



Директор МУП "КЛШП" Г.Ю.Абрамова
"20"/09 КЛШП 2023 г.

(I неделя)

Наименование блюда		Пищевая ценность, г				ЭЦ (ккал)		Мин. вв, мг		Витамины, мг			Пищевая ценность, г				ЭЦ (ккал)		Мин. вв, мг		Витамины, мг		
		Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ	Са	Fe	B1	B2	C	3-7 лет	Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ	Са	Fe	B1	B2	C	
Завтрак																							
Плов с изюмом ТТК № 1		130	2,91	8,41	36,47	230,31	26,03	0,98	0,06	0,04	1,29	150	3,63	10,52	45,59	287,88	32,54	1,23	0,08	0,05	1,62		
Чай с сахаром ТТК № 10		150	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,1	0,02	2,49	10,02	0,10	0,03	0,00	0,00	0,00		
Кондитерское изделие ТТК № 11		20	1,54	2,85	11,88	70,20	5,80	0,42	0,00	0,10	0,00	30	2,31	4,28	17,82	105,30	8,70	0,63	0,02	0,02	0,00		
Итого за прием		300	4,55	11,28	48,37	301,51	31,83	1,40	0,06	0,14	1,29	380	6,04	14,82	65,90	403,20	41,34	1,89	0,10	0,07	1,62		
2. Завтрак																							
Сок фруктовый		150	0,38	0,08	7,58	34,5	5,25	1,05	0	0	1,65	200	0,2	0,2	35	11,2	14	2,8	0,02	0,02	4		
Итого за прием		150	0,38	0,08	7,58	34,50	5,25	1,05	0,00	0,00	1,65	200	0,20	0,20	35,00	112,00	14,00	2,80	0,02	0,02	4,00		
Обед																							
Уха ростовская № 276		150	4,16	3,39	8,52	81,84	11,69	0,77	0,09	0,06	13,59	200	5,54	4,52	11,36	109,07	15,58	1,03	0,12	0,08	18,13		
Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом ТТК № 23		90	12,81	5,61	7,18	130,77	14,19	1,13	0,07	0,11	1,25	90	12,81	5,61	7,18	130,77	14,19	1,13	0,07	0,11	1,25		
Картофельное пюре № 520, стр. сб. инт. 2004г.		120	2,40	3,70	16,10	109,00	28,50	0,83	0,09	0,08	8,34	150	3,10	4,60	20,10	137,00	35,62	1,04	0,12	0,10	10,40		
Напиток из замороженной комплотной смеси мяса св. инт. 2004г.		150	0,15	0,06	14,00	53,00	5,64	0,23	0,01	0,01	30,00	200	0,20	0,08	18,00	70,00	7,52	0,30	0,01	0,01	40,00		
Хлеб ржаной стр. Инт. состав в рос-е пит., продукты 2004г.		30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00		
Итого за прием		540	21,62	13,06	58,20	436,11	74,12	4,16	0,32	0,26	53,18	670	23,75	15,11	69,04	508,34	87,01	4,70	0,38	0,30	69,78		
Подпись																							
Салат из моркови с сахаром. № 71, сб. инт. 1997		30	0,30	1,35	4,35	30,00	6,15	0,16	0,01	0,01	1,15	60	0,60	2,70	8,70	60,00	12,29	0,32	0,01	0,02	2,30		
Ватрушка французская ТТК № 9		80	8,00	11,31	35,31	274,29	45,71	0,58	0,05	0,09	0,05	80	8,00	11,31	35,31	274,29	45,71	0,58	0,05	0,09	0,05		
Какао с молоком (ТТК № 13)		150	2,40	2,30	10,20	69,00	81,09	0,37	0,02	0,09	0,39	200	4,55	4,88	7,28	92,00	183,36	0,15	0,06	0,87	1,61		
Итого за прием		260	10,70	14,96	49,86	373,29	132,95	1,11	0,08	0,19	1,59	340	13,15	18,89	51,29	426,29	241,36	1,05	0,12	0,98	3,96		
Итого за день		1250	37,25	39,38	164,01	1145,41	244,15	7,72	0,46	0,59	57,71	1590	43,14	49,02	221,23	1449,83	383,71	10,441	0,614	1,368	79,362		

