11,95	14,60	14,98	187,05	0,07	2,00	16,10	1,58	18,82	146,40	18,93	2,00	ТК
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03	№6201 от мк 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	№6346 от мк 2017
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	966	33,83	36,32	154,34	1035,37	0,46	28,49	50,48	7,00	159,85	453,36	121,99	8,22	34,60%
Вода питьевая ППТ	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:	2296	57,89	62,16	255,47	1757,66	0,75	46,95	284,38	9,31	661,94	929,21	202,48	16,13	58,75%
Итого за 7 дней второй недели														
ВСЕГО:	15878	428,98	456,94	1779,30	12751,64	6,07	441,29	2007,45	74,53	4779,80	7134,31	1794,43	118,01	58,75%
В среднем за неделю на 1 ребенка														
	2268	61,28	65,28	254,19	1821,66	0,87	63,04	286,78	10,65	682,83	1019,19	256,35	16,86	60,88%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Содерж. ретинол	
		Белки	Жиры	Угл-ды											
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Сырники творожные с молоком сладкими Чай с сахаром Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего 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 сд 2017 инк	
	180/30	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 сд 2017 инк	
	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	№316 СД 2017 инк	
	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№318 сд 2017 инк	
	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 Деян Плюс 2012г.	
Итого:	600	39,36	35,74	90,53	829,46	0,22	12,76	142,60	6,52	340,22	479,74	69,90	6,45		
2 - ой ЗАВТРАК Печенье Раженка Итого:	35	2,59	3,29	25,59	142,45	0,05	0,60	28,00	1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	№386 инк 2017 сд	
	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	2,48,00	248,00	184,00	28,00	0,20		
	235	8,39	8,29	33,985	244,45	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20		
	Итого за завтрак:	835	47,75	44,03	124,52	1073,91	0,26	13,36	170,60	6,52	588,22	663,74	97,90	6,65	35,89%
	Обед	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 сд инк 2017
Сур-лапша домашняя с картофелем на куринном бульоне	250	4,57	5,54	11,62	125,75	0,05	0,50	12,50	2,58	28,55	38,50	10,68	0,65	№113 сд инк 2017	
Фрикассе из отварных куринных грудок	50/50	14,82	20,50	17,50	293,80	0,13	7,84	41,56	81,72	81,72	55,67	37,57	3,05	ТК	
Рис отварной рассыпчатый	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0,00	0	0,34	1,64	73,13	19,60	0,63	№304 сд инк 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 сд 2017 инк	
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	срп 144 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Итого:	920	33,23	33,71	142,18	997,81	0,42	21,94	54,06	4,88	174,91	344,41	124,25	10,34	31,35%	
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:	2255	80,98	77,74	266,70	2071,72	0,68	35,29	224,66	11,10	763,13	1008,15	222,15	16,99	60,24%	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Содерж. ретинол	
		Белки	Жиры	Угл-ды											
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Каша кукурузная молочная Виница с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего 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 сд 2017 инк	
	200	7,67	11,32	35,46	219,22	0,09	0,96	14,80	0,29	136,07	150,61	31,61	1,66	№174 сд инк 2017	
	45/5	2,43	4,95	13,75	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТК №656 сд 28.04.2020	
	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 инк 2017 сд	
	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 сд 2017 инк	
Итого:	640	18,32	28,42	97,90	658,56	0,28	14,26	103,94	2,39	505,56	325,71	72,80	5,64	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
2 - ой ЗАВТРАК Молоко кипяченое 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	№385 СД инк 2017	
	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		
	840	24,12	33,42	107,50	765,56	0,36	16,86	143,94	2,39	545,56	505,71	100,80	5,84	25,59%	
	Итого за завтрак:	100	1,65	4,12	7,29	72,90	0,05	6,86	0,00	1,88	28,33	41,61	18,39	1,31	№65 сд инк 2017
	Обед	250/11/10	4,22	7,74	8,34	127,52	0,07	15,87	12,20	2,45	60,42	77,94	26,57	1,02	№88 сд 2017 инк
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком Ци на свежей капусте, с картофелем, с мясным фаршем, со сметаной Баточки рыбные на минтае с маслом сливочным Картофельное пюре Компот из урюка Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого:	100/5	12,96	11,83	15,91	223,00	0,08	0,66	29,40	5,07	73,08	186,96	41,14	1,47	№-214 инк 2017 сд	
	200	4,09	6,40	27,25	183,00	0,19	24,21	0,00	0,24	49,30	115,46	37,00	1,35	№312 сд инк 2017	
	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 инк	
	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	срп 144 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Итого:	986	32,93	33,67	142,33	1030,22	0,55	48,20	41,60	11,86	271,75	567,27	176,46	8,51	34,43%	
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:	2326	57,05	67,09	249,83	1795,78	0,92	65,06	185,54	14,24	817,31	1072,99	277,26	14,35	60,02%	

