

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

ОВЗ

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1,00	Сыр(порциями)	15	3,95	3,99	0,00	52,50	0,0	0,11	0,00	0,00	150,00	0,00	8,25	0,11
332,00	Каша овсяная "Геркулес" молочная	180/5	7,20	9,10	31,50	238,0	0,18	0,45	0,0	0,00	121,50	0,00	59,53	1,47
288,00	Кофейный напиток на молоке сгущ	200	1,7	1,4	16,1	81	0,01	0	0	0	51,38	67,5	5,62	0,04
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
			16,65	14,89	72,20	489,00	0,25	0,64	0,00	0,75	332,88	99,50	80,40	2,17
Обед ШК 7-11														
34,00	Кукуруза консервир сладкая	30	0,22	0,00	1,12	17,40	0,01	2,24	4,33	2,18	15,33	23,64	8,91	0,80
148,00	Суп лапша домашняя на мясном бульоне	200	11,8	11,30	16,63	219,4	0,09	13,2	161,8	1,11	15,1	50,84	19,42	0,81
492,00	Рис отварной	150	17,04	22,00	28,44	384,00	0,06	0,60	0,00	0,00	18,30	0,00	33,20	1,50
413,00	Сосиска отварная	50/50	5,50	11,95	0,20	130,50	0,1	0,00	0,00	0,00	17,50	79,50	10,00	0,90
282,11	Кисель	200	0	0	23,5	95	0,3	20,1	0	0	0	0	0	0
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
Итого за Обед		700	32,81	33,84	97,89	849,30	0,51	36,14	166,13	3,29	60,13	74,48	71,73	4,31
Итого за день			49,46	48,73	170,09	1338,30	0,76	36,78	166,13	4,04	393,01	173,98	152,13	6,48

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

Рацион: 7-11

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
302,00	Каша "Артек" молочная вязкая	180/5	7,2	7,20	36,80	242,00	0,14	0,44	0,00	0,00	116,39	0,0	36,40	2,11
	Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,13	66,10	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,0	0,00	0,02
285	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0,0	0,00	0,00	0,3	0,00	0,00	0,00
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
476,01	Йогурт детский питьевой ((витаминизированный))	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1
			14,38	18,05	75,13	522,60	0,23	1,04	0,00	0,75	248,05	32,00	57,40	2,78
Обед														
ТТК №6	Салат из свеклы с черносливом	60	0,6	3	4,95	48	0,01	4,8	0	0	12,5	0	7,26	0,72
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
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16	0	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	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
725			24,51	27,55	75,18	647,99	0,33	33,83	199,36	3,86	89,10	296,51	129,37	7,29
Итого за день			38,89	45,60	150,31	1170,59	0,56	34,87	199,36	4,61	337,15	328,51	186,77	10,07

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: 7-11

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
502,5	Каша рисовая молочная	180/5	5,20	7,20	36,10	231,0	0,06	0,45	0,00	0,00	105	0,00	30,2	0,49
1,00	Сыр(порциями)	15	3,95	3,99	0,00	52,50	0,0	0,11	0,00	0,00	150,00	0,00	8,25	0,11
299	Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	0	0	125,4	0	31	1,01
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
			16,82	15,39	75,79	512,46	0,16	1,86	0,00	0,75	390,71	32,00	76,47	2,16
Обед														
37	Салат " Студенческий"	60	2,25	6,3	4,05	81,75	0,01	1,34	0	0	9,75	0	8,57	0,3
138,00	Суп картофельный с крупой	200	2,10	2,10	15,50	90,00	0,07	5,6	0,00	0,00	12,64	0,00	19,21	0,73
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	Макаронные изделия отварные	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04	0	23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
715			21,19	17,64	99,29	642,54	0,25	10,55	436,18	2,23	78,44	230,65	105,48	3,58
Итого за день			38,01	33,03	175,08	1155,00	0,41	12,41	436,18	2,98	469,15	262,65	181,95	5,74

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 4)