(1 неделя)

Наименование блюда	1-Элет		Пищевая ценность, г		ЭЦ (ккал)	Мин. вв., мг		Витамины, мг		Мин.в.в, мг		ЭЦ (ккал)								
	Выход, г	Белки	Жиры	Углев		Са	Fe	B1	B2	C	Ca	Fe	B1	B2	C					
Завтрак																				
Каша молочная яичневая вязкая №202,сб.инк.2004г.	154	5,30	5,70	27,60	184,00	110,19	0,67	0,10	0,12	0,37	185	6,41	6,86	33,12	221,10	132,60	0,80	0,12	0,15	0,45
	150	2,10	2,10	11,00	70,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200	5,80	4,60	28,63	184,00	222,30	0,20	0,10	0,30	1,10
	ТТК №12	35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00	35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02
Бутерброд с маслом №1, Сб.инк.2004 г.	339	9,80	12,20	53,10	363,00	223,55	1,39	0,18	0,26	0,89	420	14,61	15,86	76,25	514,10	362,40	1,61	0,27	0,47	1,55
2-Завтрак																				
Кисломолочный напиток	105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28	105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28
Итого за прием	105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28	105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28
Обед																				
Щи из свежей капусты с картофелем и №124,сб.инк.2004 г.	157	3,50	4,56	4,30	71,91	17,25	0,37	0,02	0,02	4,10	210	4,24	6,08	7,50	101,74	23	0,50	0,05	0,06	5,40
	75	12,60	12,70	2,90	177,00	10,30	1,90	0,03	0,09	10,30	75	12,60	12,70	2,90	177,00	10,30	1,90	0,03	0,09	10,30
	№437, сб.инк.2004г.	124	4,30	3,40	26,70	157,00	7,44	0,59	0,05	0,02	0,00	154	5,30	4,20	32,70	202,00	11,00	0,70	0,06	0,03
Макаронные изделия отварные №332, сб.инк.204г.	150	0,1	0,1	11,8	47	4,49	0,6	0,01	0,01	1,2	200	0,2	0,1	17,2	69	6,03	0,8	0,01	0,01	1,6
Напиток из свежих плодов №631, сб.инк.2004 г.	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00
Хлеб ржаной	536	22,60	21,06	58,10	514,41	53,58	4,66	0,17	0,14	15,60	669	24,44	23,38	72,70	611,24	64,43	5,10	0,21	0,19	17,30
Итого за прием	536	22,60	21,06	58,10	514,41	53,58	4,66	0,17	0,14	15,60	669	24,44	23,38	72,70	611,24	64,43	5,10	0,21	0,19	17,30
Полдник																				
Рыбные палочки (ТТК №26)	60	11,40	4,99	18,28	162,21	18,56	2,57	0,34	0,35	0,37	60	11,40	4,99	18,28	162,21	18,56	2,57	0,34	0,35	0,37
Рис припущенный №312, сб.инк.2004 г.	120	2,76	4,32	27,93	161,64	4,80	0,36	0,02	0,02	0,00	120	2,76	4,32	27,93	161,64	4,80	0,36	0,02	0,02	0,00
Чай с сахаром №ТТК 10	150	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием	330	14,26	9,33	46,23	324,85	23,36	2,93	0,36	0,37	0,37	380	14,26	9,33	46,23	324,85	23,36	2,93	0,36	0,37	0,37
Итого за день	1310	49,41	45,39	165,63	1272,26	406,19	9,08	0,73	0,91	17,14	1574	56,06	51,37	203,38	1520,19	555,89	9,74	0,86	1,17	19,5

ТРЕТИЙ ДЕНЬ (1 неделя)

