Утверждаю

hukieg NP22 OG ABCE

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
1 депь	2 Actio	о дона	The state of the s	1	зтрак	TOTAL SING	The same of the sa	STATE OF THE STATE	THE REAL PROPERTY.
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	КАША МАННАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150	КАША МАННАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ З
ЧАЙ С САХАРОМ 160	хлеб пшеничный 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	масло (порциями) 5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ C CAXAPOM 150	масло (порциями) 5	хлеь пшеничный 30	хлев пшеничный зо	масло (порциями)
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 150		КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150		КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТО С МОЛОКОМ 150
SHALL TENENTH OF	10000000000000000000000000000000000000			II 3a	втрак			THE EVEN	
ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100	ФРУКТ/СОК 100
		FAR HE HAVE THE ME	A SECTION AND A	06	бед				
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ) 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 40	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ ЛУКА 30
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 160	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫ Й) 180	КАША ГОРОХОВАЯ 120	БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ 180	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М.К.Б. 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКОЙ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150	СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М.К.Б. 180	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М.К.Б 180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 50	КАША РИСОВАЯ РАСССЫПЧАТАЯ 120	КНЕЛИ С МЯСОМ (КУРЫ) 60	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 90	ТУШЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ С МЯСОМ (КУРЫ) 180	КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 150	АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 80	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ (КУРЫ) 80/50
КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ 130	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 50	ГУЛЯШ С ГОВЯДИНОЙ 50/50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	
				Пол	дник				
КЕФИР С САХАРОМ 200	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 150	КЕФИР С САХАРОМ 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	КЕФИР С САХАРОМ 200	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 150	КЕФИР С САХАРОМ 200	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150
	ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК 20		ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК 20	ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИПРЯНИК 20		ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК 20		ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК 20	ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК 20
The state of the state of				Уж	ин				British Transport
ОЛАДЬИ МАННЫЕ 120/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 130	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ 150	БЕЛЯШИ С РИСОМ 160	КОРОЛЕВСКАЯ ВАТРУШКА 130	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ 130	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140	КАША " ДРУЖБА" ₋ ВЯЗКАЯ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130
ЧАЙ С САХОРОМ 150	ЧАЙ С САХОРОМ 150	ХЛЕБ.ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХОРОМ 150	_НАЙ C CAXOPOM 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30-	-ЧАЙ С САХОРОМ 150	ЧАЙ-С CAXOPOM 150 ~	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХОРОМ 150
	The bridge of	ЧАЙ С САХОРОМ 150			ЧАЙ С САХОРОМ 150		To the to the second section of the second	ЧАЙ С САХОРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40

ЦИКЛИЧНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ЩИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В

1 день

П	0/1000	Пище	вые ве	цества	Энергети-		Ви	тами	НЫ				Минер	альнь	е веще	ства			Nº	05
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	B2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	1, мкг	Se,	F, мг	рецеп- туры	Сборниі рецепту
							Зав	трак												•
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	6,07	3,99	30,82	183,21	0,00	0,16	0,09	0,01	0,05	18,45	134,24	90,34	3,17	189,11	1,63	0,00	0,01	181	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	0,03	0,00	0,10	0,00	22,00	77,00	5,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	8,80	3,71	3,42	0,37	13,03	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	380	13,56	8,78	51,21	337,81	0,02	0,24	0,12	0,11	0,05	56,15	240,15	108,66	5,14	240,84	1,63	0,00	0,01		
							II 3ai	втрак												
ФРУКТ/СОК	100	0,58	0,13	5,27	27,95	16,08	0,02	0,02	0,01	0,00	20,50	13,87	7,84	0,18	131,99	1,34	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	100	0,58	0,13	5,27	27,95	16,08	0,02	0,02	0,01	0,00	20,50	13,87	7,84	0,18	131,99	1,34	0,00	0,01		
							06	бед												
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,49	2,95	4,51	46,94	0,77	0,02	0,03	0,77	0,00	17,66	19,06	13,13	0,34	76,86	1,92	0,00	0,02	41	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	160	6,15	7,12	11,37	134,88	10,64	0,07	0,08	0,19	0,04	39,61	83,36	25,59	1,43	480,82	6,81	0,00	0,03	67	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	8,46	3,57	4,59	84,44	1,09	0,07	0,07	0,33	0,16	36,37	128,21	31,76	0,80	268,35	70,21	0,01	0,31	241	2008
КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ	130	2,79	6,92	21,38	159,44	10,57	0,13	0,09	0,34	0,12	23,20	80,06	32,09	1,39	742,20	7,25	0,00	0,06	134	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	580	20,54	20,91	68,49	545,98	23,07	0,36	0,30	1,63	0,32	130,70	345,49	111,61	5,56	1 623,4 1	88,43	0,01	0,42		
		9	in 11 1 2				Пол	дник			Very Land	· · · · · ·				100				V. 10. 10. 10. 10. 10. 10. 10. 10. 10. 10
КЕФИР С САХАРОМ	200	5,80	5,00	10,99	117,97	1,40	0,08	0,34	0,05	0,00	240,06	190,00	28,00	0,20	292,09	18,00	0,00	0,04	435	2008
Итого за прием пищи:	200	5,80	5,00	- 10,99	117,97	1,40	0,08	0,34	0,05	0,00	240,06	190,00	28,00	0,20	292,09	18,00	0,00	0,04		
	in a service on			a San Jarrana			Уж	ин	4.144	After Service	-11/1/12/11/20		appens	**************************************	- Line one	en Taring	200	**************************************		
ОЛАДЬИ МАННЫЕ	120/5	8,47	14,35	41,75	329,63	0,52	0,09	0,15	0,07	0,24	114,32	118,24	19,41	0,64	216,29	10,19	0,01	0,01	202	2008
ЧАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00.	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	275	8,57	14,35	46,79	350,18	0,54	0,09	0,16	0,07	0,24	122,31	121,95	22,65	1,01	229,26	10,19	0,01	0,01	E MANUFACTURE .	10 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
Всего за день:	Carlo San	49,05	49,17	182,75	1 379,89	41,11	0,79	0,94	1,87	0,61	569,72	911,46	278,76	12,09	2 517,5	119,59	0,02	0,49		