Рацион: 7-11

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
366,0	Каша манная молочная жидкая	180/5	5,40	7,20	26,80	194,0	0,06	0,48	0,00	0,00	114,40	0,00	17,03	0,38
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	0,03	0,00	100,00	0,00	22,00	0,08	4,80	1,00
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12	0,00	0,00	2,73	0,00	0,73	0,06
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
38,59	Фрукт	200	3,0	2,0	41,00	192,00	0,08	20,0	0,00	0,00	16	56,00	84,00	1,20
		570	17,38	14,20	101,98	603,30	0,23	21,60	100,00	0,75	165,13	88,08	113,56	3,19
Обед														
ТТК 3	Салат картофель с зеленым горош	60	1,95	6	6,07	86,25	0,03	39,9	0	0	9,81	0	11,6	0,4
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
302	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	17,50	11,60	18,30	254,00	0,09	5,92	0,00	0,00	31,26	0,00	33,71	0,72
285	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
		700	24,81	22,23	70,78	591,67	0,21	64,52	174,29	1,57	89,15	43,33	75,62	3,29
Итого за день			42,19	36,43	172,76	1194,97	0,44	86,12	274,29	2,32	254,28	131,41	189,18	6,48

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: 7-11

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
311,00	Каша "Дружба" молочная	180/5	5,60	7,60	29,50	209,00	0,10	0,47	0,00	0,00	112,38	0,00	32,72	0,71
	Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,13	66,10	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,0	0,00	0,02
285	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0,0	0,00	0,00	0,3	0,00	0,00	0,00
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
476,01	Йогурт детский питьевой ((витаминизированный))	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1
520			12,78	18,45	67,83	489,60	0,19	1,07	0,00	0,75	244,04	32,00	53,72	1,38
Обед														
34	Салат из свеклы с яблоками	60	0,6	3	4,95	48	0,01	4,8	0	0	12,5	0	7,26	0,72
140,00	Суп картофельный с макарон изд	200	12,00	9,00	12,12	187,00	0,09	21,02	168,23	1,91	31,37	54,81	23	0,88
159,0	Зразы школьные	50/40	8,20	10,00	8,2	156,00	0,05	0,5	0,00	0,00	15,57	0,00	16,97	0,97
107,00	Пюре гороховое	150	14,60	5,10	33,10	240,00	0,40	0	0,0	0,00	78,2	0,00	72,2	4,60
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
720			39,21	27,65	96,76	806,78	0,60	29,12	168,37	1,92	152,14	56,35	130,47	8,44

Итого за день	51,99	46,10	164,59	1296,38	0,79	30,19	168,37	2,67	396,18	88,35	184,19	9,82
---------------	-------	-------	--------	---------	------	-------	--------	------	--------	-------	--------	------

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: 7-11

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
332,00	Каша овсяная "Геркулес" молочная	180/5	7,20	9,10	31,50	238,0	0,18	0,45	0,0	0,00	121,50	0,00	59,53	1,47
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
288,00	Кофейный напиток на молоке сгущ	200	1,7	1,4	16,1	81	0,01	0	0	0	51,38	67,5	5,62	0,04
1,00	Сыр(порциями)	15	3,95	3,99	0,00	52,50	0,0	0,11	0,00	0,00	150,00	0,00	8,25	0,11
		500	16,65	14,89	72,20	489,00	0,25	0,64	0,00	0,75	332,88	99,50	80,40	2,17
Обед														
34,00	Кукуруза консервир сладкая	30	0,22	0,00	1,12	17,40	0,01	2,24	4,33	2,18	15,33	23,64	8,91	0,80
56,21	Суп куллама по- деревенски на мясном бульоне	200	13,00	12,00	9,26	210,50	0,07	17,08	175,58	1,55	29,34	47,33	18,34	0,66
332,00	Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
131,00	Колбаса отварная	50/50	7,5	5,8	0,1	82	0,03	0	0	0	12	104	10	1,8
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
		700	22,85	16,86	85,85	614,18	0,22	22,12	202,55	4,58	74,76	119,69	46,95	3,61
Итого за день			39,50	31,75	158,05	1103,18	0,47	22,76	202,55	5,33	407,64	219,19	127,35	5,78

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 7)

Рацион: 7-11

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мп	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
302,00	Каша "Артек" молочная вязкая	180/5	7,2	7,20	36,80	242,00	0,14	0,44	0,00	0,00	116,39	0,0	36,40	2,11
1,00	Сыр(порциями)	15	3,95	3,99	0,00	52,50	0,0	0,11	0,00	0,00	150,00	0,00	8,25	0,11
*357	Чай с сахаром	200	0	0	12,00	128,0	0	20,1	0	0	0,3	0	0	0,03
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
476,01	Йогурт детский питьевой ((витаминизированный)	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1
535			9,5	14,79	77,90	602,00	0,23	21,25	0,00	0,75	395,71	32,00	65,65	2,90
Обед														
37	Салат " Студенческий"	60	2,25	6,3	4,05	81,75	0,01	1,34	0	0	9,75	0	8,57	0,3
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
371,00	Рыба припущенная	45/45	5,30	6,60	3,90	98,00	0,02	6,60	0,00	0,00	19,50	0,00	10,86	0,50
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	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
725			16,15	22,66	75,41	573,82	0,29	57,93	200,18	1,72	128,11	135,80	79,83	3,92
Итого за день			25,65	37,45	153,31	1175,82	0,52	79,18	200,18	2,47	523,82	167,80	145,48	6,82

