



2-й завтрак														
96/2017	Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	250/10	14,050	14,830	16,850	258,68	0,100	3,750	0,000	0,000	26,450	71,950	25,900	0,970
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>16,530</b>	<b>15,07</b>	<b>45,310</b>	<b>385,68</b>	<b>0,141</b>	<b>7,500</b>	<b>0</b>	<b>0,405</b>	<b>42,42</b>	<b>98,95</b>	<b>36,60</b>	<b>1,50</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>36,664</b>	<b>31,642</b>	<b>130,085</b>	<b>990,040</b>	<b>0,295</b>	<b>16,630</b>	<b>0,120</b>	<b>2,797</b>	<b>159,370</b>	<b>264,320</b>	<b>70,530</b>	<b>5,132</b>
4 День														
1-й завтрак														
294/2017	Котлеты из птицы с соусом	50/50	8,000	9,740	12,200	174,52	0,070	0,930	0,030	0,200	21,700	114,720	21,640	1,130
312/2017	Картофельное пюре	180	3,710	9,940	26,400	206,4	0,197	9,530	0,096	0,280	57,370	118,600	9,600	0,000
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>15,19</b>	<b>20,12</b>	<b>76,06</b>	<b>551,92</b>	<b>0,322</b>	<b>14,210</b>	<b>0,126</b>	<b>0,993</b>	<b>97,800</b>	<b>273,04</b>	<b>44,94</b>	<b>2,032</b>
2-й завтрак														
113/2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/15	7,880	12,070	10,910	183,79	0,090	3,230	0,700	0,270	105,940	130,510	10,040	1,020
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>10,360</b>	<b>12,31</b>	<b>39,370</b>	<b>310,79</b>	<b>0,131</b>	<b>6,980</b>	<b>0,7</b>	<b>0,675</b>	<b>121,91</b>	<b>157,51</b>	<b>20,74</b>	<b>1,55</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>25,550</b>	<b>32,430</b>	<b>115,430</b>	<b>862,710</b>	<b>0,453</b>	<b>21,190</b>	<b>0,826</b>	<b>1,668</b>	<b>219,710</b>	<b>430,550</b>	<b>65,680</b>	<b>3,582</b>
5 День														
1-й завтрак														
259/2017	Жаркое по-домашнему с мясом птицы	50/180	21,840	17,630	24,960	346	0,000	0,850	0,000	0,000	2,960	3,810	1,270	0,090
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>25,320</b>	<b>18,070</b>	<b>62,420</b>	<b>516,900</b>	<b>0,055</b>	<b>4,600</b>	<b>0,000</b>	<b>0,513</b>	<b>21,690</b>	<b>43,530</b>	<b>14,97</b>	<b>0,992</b>
2-й завтрак														
98/2017	Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне со сметаной	250/10	6,900	11,100	15,700	191	0,040	5,810	0,280	0,000	35,870	184,500	50,170	1,900
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>9,380</b>	<b>11,34</b>	<b>44,160</b>	<b>318</b>	<b>0,081</b>	<b>9,560</b>	<b>0,28</b>	<b>0,405</b>	<b>51,84</b>	<b>211,5</b>	<b>60,87</b>	<b>2,43</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>34,700</b>	<b>29,410</b>	<b>106,580</b>	<b>834,900</b>	<b>0,136</b>	<b>14,160</b>	<b>0,280</b>	<b>0,918</b>	<b>73,530</b>	<b>255,030</b>	<b>75,840</b>	<b>3,422</b>
6 День														
1-й завтрак														
ТТК № 42	Сосиски отварные с соусом томатным	50/50	4,460	7,600	5,630	108,78	0,020	2,640	0,010	0,180	13,400	7,240	9,270	0,500
203/2017	Макаронные отварные	180	6,120	5,360	34,200	241,4	0,104	0,000	0,120	0,980	19,750	68,410	10,170	1,043
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>14,060</b>	<b>13,400</b>	<b>77,290</b>	<b>521,180</b>	<b>0,179</b>	<b>6,390</b>	<b>0,130</b>	<b>1,673</b>	<b>51,880</b>	<b>115,370</b>	<b>33,140</b>	<b>2,445</b>
2-й завтрак														
116/2017	Суп рисовый с томатом на м/к бульоне	250	1,820	5,200	16,500	122	0,010	1,500	0,000	0,060	21,370	12,270	5,170	0,300
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>4,300</b>	<b>5,44</b>	<b>44,960</b>	<b>249</b>	<b>0,051</b>	<b>5,250</b>	<b>0</b>	<b>0,465</b>	<b>37,34</b>	<b>39,27</b>	<b>15,87</b>	<b>0,83</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>18,360</b>	<b>18,840</b>	<b>122,250</b>	<b>770,180</b>	<b>0,230</b>	<b>11,640</b>	<b>0,130</b>	<b>2,138</b>	<b>89,220</b>	<b>154,640</b>	<b>49,010</b>	<b>3,275</b>