Наименование блюда		1-3-днев		Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)		Мин. в/в, мг			Витамины, мг			3-7 лет		Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)		Мин. в/в, мг			Витамины, мг		
		Выход, г		Белки	Жиры	Углев			Са	Fe	B1	B2	C	Выход,г	Белки	Жиры	Углев			Са	Fe	B1	B2	C			
Завтрак																											
Суп молочный с макаронными изделиями №160,сб.инв. 2004г.		150		3,30	3,10	11,90	89,00		81,36	0,24	0,04	0,09	0,39	200	4,40	4,10	15,90			119,00		111,46	0,75	0,06	0,13	0,52	
		Какао с молоком																									
		150		2,4	2,3	10,2	69,00		81,09	0,37	0,020	0,090	0,390	200	4,55	4,88	7,28			92,00		183,36	0,151	0,058	0,087	1,612	
		ТТК № 13																									
Бутерброд с маслом с сыром №3, сб.инв. 2004 г		45		6,70	9,60	13,20	167,00		165,20	0,60	0,04	0,07	0,05	45	6,70	9,60	13,20			167,00		165,20	0,60	0,04	0,07	0,05	
		345		12,40	15,00	35,30	325,00		327,65	1,21	0,10	0,25	0,83	445	15,65	18,58	36,38			378,00		460,02	1,50	0,16	0,29	2,18	
Итого за прием																											
2-Завтрак																											
Фрукт		140		0,56	0,56	13,72	51,80		22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	140	0,56	0,56	13,72			51,80		22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	
		Итого за прием																									
Обед																											
Суп картофельный с бобовыми и гречками №39, сб.инв.2004г.		160		4,50	2,60	17,70	114,00		18,66	1,33	0,13	0,05	2,76	215	6,10	3,50	23,80			153,00		18,66	1,33	0,13	0,05	2,76	
		Тефтели рыбные																									
№ 394 сб.инв. 2004г.		50		27,99	21,40	151,33	677,74		100,15	7,35	0,47	0,35	7,58	50	27,99	21,40	151,33			677,74		100,15	7,35	0,47	0,35	7,58	
		Картофель отварной № 203 сб.инв.инв. 2004																									
Напиток из смеси сухофруктов ТК № 49		123		2,50	4,50	19,80	129,10		13,00	1,10	0,12	0,07	10,67	153	2,50	4,50	19,80			129,10		13,00	1,10	0,12	0,07	10,67	
		150		0,70	0,03	15,40	67,00		18,85	0,39	0,01	0,02	0,10	200	0,90	0,05	20,60			89,00		25,13	0,52	0,01	0,03	0,13	
Хлеб ржаной		30		2,10	0,30	12,40	61,50		14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40			61,50		14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	
		супов. Мин. состав в расчёте по рецептурной 2002г.																									
Итого за прием		513		37,79	28,83	216,63	1049,34		164,76	11,37	0,79	0,49	21,11	648	39,59	29,75	227,93			1110,34		171,04	11,50	0,79	0,50	21,14	
		Цолинг																									
Салат осенний сб.Москва, 2022		30		0,55	1,58	3,89	32,08		7,47	0,33	0,02	0,02	4,49	50	0,92	2,63	6,48			53,47		12,45	0,55	0,04	0,03	7,48	
		Плошка новомосковская №87, сб. инв. 2010 г.																									
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах		150		0,00	0,00	15,00	57,00		0,36	0,04	0,00	0,00	0,00	200	0,00	0,00	20,00			76,00		0,48	0,06	0,00	0,00	0,00	
		Итого за прием																									
Итого за день		250		6,05	5,68	54,69	293,08		24,65	0,99	0,09	0,06	4,51	320	6,42	6,73	62,28			333,47		29,75	1,23	0,11	0,07	7,50	
		1248		56,8	50,07	320,34	1719,22		539,46	16,65	1,02	0,83	40,45	1553	62,22	55,62	340,31			1873,61		683,21	17,311	1,098	0,887	44,822	

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ (1 неделя)