2 день

–	04	Пище	вые ве	щества	Энергети-		Ви	тамин	НЫ				Минера	льны	е вещес	тва			Nº	Сборни
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, Mr	рецеп- туры	рецепту
							Завт	рак												
КАННАМ АШАХ	150	6,18	5,80	26,09	181,25	0,68	0,06	0,15	0,03	0,05	137,46	113,19	18,61	0,34	222,84	11,70	0,00	0,00	416	2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,07	3,90	0,00	48,16	0,04	0,01	0,03	0,02	0,00	102,03	54,56	3,82	0,11	12,00	0,00	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,34	3,72	11,87	99,33	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	154,89	110,95	18,99	0,22	226,79	13,50	0,00	0,00	397	2012
Итого за прием пищи:	345	15,88	13,61	53,01	399,79	1,50	0,16	0,36	0,07	0,05	401,28	303,90	51,32	1,27	500,33	25,20	0,00	0,00		
							II Зав [.]	трак												
ФРУКТ/СОК	100	3,05	1,08	50,13	229,01	61,20	0,11	0,10	0,04	0,00	58,38	60,01	54,11	5,62	893,59	5,34	0,00	0,02		2008
Итого за прием пищи:	100	3,05	1,08	50,13	229,01	61,20	0,11	0,10	0,04	0,00	58,38	60,01	54,11	5,62	893,59	5,34	0,00	0,02		
	-						Обе	ЭД												
винегрет овощной	100	2,94	10,40	18,64	180,77	13,54	0,11	0,08	0,20	0,00	44,83	79,19	34,65	1,74	656,20	8,27	0,00	0,05	51	2008
РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ	180	9,68	9,91	21,63	214,75	5,94	0,09	0,11	0,17	0,05	41,37	147,87	33,02	1,90	570,79	7,37	0,01	0,05	74	2012
КАША РИСОВАЯ РАСССЫПЧАТАЯ	120	3,39	2,90	35,55	181,66	0,00	0,03	0,02	0,01	0,05	8,73	67,29	23,36	0,46	50,31	0,69	0,01	0,02	414	2012
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,67	8,48	2,38	120,40	0,01	0,03	0,06	0,01	0,00	14,08	75,07	9,41	1,04	161,41	4,19	0,00	0,02	278	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	, 0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	660	27,33	32,04	104,84	817,86	19,49	0,33	0,30	0,39	0,10	122,87	404,22	109,48	6,74	1 493,8 9	22,76	0,02	0,14		
		4					Полд	ник												
кисель плодово- ягодный из	150	0,00	0,00	24,14	96,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,57	4,50	1,49	0,00	0,57	0,00	0,00	0,00	378	2012
ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК	20	3,18	3,51	44,43	223,08	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	0,83	64,20	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	170	3,18	3,51	68,57	319,64	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	20,23	37,98	8,91	0,83	64,77	0,00	0,00	0,00		
						*1	Ужи	Н					-,-							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С	130	20,45	14,69	35,88	361,04	0,26	0,05	0,25	0,07	0,29	158,43	211,18	23,55	0,93	187,22	3,58	0,02	0,03	224	2008
ЧАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	280	20,55	14,69	40,92	381,59	0,28	0,05	0,26	0,07	0,29	166,42	214,89	26,79	1,30	200,19	3,58	0,02	0,03	1.47	
итого за прием пищи.	1 1 1 1 1 1	69,99	64,93	317,47	2 147,89	82,47	0:70	1.04	0.57	0.44	769,18	1 021,0	250,61	15,76	3 152,7	56,88	0,04	0,19	THE PARTY OF	

3 день

	Maria	Пище	вые ве	щества	Энергети-		Ви	тамин	НЫ				Минера	прны	е вещес	ства			Nº	05
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг	рецеп- туры	Сборнин рецептур
							Зав	трак												
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,94	6,29	27,85	192,70	0,78	0,06	0,17	0,03	0,05	158,47	142,89	28,25	0,39	244,63	13,85	0,00	0,01	324	2008
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00	0,05	0,03	0,04	0,08	7,50	26,15	9,90	0,61	39,45	0,00	0,00	0,00		2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	150	4,32	3,64	10,40	92,66	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	155,11	111,18	18,42	0,18	223,71	13,50	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	330	12,58	14,25	53,34	393,81	1,56	0,15	0,36	0,09	0,13	321,08	280,22	56,57	1,18	507,79	27,35	0,00	0,01		
							II 3ae	зтрак												
ФРУКТ/СОК	100	3,80	1,30	59,10	272,00	84,00	0,13	0,12	0,05	0,00	72,00	76,00	71,00	5,90	1 063,0	6,00	0,00	0,03		2008
Итого за прием пищи:	100	3,80	1,30	59,10	272,00	84,00	0,13	0,12	0,05	0,00	72,00	76,00	71,00	5,90	1 063,0 0	6,00	0,00	0,03		
							06	ед												
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	180	9,05	10,78	23,04	225,29	4,63	0,09	0,11	0,18	0,34	30,82	105,79	24,18	1,57	441,91	7,82	0,01	0,04	85	2012
КАША ГОРОХОВАЯ	120	15,56	3,49	32,52	223,77	0,00	0,42	0,09	0,01	0,05	65,89	143,15	56,53	4,44	510,09	3,55	0,00	0,02	324	2008
КНЕЛИ С МЯСОМ (КУРЫ)	60	10,41	8,43	5,86	140,87	0,10	0,06	0,11	0,03	0,18	30,27	102,14	13,95	1,35	200,09	6,65	0,00	0,02	123	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	560	37,67	23,05	88,06	710,21	4,73	0,64	0,34	0,22	0,57	140,84	385,88	103,70	8,96	1 207,2 7	20,26	0,01	0,08		
			_				Полд	дник												
КЕФИР С САХАРОМ	200	5,80	5,00	10,99	117,97	1,40	0,08	0,34	0,05	0,00	240,06	190,00	28,00	0,20	292,09	18,00	0,00	0,04	435	2008
Итого за прием пищи:	200 -	5,80	5,00	10,99	117,97	1,40	0,08	0,34	0,05	0,00	240,06	190,00	28,00	0,20	292,09	18,00	0,00	0,04		Angel Carrier
							Уж	ин					*							
СУП МОЛОЧНЫЙ	150	6,91	6,37	27,00	193,92	0,78	0,07-	0,17	0,03	0,05	161,73	128,38	21,04	0,59	250,52	13,88	0,01	0,01	93	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	.0,00	0,00		2008.
ЧАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	9,30	6,56	47,09	285,52	0,80	0,12	0,20	0,03	0,05	176,62	157,29	34,18	1,56	302,19	13,88	0,01	0,01		
Всего за день:	=	69,15	50,16	258,58	1 779,51	92,49	1,12	1,36	0,44	0,75	950,60	1 089,3 9	293,45	17,80	3 372,3	85,49	0,02	0,17		19772

