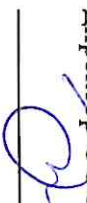


Утверждено

директор ООО «ФУДСОЦСЕРВИС»



Харламова Э. Р.



Согласовано

Руководитель _____

Примерное меню пришкольного лагеря для учащихся в возрасте 12 лет и старше

2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		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 сб 2017 инт
Каша пшеница молочная с маслом сливочным	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 инт 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 инт 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	№38 сб 2017 инт
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 инт. 6 Девн Плате 2012г.
Итого:	595	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	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	№38 сб инт 2017
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	№38 сб инт 2017
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	
Итого за завтрак:														
Итого:	830	24,38	26,74	128,88	850,65	0,44	16,44	126,00	2,82	482,02	495,83	116,90	6,59	28,43%
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 сб инт 2017
Ци из свежей капусты с картошкой,со сметаной	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 сб 2017инт
Жаркое по - домашнему с куриной грудкой	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
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	№89 сб 2017 инт
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	119	0,102	0,00	0,00	0,84	17,4	90	28,2	2,34	ср 144 инт. 6 Девн Плате 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	ср 134 инт. 6 Девн Плате 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	34,68%
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	57,34	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 блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		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 сб 2017 инт
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	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 сб инт 2017
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	1,59	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 сб инт 2017
Кашка с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	0,00	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№387 сб инт 2017
Батон высшего сорт	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 инт. 6 Девн Плате 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	№89 сб 2017 инт
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	25,02%
Итого за завтрак:														
Итого:	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														
Огурцы 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 сб инт 2017
Султ картофельный с крутой на мясом бульоне	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 сб инт 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	№300 сб инт 2017
Макаронные изделия отварные	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	№203 сб инт 2017
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,10	0,00	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 сб инт 2017
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10	0	0	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 инт. 6 Девн Плате 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	ср 134 инт. 6 Девн Плате 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%
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:	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	58,29%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угле-ды										
День 3 - ий														
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
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	№223 С6 2017 ук
Блины с маслом сливочным	45/5	2.43	0.95	11.60	99.14	0.05	0.00	29.14	0.73	11.01	29.90	8.59	0.50	ТТК №656 от 28.04.2020
Чай с 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 с6 2017 ук
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0.48	0.48	11.76	56.40	0.036	1.2	0	0.24	13.2	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 Девн Плюс 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 С6 ук 2017
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	107.00	0.08	2.60	40.00	1.30	240.00	180.00	28.00	0.20	
Итого:	220	7.64	7.82	22.24	190.20	0.11	2.60	40.00	1.30	245.20	201.40	33.00	0.48	
Итого за завтрак:														
		790	33.09	33.74	122.61	0.33	15.20	200.14	3.98	459.37	514.48	94.23	7.16	32.11%
ОБЕД														
Отруби 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 ук 2017
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	5.67	9.88	12.42	172.02	0.10	8.47	12.20	2.45	40.32	85.67	28.62	1.12	№66 с6 2017 ук
Рыба тушеная с овощами	80/40	13.43	14.62	9.04	200.33	0.04	3.05	25.66	2.06	131.26	189.75	44.32	0.75	№229 с6 2017 ук
Пюре картофельное с капустой тушеной (дол.гарнир)	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	№112. 139 ук 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	№388 ук 2017 с6
Хлеб ржаной	60	3.96	0.72	23.76	118.80	0.10	0.00	0.84	0.84	17.40	90.00	28.20	2.34	срп 144 табл. 6 Девн 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 Девн Плюс 2012г.
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	65.37%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угле-ды										
День 4 - ий														
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 ук
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	ТТК №71
Кофеиный напиток с молоком	200	3.17	2.68	5.97	60.60	0.04	1.30	20.00	0.00	125.48	90.00	14.00	0.10	№379 ук 2017 с6
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0.48	0.48	11.76	56.40	0.036	1.2	0	0.24	19.2	13.2	10.8	2.64	№319 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 Девн Плюс 2012г.
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	№386 ук 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:														
		830	24.38	26.24	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 ук 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 ук 2017 с6
Овощи тушеные с говьяжики 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 ук 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	№380 с6 2017 ук
Хлеб ржаной	60	3.96	0.72	23.76	118.80	0.10	0.00	0.84	0.84	17.40	90.00	28.20	2.34	срп 144 табл. 6 Девн 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 Девн Плюс 2012г.
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	35.98%
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%