Наименование б. пода	1-3лет Выход, г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин. в.в, мг			Витамины, мг			3-7 лет Выход,г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин. в.в, мг			Витамины, мг		
		Белки	Жиры	Углев		Са	Fe	B1	B2	C	Белки		Жиры	Углев	Са		Fe	B1	B2	C		
Завтрак																						
Каша молочная овсяная жидкая №311, сб. инк. 2004 г.	124	4,74	6,73	20,92	163,65	87,49	0,95	0,13	0,12	0,79	157	5,92	10,06	26,15	219,35	109,24	1,20	0,17	0,15	0,98		
	150	1,10	0,80	4,00	29,00	39,20	0,05	0,01	0,04	0,19	200	1,40	1,10	6,95	44,00	53,06	0,07	0,01	0,06	0,26		
	35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00	35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00		
Итого за прием	309	8,24	11,93	39,42	301,65	134,19	1,61	0,19	0,18	0,98	392	9,72	15,56	47,60	372,35	169,80	1,88	0,23	0,23	1,24		
2-Завтрак																						
Сок фруктовый	150	0,38	0,08	7,58	34,50	5,25	10,50	0,00	0,00	1,65	200	0,20	0,20	35,00	112,00	14,00	2,80	0,02	0,02	4,00		
Итого за прием	150	0,38	0,08	7,58	34,50	5,25	10,50	0,00	0,00	1,65	200	0,20	0,20	35,00	112,00	14,00	2,80	0,02	0,02	4,00		
Обед																						
Суп лапша домашняя №148, сб. инк. 2004 г.	150	1,70	2,60	7,90	62,00	7,58	0,27	0,02	0,02	0,36	200	2,10	3,40	9,30	77,00	9,29	0,33	0,02	0,02	0,48		
Цыпленка отварные №487, сб. инк. 2004 г.	50	14,30	2,60	0,26	78,00	6,67	0,92	0,05	0,05	0,00	50	14,30	2,60	0,26	78,00	6,67	0,92	0,05	0,05	0,00		
Каша гречневая вязкая №8297, сб. инк. 2004 г.	124	6,56	5,52	28,72	191,12	11,2	3,20	0,17	0,1	0,00	155	8,20	6,90	35,90	238,90	14,00	4,00	0,21	0,12	0,00		
Чай с сахаром ТТК №10	150	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,10	0,03	9,10	25,00	10,00	0,40	0,01	0,01	24,00		
Хлеб ржаной супов. Хлеб, сист-в в рос-х инк. продукты 2002г.	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00		
Итого за прием	504	24,76	11,04	49,30	393,62	39,55	5,59	0,30	0,17	0,36	635	26,80	13,23	66,96	480,40	54,06	6,85	0,35	0,20	24,48		
Полдник																						
Запеканка из творога №366, сб. инк. 2004	60	10,24	6,44	10,00	139,12	84,80	0,36	0,02	0,12	0,12	60	10,24	6,44	10,00	139,12	84,80	0,36	0,02	0,12	0,12		
Каша вязкая молочная пшениная №486-2020	124	4,99	5,44	22,65	173,92	76,09	0,78	0,11	0,09	0,32	124	4,99	5,44	22,65	173,92	76,09	0,78	0,11	0,09	0,32		
Хлеб пшеничный с сахарным составом рос-х инк. продуктов 2002 г.	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00		
Напиток из замороженной компотной смеси №648, б. инк. 2004 г	150	0,15	0,06	14,00	53,00	5,64	0,23	0,01	0,01	0,00	200	0,2	0,08	18,00	70,00	7,52	0,30	0,01	0,01	40,00		
Итого за прием	364	7,24	5,86	47,75	283,92	87,73	1,34	0,15	0,11	0,30,32	414	17,53	12,32	61,75	440,04	174,41	1,77	0,17	0,23	40,44		
	1327	40,62	28,91	144,05	1013,69	266,72	19,04	0,64	0,46	33,31	1641	54,25	41,31	211,31	1404,79	412,27	13,3	0,77	0,68	70,16		

ПЯТЫЙ ДЕНЬ (1 неделя)