4 день

Прием пищи, наименование	Macca	Пище	евые ве	щества	Энергети- ческая		Ви	тамин	њ	т			Минер	альнь	не веще	ства			Nº	Сборн
блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ценность, ккал	С, мг	В1, мг	B2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe,	К, мг	l, mkr	Se, мг	F,	рецеп- туры	рецепт
2	16						Зав	трак		-						1			6	
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,65	6,36	25,60	187,10	0,78	0,09	0,18	0,03	0,05	176,41	185,54	28,56	0,61	270,51	13,50	0,01	0,02	184	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,34	3,72	11,87	99,33	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	154,89	110,95	18,99	0,22	226,79	13,50	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	335	13,33	14,42	52,57	394,98	1,56	0,18	0,36	0,09	0,05	338,70	322,69	57,45	1,43	536,00	27,00	0,01	0,02	into	
							II 3aı	зтрак												
ФРУКТ/СОК	100	2,97	1,06	48,92	223,55	30,48	0,09	0,09	0,04	0,00	54,14	55,11	49,50	5,28	893,59	5,34	0,00	0,02		. 2008
Итого за прием пищи:	100	2,97	1,06	48,92	223,55	30,48	0,09	0,09	0,04	0,00	54,14	55,11	49,50	5,28	893,59	5,34	0,00	0,02		
							06	ед		_										
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ	40	1,15	3,07	6,00	56,57	6,79	0,03	0,03	0,19	0,00	20,64	22,19	10,53	0,47	90,38	1,34	0,00	0,00	42	2008
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180	15,21	13,62	22,41	273,87	23,64	0,13	0,19	0,18	0,05	89,60	190,72	57,27	3,79	996,52	17,02	0,00	0,08	62	2012
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В	90	8,33	6,85	7,66	125,54	0,10	0,06	0,05	0,02	0,00	25,90	110,52	24,57	0,44	213,11	68,56	0,01	0,29	237	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,07	3,10	14,10	92,67	6,86	0,09	0,06	0,01	0,05	22,82	55,19	19,16	0,79	502,87	5,55	0,00	0,03	125	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	630	29,41	26,99	76,81	668,93	37,39	0,38	0,36	0,40	0,10	172,82	413,42	120,57	7,09	1 858,0 6	94,71	0,01	0,40		
34							Пол	дник												
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	12,60	12,60	7,20	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	399	2012
ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК	-20	3,18	3,51	44,43	223,08	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	0,83	64,20	0,00	0,00	0,00	errore	2008
Итого за прием пищи:	220	4,15	3,70	64,02	306,50	1,60	0,07	0,04	0,00	0,00	23,26	46,08	14,62	3,35	304,20	2,00	0,00	0,00		
	-	1			· Theres	-	Уж	ин	, var is Na e n is		ariero, co.	and the same of th		1.5) A				5
БЕЛЯШИ-С РИСОМ	160	7,78	8,58	49,91	-307,51	0,10	-0,10	0,06	0,04	0,15	36,65	-70,83	12,49	0,69	114,39	3,38	0,02	0,01	451-	2008
ЧАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	310	7,88	8,58	54,95	328,06	0,12.	. 0,10.	_0,07-	0,04	0,15	44,64	74,54	15,73	1,06	.127,36	3,38	0,02	0,01	.]	r (200 + 1
	1 .1 .	57.74	54.75	297,27	1 922.02	71.15	0.82	0,92	0.57	0.30	633,56	011 04	257.87	18,21	3 719,2	132.43	0.04	0.45		