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 8)

Рацион: 7-11

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
366,0	Каша манная молочная жидкая	180/5	5,40	7,20	26,80	194,0	0,06	0,48	0,00	0,00	114,40	0,00	17,03	0,38
297,00	Масло сливочное	10	8,40	5,40	34,60	224,00	0,18	0	0,00	0,0	12,90	0,00	121,84	4,18
285	Какао с молоком	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	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
500			17,66	13,01	96,19	577,78	0,30	3,28	0,14	0,76	140,40	33,54	146,71	5,18
Обед														
*78	Икра морковная	60	1,28	4,35	6,15	69,00	0,03	3,09	0,00	0,00	16,72	0,00	23,07	0,6
56,21	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	13,00	12,00	9,26	210,50	0,07	17,08	175,58	1,55	29,34	47,33	18,34	0,66
*278	Плов из отварной говядины	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	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
700			26,50	30,86	74,71	709,45	0,33	46,71	187,88	4,51	81,67	215,02	92,98	5,08
Итого за день			44,16	43,87	170,90	1287,23	0,63	49,99	188,02	5,27	222,07	248,56	239,69	10,26

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)

Рацион: 7-11

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
311	Каша рисовая молочная	180/5	5,20	7,20	36,10	231,0	0,06	0,45	0,00	0,00	105	0,00	30,2	0,49
138,22	Кисель витаминизированный	200	0,00	4,74	20,61	137,82	0,15	24,23	30,5	0,17	49,97	90,79	31,24	1,19
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55
420,06	Сыр(порционно)	10	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25
500			13,00	12,84	108,81	616,32	0,44	24,68	30,50	1,67	175,26	155,29	75,46	3,48
Обед														
ТТК 3	Салат картофель с зеленым горош	60	1,95	6	6,07	86,25	0,03	39,9	0	0	9,81	0	11,6	0,4
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
*462	Тефтели из говядины с рисом	50/50	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64
211,05	Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
283	Компот из ченоплод рябины и ябл	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3
735			21,60	19,49	96,56	650,02	0,30	55,81	637,83	4,42	104,62	237,38	91,85	4,37
Итого за день			34,60	32,33	205,37	1266,34	0,74	80,49	668,33	6,09	279,88	392,67	167,31	7,85

Примерное 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

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
311,00	Каша "Дружба" молочная	180/5	5,60	7,60	29,50	209,00	0,10	0,47	0,00	0,00	112,38	0,00	32,72	0,71	
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,75	10	32,0	7	0,55	
101,06	Фрукт	150	2,0	0,0	14,0	68	0,10	68,4	0	0	63	30,6	20	0,2	
545			11,40	8,00	78,08	434,40	0,26	68,87	0,00	0,75	185,68	62,60	59,52	1,47	
Обед															
*78	Винегрет овощной		60	0,75	1,35	4,35	33	0,01	3,1	0	0	13,94	0	9,69	0,4
140,00	Суп картофельный с макарон изд	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	
297,00	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	5,40	34,60	224,00	0,18	0	0,00	0,0	12,90	0,00	121,84	4,18	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63	0,02	0	0	0,0	5	0	6,0	1	
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,3	0,2	14,8	71	0,03	0	0	0,00	6,0	0	4,2	0,3	
715			27,64	20,42	101,50	706,13	0,53	17,81	275,85	2,70	104,90	168,04	186,22	8,52	
Итого за день			39,04	28,42	179,58	1140,53	0,79	86,68	275,85	3,45	290,58	230,64	245,74	9,99	

Итого за период	390,71	365,26	1632,21	11638,74	5,92	518,40	2779,26	38,48	3329,72	2211,76	1766,07	77,91
Итого за период	39,07	36,53	163,22	1163,87	0,59	51,84	277,93	3,85	332,97	221,18	176,61	7,79

*витаминация третьих блюд проводиться специальными витаминно-минеральными премиксами.
Витаминация третьих блюд осуществляется в соответствии с указаниями по применению премиксов.