

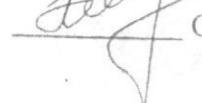
Утверждаю:

ООО "ПТФ" Байкал сервис"

 Т. Шафигуллина

Согласовано:

Начальник
МКУ Управление образования МР
Ермекеевский район РБ

 О.М. Никитин

Согласовано:

Директор
МОБУ СОШ с. Восьмое Марта

 А.З. Усманова

Согласовано:

Председатель
родительский комитет

 Э.Т. Черепахина

Примерное 2-х недельное меню для детей с 7 до 11 лет
весенний-летний сезон (2 вариант)

Рацион: 7-11

День: понедельник
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: 7-11 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Завтрак													
445.21	Биточки рыбные с томатным соусом	60/40	7.85	6.37	8.92	124.89	0.1	2.39	67.27	2.73	44.88	119.38	28.52	
610	Рис припущеный	150	3.77	4.37	38.92	209.86	0.04	0	23.85	0.26	10.99	80.34	26.58	
282.11	Чай витаминизированный	200	0	0	9.7	39	0.15	10	0					
420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0.5	27.5	130	0.17	0	0	0.75	10	32.5	7	
Итого за Завтрак		500	15.62	11.24	85.04	503.75	0.46	12.39	91.12	3.74	65.87	232.22	62.10	
Обед ШК 7-11														
42.14	Салат "Школьный"	60	0.86	4.86	3.99	63.35	0.02	5.07	4.33	2.18	18.16	23.64	11.29	
66.09	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне	250	11.8	11.30	16.63	219.4	0.09	13.2	161.8	1.11	15.1	50.84	19.42	
118.44	Рагу овощное с мясом птицы	160	17.69	19.32	45.30	343.97	0.16	23.76	570.43	2.97	42.15	188.72	42.43	
305.11	Витаминизированный кисель "В"	200	0	0	23.5	95	0.3	20.1						
420.02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3.2	0.4	22	104	0.14			0.6	8	26	5.6	
421.11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3.2	0.4	18.4	88	0.16			0.68	11.6	52	16.8	
Итого за Обед		760	36.75	36.28	129.82	913.72	0.87	62.13	736.56	7.54	95.01	341.20	95.54	
Итого за день			52.37	47.52	214.86	1417.47	1.33	74.52	827.68	11.28	160.88	573.42	157.64	

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: 7-11

День: вторник
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: 7-11 лет

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
425,04	Горошек зеленый консервированный	30	0,93	0,06	1,95	12,00	0,03	3,00	15,00	0,06	6,00	18,60	6,30	0,21	
218,02	Омлет натуральный	120	12,6	13,61	2,25	182,06	0,08	0,45	245,19	1,43	97,32	206,4	16,12	2,37	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1	
Итого за Завтрак			500	20,79	17,38	46,39	428,34	0,31	6,85	260,33	2,25	235,42	259,04	44,26	4,00
Обед															
53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
96,19	Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
429,22	Каша Артек вязкая с маслом	150/5	4,17	4,08	25,75	156,43	0,11		22,5	0,69	19,14	105	22,68	1,8	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			730	25,96	24,03	86,70	666,37	0,52	29,03	198,61	5,48	92,30	366,26	81,81	6,82
Итого за день				46,75	41,41	133,09	1094,71	0,83	35,88	458,94	7,73	327,72	625,30	126,07	10,82

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: 7-11

День: среда
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
502,5	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	9,58	9,1	162,56	0,09	3,09	81,19	1,17	35	98,19	15,8	1,05	
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3			0,03	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25	
Итого за Завтрак			505	19,87	14,39	83,66	542,96	0,35	3,09	103,69	2,76	60,89	177,87	31,46	3,21
Обед															
450,02	Суп картофельный с клецками	200	1,46	2,68	9,49	68,11	0,06	9,2	164,84	1,15	13,17	37,12	14,13	0,57	
80,09	Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
610	Рис припущеный	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			720	20,95	12,18	101,43	597,40	0,48	12,81	601,02	4,66	77,42	345,77	104,03	4,12
Итого за день				40,82	26,57	185,09	1140,36	0,83	15,90	704,71	7,42	138,31	523,64	135,49	7,33

**Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)**

Рацион: 7-11

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1	0,06	0,61	45,71	1,22	202,16	259,15	28,64	0,59	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	11,06	45,87	0	3,04	0,15	0,01	3,36	1,67	0,91	0,08	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25	
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Итого за Завтрак			503	28,00	15,38	72,00	546,60	0,27	16,15	88,11	2,31	237,44	309,47	47,80	4,69
Обед															
56,64	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,08	8,02	75,64	0,04	15,9	174,15	1,56	33,58	41,79	19,27	0,9	
445,35	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
302	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			730	22,65	21,54	88,43	637,45	0,58	20,39	245,71	5,40	96,93	342,70	133,72	7,34
Итого за день				50,65	36,92	160,43	1184,05	0,85	36,54	333,82	7,71	334,37	652,17	181,52	12,03

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: 7-11

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
181	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	4,56	6,33	32,19	204,42	0,06	0,96	38,82	0,18	95,97	118,23	27,21	0,45		
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03		
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1		
27,01	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1		
Итого за Завтрак			505		13,59	12,59	68,67	445,32	0,23	1,63	62,62	0,82	323,27	204,23	52,31	1,65
Обед																
54,45	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,96	4,26	13,72	101,67	0,09	13,42	167,75	1,58	21,02	60,43	21,31	0,81		
121,22	Оладьи из печени по- кунцевски со сметанным соусом	45/45	10,24	9,86	11,63	176,82	0,16	13,98	3607,32	3,06	28,83	167,77	13,96	3,34		
138,05	Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28		
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03		
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1		
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2		
Итого за Обед			725	21,90	20,03	97,83	658,43	0,71	53,37	3807,98	6,10	123,33	403,53	91,16	7,66	
Итого за день				35,49	32,62	166,50	1103,75	0,94	55,00	3870,60	6,92	446,60	607,76	143,47	9,31	

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: 7-11

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
211,22	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	8,82	10,26	37,09	276,79	0,09	0,08	54,13	1,86	127,99	115,92	14,82	0,95
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10						
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02
38,6	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	44,65	0,03	9,5	4,75	0,19	15,2	10,45	8,55	2,09
Итого за Завтрак		503	13,26	16,94	83,70	543,32	0,44	19,58	94,88	2,88	155,11	161,27	30,37	4,31
Обед														
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами на мясном бульоне со сметаной	250/10.	13,00	12,00	9,26	210,50	0,07	17,08	175,58	1,55	29,34	47,33	18,34	0,66
131,66	Плов из мяса птицы	180	15,21	21,15	67,28	499,67	0,11	3,97	247,98	5,21	22,42	182,84	42,29	1,51
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2
Итого за Обед		720	34,67	33,96	127,13	944,45	0,48	23,85	423,70	8,05	74,46	309,71	83,87	4,44
Итого за день			47,93	50,90	210,83	1487,77	0,92	43,43	518,58	10,93	229,57	470,98	114,24	8,75

**Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)**

Рацион: 7-11

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
506,19	Тефтели из говядины с рисом с томатным соусом	60/40	8,54	10,84	10,22	172,84	0,05	3,8	60	2,37	16,19	98,96	17,57	1,44	
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14	0	0	0,6	8	26	5,6	1	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1	
Итого за Завтрак			574	19,13	18,42	65,52	507,66	0,36	7,20	78,79	3,28	156,33	224,55	103,16	4,82
Обед															
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,84	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
65,46	Суп крестьянский с пшеном со сметаной	200/5	1,64	4,21	8,44	78,75	0,06	16,02	166,79	1,53	26,58	40,51	16,55	0,59	
97,64	Жаркое по-домашнему	180	11,51	13,97	21,12	256,55	0,18	26,54	12,3	2,96	23,91	167,69	41,37	2,55	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			725	20,39	24,03	84,88	635,71	0,55	48,17	180,21	8,03	93,36	310,42	92,79	6,17
Итого за день				39,52	42,45	150,40	1143,37	0,91	55,37	259,00	11,31	249,69	534,97	195,95	10,99