5 день

	NO	Пище	вые ве	щества	Энергети-		В	итами	ны				Минер	альны	е веще	ства			Nº	05
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se,	F, мг	рецеп- туры	Сборник рецептур
							3a	втра	К											
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150	7,23	7,55	24,89	197,31	0,78	0,12	0,19	0,03	0,05	170,40	182,94	46,48	1,06	302,28	15,00	0,00	0,01	184	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	242,97	220,01	13,40	3 003,54	0,00	0,90	6,08	3,83	43,39	922,03	3 029,3	189,34	39,45	2 761,1	394,45	0,49	0,86	213	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	150	4,32	3,64	10,40	92,66	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	155,11	111,18	18,42	0,18	223,71	13,50	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	370	256,81	231,39	63,74	3 364,56	1,56	1,11	6,45	3,88	43,44	1 254,4	3 348,7 0	264,14	41,29	3 325,8 4	422,95	0,49	0,87		
							113	автра	ж								-			
⊅PYKT/COK	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80	0,03	0,02	0,01	0,00	14,08	9,68	7,04	1,94	244,64	1,76	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80	0,03	0,02	0,01	0,00	14,08	9,68	7,04	1,94	244,64	1,76	0,00	0,01		
					(6)		C	бед												
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ	40	0,55	2,94	4,34	46,34	5,68	0,01	0,01	0,00	0,00	13,69	8,85	4,55	0,29	58,48	0,95	0,00	0,00		2012
ОУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА	180	7,10	6,76	18,28	162,33	5,69	0,09	0,08	0,17	0,14	30,42	91,28	25,01	1,44	491,29	6,46	0,00	0,03	110	2012
ГУШЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ С	180	8,27	8,51	11,47	155,51	5,69	0,07	0,09	0,16	0,05	16,89	99,23	23,88	1,56	521,68	6,58	0,00	0,04	344	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ЙОНАЖЧ АЭПУ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
1 того за прием пищи:	600	18,57	18,56	60,73	484,46	17,06	0,24	0,21	0,33	0,19	74,86	234,16	62,48	4,89	1 126,6 3	16,23	0,00	0,07		
					.V/		По	лдни	К											
ОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	-0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	153,00	108,00	16,80	0;12	219,00	13,50	0,00	0,00	400	2012
ЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК	20	3,18	3,51	44,43	223,08	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	0,83	64,20	0,00	0,00	0,00		2008
Ітого за прием пищи:	170	7,40	7,15	51,41	301,65	0,78	0,09	0,18	0,02	0,00	163,66	. 141,48	24,22	0,95	283,20	. 13,50	0,00	0,00		
						** , b.,	У	жин		270-070-0	12 No. 10 No.	Nation T	oral and					THE PARTY OF THE PARTY		The state of the s
ОРОЛЕВСКАЯ ВАТРУШКА	130	21,49	21,24	24,70	379,82	0,21	0,06	0,26	0,11	0,41	157,17	218,13	23,21	0,81	167,50	3,88	0,03	0,03	504	2012
НАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	0,00	430	2008
1того за прием пищи:	280	21,59	21,24	29,74	400,37	0,23	0,06	0,27	0,11	0,41	165,16	221,84	26,45	1,18	180,47	3,88	0,03	0,03	23	
Всего за день:		304,72	278,69	214,24	4 592,40	28,43	1,53	7,13	4,35	44,04	1 672,2	3 955,8	384,33	50,25	5 160,7	458,32	0,52	0,98	-7	

The second secon

6 день

	20	Пище	вые вег	цества	Энергети-		Ви	тамин	ны				Минер	альнь	е веще	ства			Nº	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	рецеп- туры	Сборник рецептур
							Зав	трак					•		12					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	8,74	10,25	34,21	264,82	0,04	0,08	0,06	0,04	0,05	125,44	99,73	12,32	1,03	75,46	0,75	0,01	0,02	206	2012
кондитерские изделия	20	3,18	3,51	44,43	223,08	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	0,83	64,20	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	8,40	3,71	3,33	0,37	13,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	320	12,02	13,76	83,68	508,45	0,06	0,13	0,09	0,04	0,05	144,50	136,92	23,07	2,23	152,66	0,75	0,01	0,02		
				_	_		II 3aı	втрак	(
ФРУКТ/СОК	100	3,05	1,08	50,13	229,01	61,20	0,11	0,10	0,04	0,00	58,38	60,01	54,11	5,62	893,59	5,34	0,00	0,02		2008
Итого за прием пищи:	100	3,05	1,08	50,13	229,01	61,20	0,11	0,10	0,04	0,00	58,38	60,01	54,11	5,62	893,59	5,34	0,00	0,02		
							06	бед												
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,48	2,95	5,41	50,51	0,75	0,02	0,03	0,74	0,00	17,27	18,62	12,83	0,34	75,09	1,88	0,00	0,02	41	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	250	3,30	4,58	17,99	126,39	4,66	0,10	0,08	0,17	0,05	30,52	80,67	43,66	1,59	393,49	4,62	0,00	0,02	94	2008
КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ	130	2,79	6,92	21,38	159,44	10,57	0,13	0,09	0,34	0,12	23,20	80,06	32,09	1,39	742,20	7,25	0,00	0,06	134	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	8,46	3,57	4,59	84,44	1,09	0,07	0,07	0,33	0,16	36,37	128,21	31,76	0,80	268,35	70,21	0,01	0,31	241	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	670	17,68	18,37	76,01	541,06	17,07	0,39	0,30	1,58	0,33	121,22	342,36	129,38	5,72	1 534,3 1	86,20	0,01	0,41		
							Пол	дник												
КЕФИР С САХАРОМ	200	5,80	5,00	10,99	117,97	1,40	0,08	0,34	0,05	0,00	240,06	190,00	28,00	0,20	292,09	18,00	0,00	0,04	435	2008
Итого за прием пищи:	200	5,80	5,00	10,99	117,97	1,40	0,08	0,34	0,05	0,00	240,06	190,00	28,00	0,20	292,09	18,00	0,00	0,04		
		# 14 C# 77				- 3	Уж	ин	*****	100	*	7774	E11 1 100 20	127	10/21		The last	- 3-1	The same	wind or a larger of
СУП МОЛОЧНЫЙ	150	6,91	6,37	27,00	193,92	0,78	0,07	0,17	0,03	0,05	161,73	128,38	21,04	0,59	250,52	13,88	0,01	0,01	93	2012
хлеб пшеничный —	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ-С САХОРОМ	150	- 0,10	0,00	5;04-	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97-	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	9,30	6,56	47,09	285,52	0,80	0,12	0,20	0,03	0,05	176,62	157,29	34,18	1,56	302,19	13,88	0,01	0,01	l.	
Всего за день:	, i - tel	47,85	44,77	267,90	1 682,01	80,53	0,83	1,03	1.74	0,43	740,78	886,58	268,74	15,33	3 174,8	124,17	0,03	0,50		A constant