Наименование блюда	1-Злет Выход, г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин. вв, мг			Витамины, мг			3-7 лет Выход,г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин.вв, мг			Витамины, мг		
		Белки	Жиры	Углев		Са	Fe	B1	B2	C	Белки		Жиры	Углев	Са		Fe	B1	B2	C		
Завтрак																						
Макаронные изделия отварные №332, сб.ис. 2014г. Молоко кипяченое № 097, сб.ис.2004 г. Кондитерское изделие ТК № 11	154	5,30	4,20	32,70	202,00	11,00	0,70	0,06	0,03	0,00	6,36	5,04	39,24	13,20	0,84	0,07	0,04	0,00				
	150	4,35	4,80	7,05	90,00	180,00	0,15	0,06	0,23	1,95	5,80	6,40	9,40	240,00	0,20	0,08	0,30	2,60				
	20	1,54	2,85	11,88	70,20	5,80	0,42	0,00	0,01	0,00	2,31	4,28	17,82	8,70	0,63	0,02	0,02	0,00				
	335	11,19	11,85	51,63	362,20	196,80	1,27	0,12	0,27	1,95	435	14,47	15,72	66,46	467,30	1,67	0,17	0,36	2,60			
Итого за прием																						
2-Завтрак																						
Фрукт	140	0,56	0,56	13,72	51,8	22,4	3,08	0,04	0,03	14	0,56	0,56	13,72	22,4	3,08	0,04	0,03	14				
	140	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	0,56	0,56	13,72	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00				
Обед																						
Свекольник №34, сб.Пермь 2001г. Митболы из говядины ТТК № 29 Рис припущенный № 512, сб.ис.2004 г. Напиток из ягод ТТК № 30 Хлеб ржаной сприв. Мел. согот-я в рос-к-тиш. употребл. 2002г.	157	1,20	3,10	8,20	66,00	17,30	0,73	0,03	0,03	2,92	2,07	3,87	14,20	40,61	1,40	0,07	0,07	14,58				
	55	6,23	6,18	3,44	94,64	91,63	0,99	0,08	0,06	1,72	8,85	8,91	3,86	136,22	1,40	0,09	0,01	1,50				
	120	2,76	4,32	27,93	161,64	4,80	0,36	0,02	0,02	0,00	150	3,45	5,40	34,92	6,00	0,45	0,03	0,02	0,00			
	150	0,23	0,08	6,30	26,55	7,50	0,30	0,01	0,01	18,00	200	0,30	0,10	8,40	10,00	0,40	0,01	0,01	24,00			
Итого за прием																						
Полдник																						
Салат из белокочанной капусты 54-73-2020 Рассетгай с рыбой (743,754) Чай с сахаром ТТК № 10	30	0,75	3,03	3,12	42,90	20,22	0,28	0,02	0,02	17,43	1,50	6,06	6,24	40,44	0,55	0,04	0,04	34,86				
	75	10,50	4,10	31,80	206,00	27,00	0,90	0,09	0,08	0,00	10,50	4,10	31,80	27,00	0,90	0,09	0,08	0,00				
	150	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,10	0,03	9,10	10,00	0,40	0,01	0,01	24,00			
Итого за прием																						
Итого за день																						

ШЕСТОЙ ДЕНЬ (2 недели)