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	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.
Омлет натуральный		200	16,13	17,40	27,18	291,13	0,14	0,34	432,76	1,00	137,45	301,03	21,52	3,52	№210 от 2017 г.
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	№278 от 2017 г.
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.
Батон высшего сорт		30	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	ср 134 табл. 6 Девн Плюс 2012г.
Итого:		625	28,10	32,52	92,15	738,33	0,28	13,12	512,26	2,77	387,26	507,59	63,17	8,54	
2 - ой ЗАВТРАК															
Сок (разбавленный)		180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№280 от 2017 г.
Итого:		180	0,9	0	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:		805	29,00	32,52	110,33	814,65	0,30	16,72	512,26	2,95	399,86	520,19	70,37	11,06	27,23%
ОБЕД															
Салат из фасоли с кукурузой и солёными огурцами		100	10,92	11,72	27,10	266,83	0,45	1,05	0,00	3,47	114,75	341,32	120,20	4,93	ТТК №311
Суп картофельный на курином бульоне, с мясом птицы		250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,14	12,24	5,82	1,37	35,81	94,13	33,43	1,39	№67 от 2017 г.
Куриная грудка запечённая 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
Оливковое рагу		200	3,46	14,72	17,06	198,89	0,12	25,02	52,00	3,92	71,92	87,00	32,52	1,18	№143 от 2017 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	№349 от 2017 г.
Хлеб ржаной		60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	2,64	ср 144 табл. 6 Девн Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0,55	10	32,5	32,5	7	0,55	ср 134 табл. 6 Девн Плюс 2012г.
Итого:		990	35,76	36,04	158,46	1133,92	0,92	39,10	100,82	11,03	424,96	885,69	266,31	33,13	37,90%
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:		2295	64,76	68,56	268,79	1948,57	1,22	55,82	613,08	13,98	824,82	1405,88	336,68	44,19	65,13%

День 18 - выд

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	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.
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		220/5	6,41	5,10	42,31	230,02	0,11	1,06	36,28	0,13	145,28	170,59	40,94	0,88	№175 от 2017 г.
Какао с молоком		200	4,08	3,54	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№282 от 2017 г.
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	№318 от 2017 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 Девн Плюс 2012г.
Итого:		615	17,55	18,11	92,64	588,22	0,27	14,64	100,68	1,50	330,20	350,35	80,88	4,71	
2 - ой ЗАВТРАК															
Вафли		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	№1 от 2017 г.
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.
Итого:		200	5,97	10,6	19,7	198,5	0,08	1,26	37,00	0,95	217,50	170,50	26,20	1,04	
Итого за завтрак:		815	23,52	28,71	112,34	786,72	0,35	15,90	137,68	2,45	547,70	520,85	107,08	5,74	26,29%
ОБЕД															
Помидоры свежие порционно		100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 от 2017 г.
Суп гороховый на мясном бульоне с грибами		250/10	6,73	5,43	24,14	185,07	0,25	5,83	0,00	2,63	46,30	101,80	40,77	2,37	№119 от 2017 г.
Плов из отварной говядины		50/200	22,16	30,49	48,64	507,40	0,08	2,31	0,00	5,25	22,04	285,70	63,75	4,13	№265 от 2017 г.
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		60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	2,64	ср 144 табл. 6 Девн Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,55	10,00	32,50	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Девн Плюс 2012г.
Итого:		920	38,10	37,31	156,79	1082,97	0,57	33,14	0,00	18,05	130,12	555,36	167,84	10,74	36,20%
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:		2235	61,62	66,03	269,13	1869,69	0,92	49,04	137,68	12,49	677,82	1076,21	274,92	16,49	62,89%