7 день

		Пище	вые ве	щества	Энергети-		Ви	тамин	ы			*	Минер	альнь	е веще	ства			Nº	05
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	1, мкг	Se, мг	F,	рецеп- туры	Сборни рецепту
						41	Зав	трак									•			
КАША МАННАЯ	150	5,68	5,75	22,67	165,30	0,68	0,05	0,15	0,03	0,05	136,56	109,36	17,80	0,29	216,34	11,70	0,00	0,00	416	2012
хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
какао с молоком	150	4,34	3,72	11,87	99,33	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	154,89	110,95	18,99	0,22	226,79	13,50	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	335	12,36	13,81	49,64	373,18	1,46	0,14	0,33	0,09	0,05	298,85	246,51	46,69	1,11	481,83	25,20	0,00	0,00		
			_				II 3ae	трак												
ФРУКТ/СОК	100	3,05	1,08	50,13	229,01	61,20	0,11	0,10	0,04	0,00	58,38	60,01	54,11	5,62	893,59	5,34	0,00	0,02		2008
Итого за прием пищи:	100	3,05	1,08	50,13	229,01	61,20	0,11	0,10	0,04	0,00	58,38	60,01	54,11	5,62	893,59	5,34	0,00	0,02		
							Об	ед												
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ	100	2,10	5,27	10,68	100,15	9,76	0,08	0,07	0,93	0,00	40,97	66,26	32,64	1,23	370,39	4,01	0,00	0,04	30	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И	150	6,39	10,50	14,10	176,76	9,76	0,06	0,10	0,18	0,05	48,87	90,18	29,76		499,67	8,92	0,00	0,03	57	2012
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,27	3,41	27,35	157,30	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	11,22	31,44	6,68	0,72	49,51	0,60	0,01	0,01	206	2012
ГУЛЯШ С ГОВЯДИНОЙ	50/50	7,79	14,16	6,07	182,88	1,25	0,04	0,05	0,02	0,05	15,22	73,41	11,76	1,12	187,69	3,60	0,00	0,03	259	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	700	23,20	33,69	84,84	737,37	20,77	0,30	0,27	1,13	0,10	130,14	296,09	89,88	6,48	1 162,4 4	19,37	0,01	0,11		
			•				Полд	ник												
кисель плодово- ягодный из	150	0,00	0,00	24,14	96,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,57	4,50	1,49	0,00	0,57	0,00	0,00	0,00	378	2012
ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК	20	3,18	3,51	44,43	223,08	- 0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	0,83	64,20	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	170	3,18	3,51	68,57	319,64	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	20,23	37,98	8,91	0,83	64,77	0,00	0,00	0,00		
						-:	Ужі	ин Т	-			Sept.						2 1 4		Salar Construction
-ПУДИНГ-ИЗ-ТВОРОГА СО	130	23,78	17,00	51,10	456,12	0,31	-0,09	0,34-	-0,08	0,30	226,14	291,85	-40,76	0,98	270,97	5,68	0,02	0,05	-225 -	2008
ЧАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	280	23,88	17,00	56,14	476,67	0,33	0,09	0,35	0,08	0,30	234,13	295,56	44,00	- 1,35-	283,94	5,68	0,02	0,05		town
Всего за день:	********	65,67	69,09	309,32	2 135,87	83,76	0,69	1,07	1,34	0,45	741,73	936,15	243,59	15,39	2 886,5	55,59	0,03	0,18		TANTOL E