Масса порции, гр	Глищевые вещества (гр) Белки	Пищевые вещества (гр) Жиры	Пищевые вещества (гр) Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамин В1 (мг)	Витамин С (мг)	Витамин А (мг)	Витамины (мг) Е	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Итого за НЕДЕЛЮ:	114,2	105,6	441,9	3172,3	1,3	58,4	0,9	14,6	436,9	1148,0	251,1	15,9
В среднем в день:	23,40	25,15	97,00	720,90	0,40	17,52	0,18	2,70	146,40	322,70	75,18	3,55

рецептур ы	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийн ость,	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
<b>1 День</b>														
<b>2-ая неделя</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
ТТК-9	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	12,540	19,040	9,930	261,21	0,010	0,110	3,330	0,110	186,250	6,200	25,180	1,150
173/2017	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	7,990	10,830	41,000	204	0,350	0,000	0	0,621	44,800	204,700	53,500	1,321
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>24,01</b>	<b>30,310</b>	<b>88,390</b>	<b>636,2</b>	<b>0,415</b>	<b>3,86</b>	<b>3,33</b>	<b>1,244</b>	<b>249,78</b>	<b>250,620</b>	<b>92,380</b>	<b>3,373</b>
<b>2-й завтрак</b>														
96/2017	Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	250/10	14,050	14,830	16,850	258,68	0,100	3,750	0,000	0,000	26,450	71,950	25,900	0,970
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>16,530</b>	<b>15,07</b>	<b>45,310</b>	<b>385,68</b>	<b>0,141</b>	<b>7,500</b>	<b>0</b>	<b>0,405</b>	<b>42,42</b>	<b>98,95</b>	<b>36,60</b>	<b>1,50</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>40,540</b>	<b>45,380</b>	<b>133,700</b>	<b>1021,890</b>	<b>0,556</b>	<b>11,360</b>	<b>3,330</b>	<b>1,649</b>	<b>292,200</b>	<b>349,570</b>	<b>128,980</b>	<b>4,873</b>
<b>2 День</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
ТТК № 65	Салат "Здоровье"	100	1,160	4,3	4,720	75,06	0,030	5,78	0	0,3	18,74	18,6	12,00	0,50
291/2017	Плов из птицы	50/180	15,310	14,270	25,690	292	0,240	5,640	0,120	1,400	95,530	300,950	46,520	2,190
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>19,83</b>	<b>19,02</b>	<b>69,36</b>	<b>544,49</b>	<b>0,32</b>	<b>14,22</b>	<b>0,12</b>	<b>2,15</b>	<b>126,28</b>	<b>353,31</b>	<b>66,56</b>	<b>3,48</b>
<b>2-й завтрак</b>														
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом и	250/15	7,600	6,800	18,600	187	0,100	6,200	0,210	0,630	24,000	94,300	26,300	1,700
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>10,080</b>	<b>7,04</b>	<b>47,060</b>	<b>314</b>	<b>0,141</b>	<b>9,950</b>	<b>0,21</b>	<b>1,035</b>	<b>39,97</b>	<b>121,3</b>	<b>37,00</b>	<b>2,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>29,914</b>	<b>26,062</b>	<b>116,415</b>	<b>858,490</b>	<b>0,461</b>	<b>24,170</b>	<b>0,330</b>	<b>3,187</b>	<b>166,250</b>	<b>474,610</b>	<b>103,560</b>	<b>5,709</b>
<b>3 День</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
ТТК № 6	Биточки рыбные «Морячка» с соусом сметанным с луком	50/50	11,00	4,24	8,320	122,6	0,140	2,230	0,040	0,730	19,700	108,600	36,400	0,800
174/2017	Каша ячневая вязкая с маслом	180/5	6,580	9,900	35,300	257,4	0,110	0,000	0,490	0,620	44,820	180,553	32,800	0,850
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>21,060</b>	<b>14,58</b>	<b>81,080</b>	<b>551</b>	<b>0,305</b>	<b>5,980</b>	<b>0,53</b>	<b>1,863</b>	<b>83,250</b>	<b>328,873</b>	<b>82,900</b>	<b>2,55</b>
<b>2-й завтрак</b>														
82/2017	Борщ с картофелем, капустой на м/к бульоне со сметаной	250/10	12,450	13,030	24,900	233	0,080	8,780	0,000	0,000	8,800	64,420	29,950	1,300
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>14,930</b>	<b>13,27</b>	<b>53,360</b>	<b>360,2</b>	<b>0,121</b>	<b>12,530</b>	<b>0</b>	<b>0,405</b>	<b>24,77</b>	<b>91,42</b>	<b>40,65</b>	<b>1,83</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>35,990</b>	<b>27,850</b>	<b>134,440</b>	<b>911,200</b>	<b>0,426</b>	<b>18,510</b>	<b>0,530</b>	<b>2,268</b>	<b>108,020</b>	<b>420,293</b>	<b>123,550</b>	<b>4,382</b>
<b>4 День</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
ТТК №37	Котлеты Любимые с соусом томатным	50/50	10,250	10,550	14,400	190,30	0,060	0,035	0,162	0,850	30,550	124,370	16,840	1,340
173/2017	Каша пшеничная вязкая	180	6,780	5,360	33,600	210	0,104	0,000	0	0,980	19,800	56,500	10,200	1,040
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>20,51</b>	<b>16,350</b>	<b>85,460</b>	<b>571,30</b>	<b>0,219</b>	<b>3,785</b>	<b>0,412</b>	<b>2,343</b>	<b>69,080</b>	<b>220,59</b>	<b>40,740</b>	<b>3,282</b>