День 5 - млд

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Скорость ресторн
		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 сб 2017 ук
Омлет надрезанный	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 сб 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	№378 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 сб 2017 ук
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десна 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 сб 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 сб 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 сб
Мясоцки рыбные на минтэя	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 сб
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 сб ук 2017
Компот из урока	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 сб 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 Десна 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	№338 сб 2017 ук
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	№386 ук 2017 сб
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	38,22%

День 6 - млд

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Скорость ресторн
		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 сб 2017 ук
Каша кукурузная молочная	180	6,90	10,19	13,91	197,30	0,08	0,86	13,32	0,26	122,46	135,55	28,45	1,49	№174 сб 2017 ук
Блинны с маслом сливочным	45/5	0,95	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
Какао с молоком	200	2,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 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 сб 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 Десна 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														
Раженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	№386 ук 2017 сб
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	23,29%
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	
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 сб 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 сб
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 сб
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 сб 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 Десна 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 Десна 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	№386 ук 2017 сб
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	34,56%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		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 66 2017 ук
Сырники творожные с повидлом	180/20	33,92	26,17	37,74	507,20	0,11	0,57	102,60	5,15	288,28	408,89	42,94	1,48	№219 66 2017 ук
Чай с сахаром с лимонном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№377 СР 2017 ук
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	1,2	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 66 2017 ук стр 134 табл. 6 Делим 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	№312г.
Итого:	605	43,06	39,65	90,67	880,30	0,34	1,67	225,80	10,59	506,35	855,58	122,50	8,52	№335 СР ук 2017
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	№335 СР ук 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	33,00%
ОБЕД														
Орудца соленые (доп 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	№30 СР ук 2017
Сул гороховый с мясиами	250/11/10	8,93	6,72	24,22	206,64	0,26	5,88	19,03	2,70	48,67	124,65	44,32	2,54	№119 105 ук 2017 66
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	№321 ук 2017 66
Картофель запеченный долькиами	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	№314 66 2017 ук
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 66 ук 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	стр 144 табл. 6 Делим Плюс стр 134 табл. 6 Делим 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	№312г.
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	36,41%
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	№319 66 ук 2017
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	69,41%
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	№312г.
В среднем за неделю на 1 ребенка														
ВСЕГО:	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	61,90%

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		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 66 2017 ук
Кашиа 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	№173 66 ук 2017
Дипло 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 66 ук 2017
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 ук 2017 66
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	1,2	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 66 2017 ук стр 134 табл. 6 Делим 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	№312г.
Итого:	635	23,20	26,65	81,93	669,00	0,32	1,426	194,80	2,32	326,05	441,80	81,73	6,81	№389 66 2017 ук
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 66 2017 ук
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	24,91%
Итого за завтрак:														
Итого:	815	24,10	26,65	100,11	745,32	0,34	17,86	194,80	2,50	338,65	454,40	88,93	9,33	№312г.
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 66 2016 доук
Сул крестьянский с пшениной крутой	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 66 2017 ук
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 66 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	стр 144 табл. 6 Делим Плюс стр 134 табл. 6 Делим 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	№312г.
Итого:	910	33,95	36,75	150,51	1111,93	0,58	37,72	45,90	8,72	209,23	436,75	145,12	9,77	37,16%
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№312г.
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%