8 день

Прием пищи, наименование блюда порции бг ми									гамин			Энергети-	100104	5510 504	Пище	84-	manufacture and the second sec
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150 5,94 6,29 27,85 192,70 0,78 0,06 0,17 0,03 0,05 158,47 142,89 28,25 0,39 24,63 13,85 CЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 3,07 3,90 0,00 48,16 0,04 0,01 0,03 0,02 0,00 102,03 54,66 3,82 0,11 12,00 0,00 XЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 2,29 0,19 15,05 71,05 0,00 0,78 0,04 0,07 0,05 0,02 0,00 155,15 111,18 18,42 0,18 223,77 13,50 Итого за прием пищи: 345 15,62 14,02 55,24 412,31 1,60 0,16 0,03 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,00 0,00 0,00 0,00 0,0	К, мг I, мк			_	Р, мг	Са, мг		А, мг		,	С, мг	ценность,		Жиры,	Белки, г		
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 3,07 3,90 0,00 48,16 0,04 0,01 0,03 0,02 0,00 102,03 54,56 3,82 0,11 12,00 0,00 XЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 2,29 0,19 15,05 71,05 0,00 0,05 0,02 0,00 0,00 6,90 25,20 9,90 0,60 38,70 0,00 Итого за прием пищи: 345 15,62 14,02 55,24 412,31 1,60 0,16 0,38 0,07 0,05 122,55 333,83 60,39 1,28 519,10 27,35 1 13 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10									рак	Завт							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 2,29 0,19 15,05 71,05 0,00 0,05 0,02 0,00 0,00 6,90 25,20 9,90 0,60 38,70 0,00 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С 150 4,32 3,64 12,34 100,40 0,78 0,04 0,16 0,02 0,00 155,15 111,18 18,42 0,18 223,77 13,50 Итого за прием пищи: 345 15,62 14,02 55,24 412,31 1,60 0,16 0,38 0,07 0,05 422,55 333,83 60,39 1,28 519,10 27,35 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,09 0,09 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ### OPYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,09 0,09 0,09 0,09 0,0	244,63 13,8	0,39	25	28,25	142,89	158,47	0,05	0,03	0,17	0,06	0,78	192,70	27,85	6,29	5,94	150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С 150 4,32 3,64 12,34 100,40 0,78 0,04 0,16 0,02 0,00 155,15 111,18 18,42 0,18 223,77 13,50 Итого за прием пищи: 345 15,62 14,02 55,24 412,31 1,60 0,16 0,38 0,07 0,05 422,55 333,83 60,39 1,28 519,10 27,35 ### PYKT/COK 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 0,66 2,96 6,74 56,10 1,80 0,01 0,02 0,00 0,00 1,50 17,47 8,91 0,57 129,69 3,15 СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180 18,78 12,37 32,62 316,73 1,85 0,22 0,13 0,16 0,05 43,71 177,15 47,06 3,56 525,44 6,79 АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,88 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КИЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0	12,00 0,00	0,11	82	3,82	54,56	102,03	0,00	0,02	0,03	0,01	0,04	48,16	0,00	3,90	- 3,07	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)
Игого за прием пищи: 345 15,62 14,02 55,24 412,31 1,60 0,16 0,38 0,07 0,05 42,55 333,83 60,39 1,28 519,10 27,35 I Завтрак I Завтрак	38,70 0,00	0,60	90	9,90	25,20	6,90	0,00	0,00	0,02	0,05	0,00	71,05	15,05	0,19	2,29	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
Section Sec	223,77 13,50	0,18	42	18,42	111,18	155,15	0,00	0,02	0,16	0,04	0,78	100,40	12,34	3,64	4,32	150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С
ФРУКТ/СОК 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Итого за прием пищи: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 Обец САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40 0,66 2,96 6,74 56,10 1,80 0,01 0,02 0,00 0,00 15,04 17,47 8,91 0,57 129,69 3,15 СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180 18,78 12,37 32,62 316,73 1,85 0,22 0,13 0,16 0,05 43,71 177,15 47,06 3,56 525,44 6,79 АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 МТОГО ЗА ПРИНИК ВОВИНИЯ В ВОВ	19,10 27,3	1,28	39	60,39	333,83	422,55	0,05	0,07	0,38	0,16	1,60	412,31	55,24	14,02	15,62	345	Итого за прием пищи:
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ: 100 2,97 1,06 48,92 223,55 30,48 0,09 0,09 0,04 0,00 54,14 55,11 49,50 5,28 893,59 5,34 ОБЕДПАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40 0,66 2,96 6,74 56,10 1,80 0,01 0,02 0,00 0,00 15,04 17,47 8,91 0,57 129,69 3,15 СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180 18,78 12,37 32,62 316,73 1,85 0,22 0,13 0,16 0,05 43,71 177,15 47,06 3,56 525,44 6,79 АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 МТОГО ЗА ПРИЕМ В В В В В В В В В В В В В В В В В В В									трак	II Зав							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40 0,66 2,96 6,74 56,10 1,80 0,01 0,02 0,00 0,00 15,04 17,47 8,91 0,57 129,69 3,15 СУПС ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180 18,78 12,37 32,62 316,73 1,85 0,22 0,13 0,16 0,05 43,71 177,15 47,06 3,56 525,44 6,79 АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 МИТОГО ЗА ПРИМИКИ: ВОГОТИВНИИ СКЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 МИТОГО ЗА ПРИМИКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 МИТОГО СКОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 НАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	393,59 5,34	5,28	50	49,50	55,11	54,14	0,00	0,04	0,09	0,09	30,48	223,55	48,92	1,06	2,97	100	ФРУКТ/СОК
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40 0,66 2,96 6,74 56,10 1,80 0,01 0,02 0,00 0,00 15,04 17,47 8,91 0,57 129,69 3,15 СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180 18,78 12,37 32,62 316,73 1,85 0,22 0,13 0,16 0,05 43,71 177,15 47,06 3,56 525,44 6,79 АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 МТОГО ЗА ПРИМИНИИ: 600 25,58 21,61 91,26 662,41 15,73 0,45 0,29 0,49 0,10 101,72 319,50 103,14 7,36 159,0 7 20,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 МТОГО ЗА ПРИМИНИИ: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 КЛЕБ РЖИН ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 МАЙС САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 4 44Й С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 4 44Й С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 4	393,59 5,34	5,28	50	49,50	55,11	54,14	0,00	0,04	0,09	0,09	30,48	223,55	48,92	1,06	2,97	100	Итого за прием пищи:
СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ 180 18,78 12,37 32,62 316,73 1,85 0,22 0,13 0,16 0,05 43,71 177,15 47,06 3,56 525,44 6,79 АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 МТОГО ЗА ПРИНИК СЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 МТОГО ЗА ПРИНИК СЕФИР С САХАРОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 МАЙС С САХОРОМ 150 0,10 0,00 7,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 14 140 С САХОРОМ 150 0,10 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 14 140 С САХОРОМ 150 0,10 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 14 140 С САХОРОМ 150 0,10 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 0						-			ЭД	Обе							
АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ) 180 3,49 5,93 25,26 169,30 12,08 0,15 0,11 0,33 0,05 29,11 90,08 38,13 1,63 848,76 7,82 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 МТОГО ЗА ПРИВИК СЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 МТОГО ЗА ПРИВИК СЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 МТОГО ЗА ПРИВИК СЕФИР С САХАРОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 МАЙ-С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,00 0,00 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 14 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 14 0,00 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 14 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0	29,69 3,15	0,57	91	8,91	17,47	15,04	0,00	0,00	0,02	0,01	1,80	56,10	6,74	2,96	0,66	40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 160 0,00 0,00 9,68 38,70 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 6,66 0,00 1,44 0,00 0,78 0,00 КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 м того за прием пищи: 600 25,58 21,61 91,26 662,41 15,73 0,45 0,29 0,49 0,10 101,72 319,50 103,14 7,36 1559,0 7 20,00 ПОТОТИНИК КЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 5,80 5,00 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 м того за прием пищи: 200 200,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,	25,44 6,79	3,56	06	47,06	177,15	43,71	0,05	0,16	0,13	0,22	1,85	316,73	32,62	12,37	18,78	180	СУП С ГРЕНКАМИ И ГОРОХОМ
КЛЕБ РЖАНОЙ 40 2,65 0,35 16,96 81,58 0,00 0,07 0,03 0,00 0,00 7,20 34,80 7,60 1,60 54,40 2,24 Итого за прием пищи: 600 25,58 21,61 91,26 662,41 15,73 0,45 0,29 0,49 0,10 101,72 319,50 103,14 7,36 1559,0 20,00 ПОЛДНИК КЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 Итого за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 ПОЛДНИК ТИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 НАЙ.С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 10 0,00 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 10 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	48,76 7,82	1,63 8	13	38,13	90,08	29,11	0,05	0,33	0,11	0,15	12,08	169,30	25,26	5,93	3,49	180	АЗУ С МЯСОМ (КУРЫ)
Итого за прием пищи: 600 25,58 21,61 91,26 662,41 15,73 0,45 0,29 0,49 0,10 101,72 319,50 103,14 7,36 1 559,0 20,00 ПОЛДНИК КЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 ПОГО ЗА ПРИЕМ ПИЦИ: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 ПОГО ЗА ПРИЕМ ПОРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 НАЙ.С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,00 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 1	0,78 0,00	0,00	14	1,44	0,00	6,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	38,70	9,68	0,00	0,00	160	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ
ПОЛДНИК КЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 итого за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 ужин ТИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 най. С САХОРОМ 150 0,10 0,00 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,00 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 най.	54,40 2,24	1,60	60	7,60	34,80	7,20	0,00	0,00	0,03	0,07	0,00	81,58	16,96	0,35	2,65	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ
КЕФИР С САХАРОМ 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 итого за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 ужин ТИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 иний С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 ини ини ини ини ини ини ини ини ини и	559,0 7 20,00	7,36	14	103,14	319,50	101,72	0,10	0,49	0,29	0,45	15,73	662,41	91,26	21,61	25,58	600	Итого за прием пищи:
Итого за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 Ужин ТИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 (НАЙ.С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 (ник	Полд							
Итого за прием пищи: 200 5,80 5,00 10,99 117,97 1,40 0,08 0,34 0,05 0,00 240,06 190,00 28,00 0,20 292,09 18,00 Ужин ТИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 (НАЙ.С САХОРОМ 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 (92,09 18,00	0,20 2	00 0	28,00	190,00	240,06	0,00	0,05	0,34	0,08	1,40	117,97	10,99	5,00	5,80	200	КЕФИР С САХАРОМ
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ 140 7,09 10,24 46,73 307,10 0,13 0,09 0,06 0,03 0,08 36,28 67,16 11,69 0,59 113,56 3,17 ОНАЙ С САХОРОМ 150 0,10 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 ОП	92,09 18,00	0,20 2	00 (28,00	190,00	240,06	0,00	0,05	0,34	0,08	1,40	117,97	10,99	5,00	5,80	200	Итого за прием пищи:
HAŬLC CAXOPOM 150 0,10 0,00 5,04 20,55 0,02 0,00 0,01 0,00 0,00 7,99 3,71 3,24 0,37 12,97 0,00 0	2 4 4 4	·	- 100 x		0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0		- 1 (4)		н	Ужи		4 4 14	• 1	1.54			
	13,56 3,17	0,59 1	9 0	11,69	67,16	36,28	0,08	0,03	0,06	0,09	0,13	307,10	46,73	10,24	7,09	140	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ
	12,97 - 0,00	0;37	4	3,24	3,71	7,99	0,00	0,00	0,01	0,00	_0,02	20,55	5,04	0,00	0,10	150	АЙ С САХОРОМ
1того за прием пищи: — 290 -7,19 10,24 51,77 327,65 0,15 0,09 0,07 0,03 0,08 44,27 70,87 14,93 0,96 126,53 3,17	26,53 3,17	0,96 =1	3 (14,93	70,87	44,27	3,08	0,03	0,07-	0,09	-0,15	327,65	51,77	10,24-	7,19	290	1того за прием пищи:
Зсего за день: 57,16 51,93 258,18 1 743,89 49,36 0,87 1,17 0,68 0,23 862,74 969,31 255,96 15,08 ^{3 390,3} 73,86 с	390,3 73,86	5,08 3	6 15	255,96	969,31	862,74	0,23	0,68	1,17	0,87	49,36	1 743,89	258,18	51,93	57,16	reference and a second	Всего за день:

9 день

		Пище	евые вег	цества	Энергети-		Ви:	тамин	Н				Минера	альнь	е веще	ства			Nº	0.5
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	B2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se,	F, мг	рецеп- туры	Сборни рецепту
				7 ×			Зав	трак						6						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150	7,23	7,55	24,89	197,31	0,78	0,12	0,19	0,03	0,05	170,40	182,94	46,48	1,06	302,28	15,00	0,00	0,01	184	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	30,92	1,94	0,40	28,18	4,03	0,01	0,01	213	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,34	3,72	11,87	99,33	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	154,89	110,95	18,99	0,22	226,79	13,50	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	350	16,34	13,70	51,95	398,34	1,56	0,22	0,43	0,09	0,49	341,60	350,01	77,31	2,28	595,95	32,53	0,01	0,02		
							II 3aı	втран	(
ФРУКТ/СОК	100	2,97	1,06	48,92	223,55	30,48	0,09	0,09	0,04	0,00	54,14	55,11	49,50	5,28	893,59	5,34	0,00	0,02		2008
Итого за прием пищи:	100	2,97	1,06	48,92	223,55	30,48	0,09	0,09	0,04	0,00	54,14	55,11	49,50	5,28	893,59	5,34	0,00	0,02		
					(w)		06	бед												
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ	40	0,55	2,94	4,34	46,34	5,68	0,01	0,01	0,00	0,00	13,69	8,85	4,55	0,29	58,48	0,95	0,00	0,00		2012
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М.К.Б.	180	7,64	9,34	17,70	186,95	21,27	0,11	0,14	0,49	0,08	74,88	117,74	42,56	2,26	703,47	10,07	0,00		95	2008
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	80	11,84	13,22	7,96	197,84	0,39	0,08	0,07	0,03	0,05	44,35	149,12	22,05	0,42	269,59	89,88	0,00	0,00	254	2012
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,07	3,10	14,10	92,67	6,86	0,09	0,06	0,01	0,05	22,82	55,19	19,16	0,79	502,87	5,55	0,00	0,03	125	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	620	24,75	28,95	70,74	644,08	34,20	0,36	0,31	0,53	0,18	169,60	365,70	97,36	5,36	1 589,5 9	108,69	0,00	0,09		
							Пол,	дник												
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	- 200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	12,60	12,60	7,20	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	399	- 2012-
ПЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК	20.	3,18	3,51	44,43	223,08	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	-0,83	64,20	0,00	0,00	0,00	2	2008
Итого за прием пищи:	220	4,15	3,70	64,02	306,50	1,60	0,07	0,04	0,00	0,00	23,26	46,08	14,62	3,35	304,20	2,00	0,00	0,00		
			K =	8 N.	2 1 4/2		Уж	HN:	1			100				7 1		oriento l		
КАША " ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ	150	6,91	6,59	30,70	210,62	0,78	0,10	0;18	0,03	-0,05	161,35	160 33	34,79	0,71	265,81	14,38	0,00	0,01	324	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	9,30	6,78	50,79	302,22	0,80	0,15	0,21	0,03	0,05	176,24	189,24	47,93	1,68	317,48	14,38	0,00	0,01		
Всего за день:		57,51	54,19	286,42	1 874,69	68,64	0,89	1,08	0,69	0,72	764,84	1 006,1	286,72	17,95	3 700,8	162,94	0,01	0,14	e Tanani	

10 день

		Пище	вые вег	цества	Энергети-		Ви	тами	НЫ				Минера	альны	е веще	ства			Nº	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe,	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг	рецеп- туры	Сборни рецепту
							Зав	трак									*			l
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,65	6,36	25,60	187,10	0,78	0,09	0,18	0,03	0,05	174,76	185,20	28,46	0,59	270,47	13,50	0,01	0,02	184	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	150	4,34	3,64	12,44	100,90	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	155,32	111,82	18,69	0,19	224,68	13,50	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	335	13,33	14,34	53,14	396,55	1,56	0,18	0,36	0,09	0,05	337,48	323,22	57,05	1,38	533,85	27,00	0,01	0,02		
	_						II 3a	зтрак												
ФРУКТ/СОК	100	2,97	1,06	48,92	223,55	30,48	0,09	0,09	0,04	0,00	54,14	55,11	49,50	5,28	893,59	5,34	0,00	0,02		2008
Итого за прием пищи:	100	2,97	1,06	48,92	223,55	30,48	0,09	0,09	0,04	0,00	54,14	55,11	49,50	5,28	893,59	5,34	0,00	0,02		
							06	ед												
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	0,35	3,05	2,07	37,30	2,52	0,01	0,01	0,00	0,00	7,81	14,68	3,53	0,25	44,10	0,76	0,00	0,01	21	2008
СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА	180	7,10	. 6,76	18,28	162,33	5,69	0,09	0,08	0,17	0,14	30,42	91,28	25,01	1,44	491,29	6,46	0,00	0,03	110	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ (80/50	13,07	9,84	28,77	255,64	0,67	0,18	0,13	0,01	0,05	21,64	198,39	98,90	4,09	340,56	4,83	0,00	0,04	259	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,66	0,00	1,44	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	540	23,17	20,00	75,76	575,55	8,88	0,35	0,25	0,18	0,19	73,73	339,15	136,48	7,38	931,13	14,29	0,00	0,08		
							Пол	дник												
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	153,00	108,00	16,80	0,12	219,00	13,50	0,00	0,00	400	2012
ТЕЧЕНЬЕ / ВАФЛИ/ПРЯНИК	20	3,18	3,51	44,43	223,08	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	10,66	33,48	7,42	0,83	64,20	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	170	7,40	7,15	51,41	301,65	- 0,78	- 0,09	-0,-18	0,02	0,00	163,66	141,48	24,22	0,95	283,20	13,50	0,00	0,00		-
	and the state of	т.				(2 M 11 7 7 7 7 M)	Уж	ин	1.5		7.	-				traction of an area				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	16,20	9,44	17,32	221,79	0,17	0,04	0,19	0,06	0,18	124,54	165,62	17,76	0,53	125,01	2,51	0,02	0,02	237	2012
НАЙ С САХОРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02	0,00	0,01-	0,00	0,00	7,99	3,71	3,24	0,37	12,97	0,00	0,00	_0,00	- 430	- 2008
(ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01	ALTERNATION OF THE PARTY OF THE	2008
	320	19,35	9,69	42,43	337,07	0,19	0,10	0,22	0,06	0,18	141,73	202,93	34,20	1,70	189,58	2,51	0,02	0,03	To recover	
1того за прием пищи:		66,22	52,24	271,66	1 834,37	41.89	0,81	1.10	0,39	0,42	770,74	1 061.8	301,45	16,69	2 831,3	62,64	0.03	0.15	77	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	Пищ	евые веще	ества	Энергети-		В	итамин	ы				Минер	альные	веществ	a		
Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	842,78	762,48	2 651,89	20 967,87	628,09	8,95	16,78	12,44	48,39	8 446,30	12 687,90	2 795,74	193,38	33 380,13	1 326,79	0,76	3,41
Среднее значение за период	84,28	76,25	265,19	2 096,79	62,81	0,90	1,68	1,24	4,84	844,63	1 268,79	279,57	19,34	3 338,01	132,68	0,08	0,34
Содержание белков, жиров,	16.1	32.7	51.2														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Ясли 12 часов	345	100	610	192	303