<b>2-й завтрак</b>														
102/2017	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	250	17,070	15,080	16,440	270,68	0,070	5,810	0,000	0,000	50,280	137,970	38,300	1,800
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>19,550</b>	<b>15,32</b>	<b>44,900</b>	<b>397,68</b>	<b>0,111</b>	<b>9,560</b>	<b>0</b>	<b>0,405</b>	<b>66,25</b>	<b>164,97</b>	<b>49,00</b>	<b>2,33</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>40,060</b>	<b>31,670</b>	<b>130,360</b>	<b>968,980</b>	<b>0,330</b>	<b>13,345</b>	<b>0,412</b>	<b>2,748</b>	<b>135,330</b>	<b>385,560</b>	<b>89,740</b>	<b>5,612</b>
<b>5 день</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
ТТК №738	Котлеты Крестьянские с соусом	50/50	8,000	9,740	12,200	174,52	0,070	0,930	0,030	0,200	21,700	114,720	21,640	1,130
199/2017	Пюре из гороха с маслом	180/5	20,700	1,440	45,720	278	0,590	0,000	0,000	0,260	113,600	33,120	41,130	1,500
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>32,18</b>	<b>11,620</b>	<b>95,380</b>	<b>623,92</b>	<b>0,715</b>	<b>4,680</b>	<b>0,030</b>	<b>0,973</b>	<b>154,030</b>	<b>187,560</b>	<b>76,470</b>	<b>3,532</b>
<b>2-й завтрак</b>														
108/2017	Суп картофельный с клецками на м/к бульоне	250	3,560	4,590	18,790	179,35	0,110	5,750	0,210	1,100	33,400	72,220	25,300	1,200
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>6,040</b>	<b>4,83</b>	<b>47,250</b>	<b>306,35</b>	<b>0,151</b>	<b>9,500</b>	<b>0,21</b>	<b>1,505</b>	<b>49,37</b>	<b>99,22</b>	<b>36,00</b>	<b>1,73</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>38,220</b>	<b>16,450</b>	<b>142,630</b>	<b>930,270</b>	<b>0,866</b>	<b>14,180</b>	<b>0,240</b>	<b>2,478</b>	<b>203,400</b>	<b>286,780</b>	<b>112,470</b>	<b>5,262</b>
<b>6 день</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
173/2017	Каша пшеничная вязкая с маслом	180/5	4,800	5,1	29,500	182,9	0,100	0,000	0	0,56	18,770	121,2	25,900	2,04
421/2017	Сдоба обыкновенная	75	5,820	3,540	35,320	196,5	0,110	0,000	0,200	1,200	16,500	55,500	21,750	1,030
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>		<b>14,100</b>	<b>9,080</b>	<b>102,280</b>	<b>550,400</b>	<b>0,265</b>	<b>3,750</b>	<b>0,200</b>	<b>2,273</b>	<b>54,000</b>	<b>216,420</b>	<b>61,350</b>	<b>3,972</b>
<b>2-й завтрак</b>														
98/2017	Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне со сметаной	250/10	6,900	11,100	15,700	191	0,040	5,810	0,280	0,000	35,870	184,500	50,170	1,900
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>9,380</b>	<b>11,34</b>	<b>44,160</b>	<b>318</b>	<b>0,081</b>	<b>9,560</b>	<b>0,28</b>	<b>0,405</b>	<b>51,84</b>	<b>211,5</b>	<b>60,87</b>	<b>2,43</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>23,480</b>	<b>20,420</b>	<b>146,440</b>	<b>868,400</b>	<b>0,346</b>	<b>13,310</b>	<b>0,480</b>	<b>2,678</b>	<b>105,840</b>	<b>427,920</b>	<b>122,220</b>	<b>6,402</b>

Итого за неделю: В среднем в день.	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр) Белки	Пищевые вещества (гр) Жиры	Пищевые вещества (гр) Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамин В1 (мг) В1	Витамин С (мг) С	Витамин А (мг) А	Витамины (мг) Е	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
			131,7	101,0	521,9	3477,3	2,2	36,3	4,6	10,8	736,4	1557,4	420,4	20,2
			23,80	25,10	98,50	730,30	0,45	19,40	0,70	2,62	190,32	343,80	83,10	4,90
<b>Итого за 12 дней: В среднем в день.</b>			245,9	206,6	963,9	6649,6	3,5	94,6	5,5	25,5	1173,4	2705,3	671,5	36,1
			23,57	25,13	97,70	725,60	0,42	18,44	0,42	2,64	168,36	333,10	79,14	4,22