День 7 - ой

Дата 9-ый	Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее значение
			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	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№1 от 2017 г.г	
	Каша пшеница молочная с маслом сливочным	200/5	9,47	7,90	39,00	257,90	0,19	1,17	0,15	136,90	182,87	47,60	1,22	№173 СБ ок 2017	
	Емлина с маслом сливочным	49/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020	
	Чай с молоком с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 СБ ок 2017	
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№318 от 2017 г.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 Девел Плюс 2017г.	
	Итого:	660	22,36	23,39	105,29	751,84	0,36	13,95	2,31	393,93	406,33	95,24	6,51		
	2 - ой ЗАВТРАК														
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	№ 386 от 2017 г.г	
	Итого:	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	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	2,31	609,93	568,33	120,44	6,69	28,47%	
	ОБЕД														
	Борщ из свежей капусты на курином бульоне, с маслом птица, со сметаной	250/10/10	6,38	16,50	23,93	251,75	0,06	10,95	2,52	63,89	77,10	29,05	1,43	№82 от ок 2017	
	Блючки рыбные	100	12,92	8,20	15,84	190,00	0,08	0,66	5,02	71,88	185,46	41,14	1,46	№234 от ок 2017	
	Картофельное пюре	200	4,09	6,40	27,25	183,00	0,19	24,21	0,24	49,30	115,46	37,00	1,35	№112 от ок 2017	
	Икра кабачковая (дон.гарнир)	50	1,37	3,59	7,27	66,90	0,02	2,34	7,40	45,47	27,90	9,05	0,37	№73 от ок 2017	
	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.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 Девел Плюс 2017г.	
	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 Девел Плюс 2017г.	
	Итого:	910	33,41	35,82	140,83	1004,27	0,52	41,76	16,75	270,53	541,02	158,65	10,02	33,37%	
	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:	2270	61,57	64,20	254,12	1856,11	0,95	56,97	19,06	880,46	1109,36	279,08	16,71	62,04%	

День 10 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Среднее значение
		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 от 2017 г.г
Пудинг из творога со сливочным молоком	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 г.г
Каша с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 от ок 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 от 2017 г.г
Батон высшего сорт	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 Девел 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	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ ок 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:	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	33,32%
ОБЕД														
Огурцы 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 от ок 2017
Расолыник Ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	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	№66 от ок 2017
Бефстроганов 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	№345 СБ ок 2017
Макаронные изделия (спагетти)	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 ок 2017
Отварные с маслом сливочным	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
Компот из яблок и яблок	60	3,96	0,72	23,76	138,8	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 144 табл. 6 Девел Плюс 2017г.
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	138,8	0,10	0,00	0,00	0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	ср 134 табл. 6 Девел Плюс 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	
ВСЕГО:	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	66,59%

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание ретинол
		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	№1 от 2017 г.мк
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.мк
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	№376С 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	№318 от 2017 г.мк
Батон высшего сорта	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 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:														
2 - ой ЗАВТРАК		625	27,02	31,54	90,25	717,29	0,27	12,64	504,26	2,77	343,19	59,33	8,83	
Сок (разливной)		180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	1,8	12,6	7,2	2,52	№319 от 2017 г.мк
Итого:		180	0,9	0	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:		805	27,92	31,54	108,43	793,61	0,29	16,24	504,26	2,95	487,49	66,53	11,35	26,32%
ОБЕД														
Кукуруза м/с (лом,гирин)	100	2,06	2,91	9,79	73,60	0,01	4,66	14,00	0,04	9,37	49,81	0,22	0,42	№12 от июня 2016
Щи из свежей капусты с картофелем, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	3,53	7,90	9,14	128,61	0,06	15,93	14,38	2,40	63,11	66,55	24,61	0,97	№88 от июн 2017
Шиндель куриный натуральный	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	№106 от июня 2016
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,42	10,08	44,09	284,64	0,03	0,00	20,00	0,39	2,84	74,63	19,60	0,64	№304 от июн 2017
Напиток из пшенички	200	0,678	0,28	20,76	88,2	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 июн 2017 от
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 Дзем 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 Дзем Плюс 2012г.
ВСЕГО:														
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	34,31%
Итого за 11 дней	2271	60,89	67,43	249,60	1821,21	0,60	137,84	592,44	8,15	525,87	908,53	164,02	18,02	60,87%