Наименование блюда	1-3лет Выход, г	Пищевая ценность, г		ЭЦ (ккал)		Мин. вв, мг		Витамины, мг		3-7 лет Выход,г	Пищевая ценность, г		ЭЦ (ккал)	Мин. вв, мг		Витамины, мг					
		Белки	Жиры	Углев	C	B1	B2	C	Ca		Fe	B1		B2	C	Ca	Fe	B1	B2	C	
Завтрак																					
Каша гречневая вязкая №297,сб.инв.2004 г.	124	6,56	5,52	28,72	191,12	11,2	3,20	0,17	0,1	0,00	155	8,20	6,90	35,90	238,90	14,00	4,00	0,21	0,12	0,00	
	150	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,1	0,02	2,49	10,02	0,10	0,03	0,00	0,00	0,00	
	20	1,54	2,85	11,88	70,20	5,80	0,42	0,00	0,01	0,00	30	2,31	4,28	17,82	103,30	8,70	0,63	0,02	0,02	0,00	
	Кондитерское изделие (7К.№ 11)																				
Итого за прием		294	8,200	8,39	40,62	262,32	17,00	3,62	0,170	0,110	0,000	385	10,61	11,20	56,21	354,22	22,80	4,66	0,230	0,14	0,00
2- Завтрак																					
Сок фруктовый		150	0,38	0,08	7,58	34,5	5,25	1,05	0	0	1,65	200	0,2	0,2	35	112	14	2,8	0,02	0,02	4
Итого за прием		150	0,38	0,08	7,58	34,5	5,25	1,05	0	0	1,65	200	0,20	0,20	35,00	112,00	14,00	2,80	0,02	0,02	4,00
Обед																					
Суп лапша домашняя № 148, сб.инв. 2004 г.		150	1,70	2,60	7,90	62,00	7,58	0,27	0,02	0,02	0,36	200	2,10	3,40	9,30	77,00	9,29	0,33	0,02	0,02	0,48
		50	14,30	2,60	0,26	78,00	6,67	0,92	0,05	0,05	0,00	50	14,30	2,60	0,26	78,00	6,67	0,92	0,05	0,05	0,00
		№487, сб.инв.2004г.																			
Картофель запеченный по домашнему № 633, Москва. 2022 г.		100	2,58	2,58	3,51	126,31	14,37	1,17	0,15	0,09	25,80	150	3,87	5,27	31,54	189,46	21,56	1,76	0,23	0,14	38,70
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах (648)		150	0,00	0,00	15,00	57,00	0,36	0,04	0,00	0,00	0,00	200	0,00	0,00	20,00	76,00	0,48	0,06	0,00	0,00	0,00
Хлеб ржаной		30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00
Итого за прием		480	20,68	8,08	39,07	384,81	43,08	3,60	0,28	0,16	26,16	630	22,37	11,57	73,50	481,96	52,10	4,27	0,36	0,21	39,18
Ужин																					
Запеканка из творога № 366, сб.инв. 2004 г.		60	10,24	6,44	10,00	139,12	84,80	0,36	0,02	0,12	0,12	60	10,24	6,44	10,00	139,12	84,80	0,36	0,02	0,12	0,12
Каша молочная овсяная жидкая №31 /сб.инв.2004г.		124	4,74	6,73	20,92	163,65	87,49	0,95	0,13	0,12	0,79	124	4,74	6,73	20,92	163,65	87,49	0,95	0,13	0,12	0,79
Хлеб пшеничный с маслом,составом рос-их инв.продуктов 2002 г.		30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00
Чай с молоком и сахаром 77К.№10		150	1,10	0,80	4,00	29,00	39,20	0,05	0,01	0,04	0,19	200	1,4	1,10	6,95	44,00	53,06	0,07	0,01	0,06	0,26
Итого за прием		364	18,18	14,33	46,02	388,77	217,49	1,69	0,19	0,29	1,10	414	18,48	14,63	48,97	403,77	231,35	1,71	0,19	0,31	1,17
Итого за день		1288	47,44	30,88	133,29	1070,4	282,82	9,96	0,64	0,56	28,91	1629	51,66	37,6	213,68	1351,95	320,25	13,44	0,8	0,68	44,35

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ (2 недели)