Наименование блока и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Содержание ретинол
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Пудинг из творога со сухими молочком Витамин с маслом сливочным Чай с сахаром Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего 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 с/б 2017 ум
	170/30	25,70	23,97	40,29	479,40	0,14	0,37	141,78	1,05	216,27	322,22	41,11	1,80	№222 с/б 2017 ум
	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
	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,20	18,94	15,66	8,36	1,59	№376 С/Б 2017 ум
	120	0,48	0,10	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№318 с/б 2017 ум
Итого:	640	33,57	34,49	104,68	900,80	0,30	12,56	210,92	3,15	279,22	422,98	76,65	7,27	ср 134 табл. 6 Деят Планс 2017г.
2 - ой ЗАВТРАК Крекер Молоко кипяченое	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	№306 с/б 2017 ум
	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	№385 СБ ум 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
ОБЕД Итого за завтрак: О.уруца свежее порционно Борщ с капустой, с картофелем с фуринками фрикадельками,со сметаной Шиндель крупный натуральный Каша гречневая раскатыватя Сок (разливной) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	860	41,21	42,31	126,92	1091,00	0,40	15,16	250,92	4,45	524,42	624,38	109,65	7,75	36,69%
	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 с/б ум 2017
	250/11/10	6,56	16,87	23,17	242,61	0,06	10,83	14,38	2,45	63,59	72,15	28,61	1,37	№82 с/б 2017 ум
	100	14,54	13,60	9,04	216,25	0,04	1,02	39,80	0,22	46,02	104,10	14,42	1,12	№306 с/б ум 2016
	180	10,52	2,76	47,68	256,80	0,25	0,00	0	0,47	28,79	248,82	168,62	5,65	№171 с/б ум 2017
Итого:	941	41,08	34,45	148,93	1042,28	0,56	25,45	54,18	4,81	201,40	602,17	268,06	14,15	№389 с/б 2017 ум
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	№318 с/б 2017 ум
ВСЕГО:	2301	82,29	76,76	275,84	2133,28	0,96	40,61	305,09	9,26	725,82	1226,55	377,71	21,90	71,29%

День 19 - ый

Наименование блока и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Содержание ретинол
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Ябло отпарное Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие (Яблоки) Батон высшего 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 с/б 2017 ум
	200/5	9,89	9,90	30,95	266,00	0,14	0,96	34,80	0,72	145,57	219,80	44,33	2,33	№173 с/б ум 2017
	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 с/б ум 2017
	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 ум 2017 с/б
	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№318 с/б 2017 ум
Итого:	635	23,20	26,65	81,93	669,00	0,31	14,26	194,80	2,33	326,05	441,80	81,73	6,81	ср 134 табл. 6 Деят Планс 2017г.
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 с/б 2017 ум
	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	№389 с/б 2017 ум
	Итого за завтрак:	815	24,10	26,65	100,11	745,32	0,33	17,86	194,80	2,51	338,65	454,40	88,93	9,33
ОБЕД О.уруца соевые (доп.гварнр) Суп крестьянский с пшеницей крутой, с макаронами фрикадельками Запеканка картофельная с мясом Компот из яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	50	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01	1,75	2,20	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	№ 21 с/б 2017 ум
	250/1/0	7,28	11,96	18,17	187,82	0,05	9,93	2,20	2,37	38,24	56,42	17,72	0,75	№88 с/б 2017 ум
	250	22,63	28,52	56,74	541,75	0,45	8,54	0,00	6,38	73,66	502,95	189,55	6,82	№284 с/б 2017 ум
	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,60	0,00	0,33	33,22	22,80	18,16	0,48	№348 с/б 2017 ум
	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Деят Планс 2017г.
Итого:	871	38,82	41,71	152,05	1087,27	0,68	20,82	2,20	11,01	184,02	716,66	267,63	11,24	ср 134 табл. 6 Деят Планс 2017г.
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	36,34%
ВСЕГО:	2186	62,92	68,36	252,16	1832,59	1,01	38,68	197,00	13,52	522,67	1171,06	356,56	20,57	61,29%