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание ретинол
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.мк
Каша геркулесовая молочная	180/5	4,05	5,91	33,82	186,73	0,16	0,86	33,32	0,51	133,70	210,28	63,74	1,55	№173 от июн 2017
Винная с маслом сливочным	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	ТТК №656 от 28.04.2020
Корейский напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 июн 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	№318 от 2017 г.мк
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 Дзем Плюс 2012г.
Итого:														
2 - ой ЗАВТРАК		625	14,70	23,01	96,26	0,36	14,16	122,46	2,61	303,19	385,39	104,93	5,54	
Катык		200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 июн 2017 от
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	0,39	14,23	158,46	2,61	526,39	550,99	130,13	5,72	34,50%
ОБЕД														
Огурца 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 от июн 2017
Суп картофельный с клецками, с макаронами фрикадельками	250/11	5,75	19,93	30,87	195,82	0,11	5,81	23,25	1,70	35,77	95,07	28,89	1,35	№108 от июн 2017
Тортilla 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	№280Б от 2017
Капа гречневая раскатанная	180	10,52	2,76	47,68	256,80	0,25	3,6	0	0,47	28,79	248,82	168,62	5,65	№171 от июн 2017
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.мк
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 Дзем Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	срп 134 табл. 6 Дзем Плюс 2012г.
Итого:														
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	33,38%
ВСЕГО:		2276	56,29	61,70	263,76	1,02	33,96	215,84	7,07	684,92	1180,00	403,55	19,72	57,88%

День 12 - кдй

Наименование блюд 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	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 с6 2017 зак
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 с6 зак 2017
Чай с молоком	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
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	2,23	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. с6 ДземТласе 2017г.
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	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ зак 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:	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%
ОБЕД														
Помидоры свежие порчионно	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 с6 зак 2017
Сул картофельный с горохом на курдюном	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	
Булочка с мясом телян	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	ТТК
Рыба запеченная с луком	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	№112 с6 зак 2017
Картофельное пюре	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 с6 зак 2017
Компот из сухофруктов	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 техн. с6 ДземТласе 2017г.
Хлеб ржаной	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 техн. с6 ДземТласе 2012г.
Итого:	980	35,47	34,41	150,84	1007,38	0,76	58,42	50,37	10,00	211,33	563,89	191,79	8,89	33,67%
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	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	14,36	58,00%

Наименование блюд 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	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 с6 2017 зак
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	№181 с6 2017 зак
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 с6 зак 2017
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,056	1,588	2,44	0	151,92	124,56	21,34	0,448	№312 с6 зак 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 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	срп 134 техн. с6 ДземТласе 2012г.
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 (радиновой)	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 зак
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:	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	21,1%
ОБЕД														
Салат из свежих овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,90	0,03	13,21	0,00	0,55	25,43	35,63	18,84	0,66	№324 с6 зак 2017
Рассольник Домашний с мурныками	250/11/10	5,85	10,05	30,97	243,36	0,11	13,28	14,38	2,43	53,61	83,38	30,56	1,22	№39 с6 зак 2017
Фрикадельками, со сметаной	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	ТТК
Колбасы "Алпестингс"	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 зак 2017
Макaronные изделия отварные с маслом сливочным	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	№3148 с6 зак 2017
Компот из яблок	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 техн. с6 ДземТласе 2017г.
Хлеб ржаной	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 техн. с6 ДземТласе 2017г.
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%
Итого:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	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	
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%