Наименование блюда		I-Злет Выход, г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин. в.в, мг			Витамины, мг			ЭЦ (ккал)			Мин.в.в, мг			Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углев		В1	В2	С	Са	Fe	B1	B2	C	Ca	Fe	B1	B2	C		
Завтрак																					
Суп молочный с крупой рисовой №161, сб. инв. 2004г. Кофейный напиток на молоке ТТК №12		150	3,1	3,5	9,7	82,0	87,44	0,38	0,05	0,10	0,39	200	4,10	14,50	109,00	106,68	0,30	0,04	0,13	0,52	
		150	2,10	2,10	11,00	70,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200	4,60	28,63	184,00	222,30	0,20	0,10	0,30	1,10	
		35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00	35	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00	
Итого за прием		335	7,60	10,00	35,20	261,00	200,80	1,10	0,13	0,24	0,91	435	13,10	57,63	402,00	336,48	1,11	0,19	0,45	1,62	
2-Завтрак																					
Кисломолочный напиток №66-15, сб. 1996г.		105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28	105	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28	
		105	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	105	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	
		Обед																			
Рассольник "Ленинградский" со сметаной № 132, сб. инв. 2004 г. Биточек из птицы ТТК № 15		157	1,32	3,04	9,42	71,92	9,47	0,52	0,05	0,03	4,07	210	1,72	12,42	96,92	12,58	0,71	0,06	0,05	5,54	
		60	16,30	4,60	7,80	138,10	13,80	1,02	0,05	0,08	1,13	60	16,30	4,60	7,80	138,10	13,80	1,02	0,05	0,08	1,13
		120	7,28	8,72	12,64	158,40	26,72	0,86	0,06	0,05	5,94	150	10,90	15,80	198,00	33,40	1,07	0,08	0,07	7,42	
Напиток из свежих плодов (б/з) Хлеб ржаной		150	0,10	0,10	11,80	47,00	4,49	0,00	6,10	7,10	8,10	200	0,10	17,20	68,00	6,03	0,80	0,01	0,01	1,60	
		30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	0,60	0,01	0,01	1,20	30	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	
		Итого за прием	517	27,10	16,76	54,06	476,92	68,58	3,00	6,27	7,27	20,44	650	20,14	65,62	562,52	79,91	4,80	0,26	0,21	15,69
Полдник																					
Тфтели рыбные № 394 сб. инв. 2004г. Макаронные изделия отварные №332, сб. инв. 204г.		50	27,99	21,40	151,33	677,74	100,15	7,35	0,47	0,35	7,58	50	27,99	21,40	151,33	677,74	100,15	7,35	0,47	0,35	7,58
		124	4,30	3,40	26,70	157,00	7,44	0,59	0,05	0,02	0,00	154	4,20	32,70	202,00	11,00	0,70	0,06	0,03	0,00	
		150	0,15	0,06	14,00	53,00	5,64	0,23	0,01	0,01	30,00	200	0,20	18,00	70,00	7,52	0,30	0,01	0,01	40,00	
Хлеб пшеничный справочник тип. сос-е рос-е тип. продовольств 2002 г.		30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00
		354	34,54	25,22	203,13	944,74	119,23	8,50	0,56	0,39	37,58	434	35,59	26,04	213,13	1006,74	124,67	8,68	0,57	0,40	47,58
		Итого за день	1311	69,8	52,54	306,11	1734,46	411,01	15,68	7	7,93	72,93	1624	77,27	350,1	2023,06	563,46	17,67	1,056	1,088	78,89

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ (2неделя)