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: 7-11

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
531	Огурцы консервированные	20	0,16	0,02	0,34	2,6		1	1	0,02	4,6	4,8	2,8	0,12	
131,02	Плов из мяса птицы	220	18,64	25,85	46,06	490,77	0,13	4,96	303,82	6,38	29,71	224,55	52,25	1,88	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Итого за Завтрак			500	22,88	33,62	84,01	729,37	0,30	5,96	349,82	7,25	47,01	264,85	62,05	3,30
Обед															
54,02	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	200/5	12,00	9,00	12,12	187,00	0,09	21,02	168,23	1,91	31,37	54,81	23	0,88	
6,1	Бефстроганов из отварного мяса	45/45	14,34	13,41	3,4	191,73	0,06	0,5	192,09	0,41	26,54	151,82	21,44	2,15	
594,03	Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			730	35,94	27,21	88,45	750,96	0,49	24,32	382,96	4,03	97,41	395,23	81,18	5,93
Итого за день				58,82	60,83	172,46	1480,33	0,79	30,28	732,78	11,28	144,42	660,08	143,23	9,23

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: 7-11

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
138,22	Картофельное пюре	140	3,07	4,74	20,61	137,82	0,15	24,23	30,5	0,17	49,97	90,79	31,24	1,19	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
27,01	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого за Завтрак			500	19,73	19,81	67,17	527,63	0,40	29,29	117,61	3,24	192,94	294,42	61,45	4,23
Обед															
67,29	Свекольник со сметаной	200/5	1,86	4,16	13,06	97,51	0,06	13,76	170,41	1,57	36,29	55,3	24,66	1,22	
80,11	Рыба, тушенная с овощами	90	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64	
302	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
305,11	Витаминизированный кисель "В"	200			23,5	95	0,3	20,1							
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			730	21,25	14,30	100,61	615,42	0,89	36,01	638,58	5,21	98,76	381,45	158,97	6,61
Итого за день				40,98	34,11	167,78	1143,05	1,29	65,30	756,19	8,45	291,70	675,87	220,42	10,84

Примерное 2-х недельное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: 7-11

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91	0,1	1,01	39,98	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак			503	11,32	16,12	62,93	444,69	0,27	1,61	75,98	0,82	231,37	152,51	49,06	1,80
Обед															
129,19	Суп картофельный с горохом	200	4,73	3,64	15,59	114,33	0,2	9,32	209,52	1,59	29,42	69,78	28,7	1,66	
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	0,09	2,59	66,19	1,1	34,14	96,72	14,95	1,01	
224	Рагу из овощей	150	2,64	6,35	16,5	134,77	0,11	29,6	406,64	2,9	36,03	67,31	31,32	1,15	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого за Обед			720	23,78	20,28	91,25	642,40	0,70	44,31	682,49	6,88	122,29	313,35	98,21	6,09
Итого за день				35,10	36,40	154,18	1087,09	0,97	45,92	758,47	7,70	353,66	465,86	147,27	7,89
Итого за период				448,43	409,73	1715,62	12281,95	9,66	458,14	9220,77	90,73	2676,92	5790,05	1565,30	95,44
Итого за период				44,84	40,97	171,56	1228,20	0,97	45,81	922,08	9,07	267,69	579,01	156,53	9,54

*витаминизация третьих блюд проводиться специальными витаминно-минеральными премиксами.

Витаминизация третьих блюд осуществляется в соответствии с указаниями по применению премиксов