День 13 -ый

День 14 -ый

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание перенос
		белки	жиры	угл-ды										
День 15 - ый														
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.
Сырники творожные с маком	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 от 2017 г.
студенным чаем 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,СВ 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 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 Дем. Писос 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	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 от 2017 г.
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	
Итого:	235	8,39	8,29	33,98	244,45	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	35,89%
Итого за завтрак:														
ОБЕД	835	47,75	44,03	124,52	1072,91	0,26	13,36	170,60	6,52	588,22	663,74	97,90	6,65	
Орushi 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 от ок. 2017
Сул-лаша домашняя с картофелем на курином бульоне	250	4,57	5,54	11,62	125,75	0,05	0,50	12,50	2,38	28,55	38,50	10,68	0,65	№113 от ок. 2017
Фрикассе на отварных куриных грудках	50/50	14,82	20,50	17,50	293,80	0,13	7,84	41,56	0,34	81,72	55,67	37,57	3,05	ТТК
Рис отварной рассыпчатый	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0	0	0,34	1,64	73,13	19,60	0,63	№304 от ок. 2017
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.
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 Дем. Писос
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 Дем. Писос 2012г.
Итого:	920	33,23	33,71	142,18	997,81	0,42	21,94	54,06	4,58	174,91	344,41	124,25	10,34	33,35%
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	№388 от 2017
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	69,24%

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание перенос
		белки	жиры	угл-ды										
День 16 - ый														
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 кукурузная молочная	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	№171 от ок. 2017
Ваниль с маком сливочным	4/5	2,43	4,95	13,75	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 от 2017 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	№338 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 Дем. Писос 2012г.
Итого:	640	18,32	28,42	97,90	658,56	0,28	14,26	103,94	2,39	305,56	325,71	72,80	5,64	
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	№388 СВ от 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	25,39%
Итого за завтрак:														
ОБЕД	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	
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	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	№33 от ок. 2017
Пш из свежей капусты, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/1/1/10	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 от 2017 г.
Биточки рыбные на минтае с маслом сливочным	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 от 2017 г.
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	№312 от ок. 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 от 2017 г.
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 Дем. Писос 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 Дем. Писос 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	№388 от 2017
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 биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур	
		белки	жиры	угле-ды											
ЗАВТРАК Бутерброд с сыром, с маслом сливочным Омлет натуральный Чай с молоком, с сахаром Фрукты свежие (Яблоки) 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 г	
	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	
	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 г	
	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	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 Дем. 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 (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	
	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 соевыми отрудами Суп картофельный на курином бульоне, с мясом птицы Куриная грудка запеченная с овощами и сыром Оливковое рагу Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	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	ТР №331	
	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	
	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	ТР	
	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	
	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	№49 от 2017 г	
	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 Дем. Плюс 2017г.	
	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	ср 134 табл. 6 Дем. 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%
	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	
	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 - вы

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур	
		белки	жиры	угле-ды											
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом сливочным Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным 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 г	
	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	№67 от 2017 г	
	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	№312 от 2017 г	
	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 Дем. 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 Варен Кешир Итого:	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	№71 от 2017 г	
	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 за завтрак:	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	26,29%
ОБЕД Помидоры свежие порционно Суп гороховый на мясном бульоне, с грибами Плов из отварной говядины Компот из яблок и яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого: Вода питьевая ПЭТ ВСЕГО:	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	
	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	
	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	№36 от 2017 г	
	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	ТР	
	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 Дем. 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	ср 134 табл. 6 Дем. Плюс 2012г.	
	Итого:	920	38,10	37,31	156,79	1082,97	0,57	33,14	0,00	10,05	130,12	555,36	167,84	10,74	36,20%
	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	
	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	62,49%

Наименование блока и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Соборник рецептур
		белки	жиры	угль-ды										
День 19 - май														
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
Пудинг из творога со стевией и молоком	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 г.мк
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТРК №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 г.мк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 от 2017 г.мк
Батон ватский 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 тндс. 6 Дзем Плюс 2017г.
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	
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 СБ мк 2017
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	4,45	245,20	201,40	33,00	0,48	36,46%
Итого за завтрак:														
Итого:	860	41,21	42,31	126,92	1091,00	0,40	15,16	250,92	7,60	524,42	624,38	109,65	7,75	
ОБЕД														
Орushi свежие порционно	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 мк 2017
Борд с капустой, с картошкой с куриными фрикадельками, со сметаной	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 от 2017 г.мк
Шиншля куриный натуральный	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 от джмк 2016
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,52	2,76	47,68	256,80	0,25	0,47	28,79	0,47	28,79	248,82	168,62	5,65	№171 от мк 2017
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.мк
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 тндс. 6 Дзем 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	срп 134 тндс. 6 Дзем Плюс 2017г.
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	34,84%
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:	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	71,39%

Наименование блока и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Соборник рецептур
		белки	жиры	угль-ды										
День 20 - май														
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 пшеничная молочная с маслом	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 от мк 2017
Ябло отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	100,00	0,24	0,00	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 от мк2017
Корейский напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	20,00	0,00	0,24	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 мк 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.мк
Батон ватский 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 тндс. 6 Дзем Плюс 2017г.
Итого:	635	23,20	26,65	81,93	669,00	0,31	14,26	194,80	2,33	336,05	441,80	81,73	6,81	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сок (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 г.мк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,22	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	24,91%
Итого за завтрак:														
Итого:	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														
Орushi солёные (лос.гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01	1,75	0,00	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	№ 21 от 2017 г.мк
Суп гречневый с пшеничной крупой, с мясными фрикадельками	250/10	7,28	11,96	18,17	187,82	0,05	9,93	2,20	2,37	38,24	56,42	17,72	0,75	№98 от 2017 г.мк
Запеканка картофельная с мясом	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 от 2017 г.мк
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 г.мк
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 тндс. 6 Дзем 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	срп 134 тндс. 6 Дзем Плюс 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	36,34%
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:	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	61,25%

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Согласно рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30г/5/10	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 сб 2017 ук
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200г/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 сб 2017
Чай с сахаром с лимонком	185г/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№377 сб 2017 ук
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 сб 2017 ук
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	610	21,04	24,08	90,82	650,65	0,29	15,07	158,00	5,62	347,44	602,64	116,02	7,63	
2 - ой ЗАВТРАК														
Кашка	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 ук 2017 сб
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	№386 ук 2017 сб
Итого за завтрак:														
	810	26,84	29,08	100,42	757,65	0,32	15,13	194,00	5,62	570,64	768,24	141,22	7,81	25,32%
ОБЕД														
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	№24 сб ук 2017
Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	250	5,12	5,35	16,14	133,25	0,16	5,81	0,00	2,44	50,28	137,98	38,30	1,81	№102 сб ук 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 сб ук 2017
Макаронные изделия (спагетти)	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 сб ук 2017
Отварные с маслом сливочным	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	срп 144 табл. 6 Десят Плюс
Компот из яблок	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	срп 134 табл. 6 Десят Плюс
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,40	24,6	117,5	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	2012г.
ВСЕГО:	945	35,65	41,91	140,51	1036,21	0,46	19,94	20,00	8,04	159,50	515,71	132,83	9,86	34,63%
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	59,96%
Итого за 21 день	2255	62,48	70,99	240,93	1793,86	0,79	35,07	214,00	13,66	730,13	1283,95	274,05	17,67	
Всего за 7 дней третьей недели														
	15853	472,10	495,52	1823,38	13445,49	6,50	319,58	1877,05	88,25	5061,70	8244,79	2119,33	152,17	64,20%
В среднем за неделю на 1 ребенка														
	2265	67,44	70,79	260,48	1920,78	0,93	45,65	268,15	12,61	723,10	1177,83	302,76	21,74	
В среднем за 21 день на 1 ребенка														
	2256	64,00	67,21	256,10	1864,84	0,88	59,25	273,02	12,05	706,67	1093,42	272,09	18,48	62,33%