Наименование блюда		1-Злет		Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин. вв, мг			Витамины, мг			3-7 лет			Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)			Мин.вв, мг			Витамины, мг		
		Выход, г		Белки	Жиры	Углев		Са	Fe	B1	B2	C	Выход,г	Белки	Жиры	Углев	Са	Fe	B1	B2	C							
Каша молочная "Дружба" 311		154	3,75	5,17	17,91	133,36	86,16	0,38	0,05	0,09	0,40	185	4,5	6,21	21,51	160,20	103,50	0,45	0,06	0,11	0,48							
Молоко кипяченое № 697, сб.лик.2004 г.		150	4,35	4,80	7,05	90,00	180,00	0,15	0,06	0,23	1,95	200	5,80	6,40	9,40	120,00	240,00	0,20	0,08	0,02	2,60							
Кондитерское изделие ТК №11		20	1,54	2,85	11,88	70,20	5,80	0,42	0,00	0,01	0,00	30	2,31	4,28	17,82	105,30	8,70	0,63	0,02	0,02	0,00							
Итого за прием		324	9,64	12,82	36,84	293,56	271,96	0,95	0,11	0,33	2,35	415	12,61	16,89	48,73	385,50	352,20	1,28	0,16	0,15	3,08							
2-Завтрак																												
Фрукт		140	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	140	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00							
Итого за прием		140	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00	140	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	3,08	0,04	0,03	14,00							
Обед																												
Суп картофельный с крупной №314,сб.Период. 2001г.		150	1,83	1,88	11,69	71,18	12,71	0,93	0,09	0,05	9,90	200	2,44	2,51	15,58	94,91	16,94	1,24	0,12	0,07	13,20							
Жаркое по-домашнему № 436, сб.лик. 2004 г.		175	10,00	15,50	24,50	287,00	20,56	2,88	0,14	0,11	9,40	175	10,00	15,50	24,50	287,00	20,56	2,88	0,14	0,11	9,40							
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №648,сб.лик. 2004 г.		150	0,00	0,00	15,00	57,00	0,36	0,04	0,00	0,00	0,00	200	0,00	0,00	20,00	76,00	0,48	0,06	0,00	0,00	0,00							
Хлеб ржаной серый. Лик. состоит из рас-с и лик. производств. 2002г.		30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00							
Итого за прием		505	13,93	17,68	63,59	476,68	47,73	5,05	0,29	0,16	19,30	605	14,54	18,31	72,48	519,41	52,08	5,38	0,32	0,18	22,60							
Полдник																												
Салат из белокочанной капусты 34- 73-2020		30	0,75	3,03	3,12	42,90	20,22	0,28	0,02	0,02	17,43	60	1,50	6,06	6,24	85,80	40,44	0,55	0,04	0,04	34,86							
Пирожок с картофелем 1036		100	5,42	7,98	46,52	271,26	16,61	6,12	0,93	0,83	6,80	100	5,42	7,98	46,52	271,26	16,61	6,12	0,93	0,83	6,80							
Напиток из смеси сухофруктов ТК № 49		150	0,70	0,03	15,40	67,00	18,85	0,39	0,01	0,02	0,10	200	0,90	0,05	20,60	89,00	25,13	0,52	0,01	0,03	0,13							
Итого за прием		280	6,87	11,04	65,04	381,16	55,68	6,79	0,96	0,87	24,33	360	7,82	14,09	73,36	446,06	82,18	7,19	0,98	0,90	41,79							
Итого за день		1249	31	42,1	179,19	1203,2	397,77	15,87	1,4	1,39	59,98	1520	35,53	49,85	208,29	1402,77	508,86	16,93	1,5	1,26	81,47							

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ (2 недели)

Наименование блюда	1-Злет Выход, г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин. в.в., мг			Витамины, мг			3-7 лет Выход,г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)	Мин.в.в., мг			Витамины, мг		
		Белки	Жиры	Углев.		Ca	Fe	B1	B2	C	Белки		Жиры	Углев.	Ca		Fe	B1	B2	C		
Завтрак																						
Каша манная молочная жидкая №511, сб. инв. 2004	150/4	6,10	7,70	25,40	195,00	158,71	0,37	0,07	0,19	0,69	150/4	6,10	7,70	25,40	195,00	158,71	0,37	0,07	0,19	0,69		
Кофейный напиток на молоке 77К, № 12	150	2,10	2,10	11,00	70,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200	5,80	4,60	28,63	184,00	222,30	0,20	0,10	0,30	1,10		
Бутерброд с маслом №1, сб. инв. 2004-г.	35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00	35	2,40	4,40	14,50	109,00	7,50	0,61	0,05	0,02	0,00		
Итого за прием	339	10,6	14,2	50,9	374	272,07	1,09	0,15	0,33	1,21	389	14,3	16,7	68,53	488	388,51	1,18	0,22	0,51	1,79		
2-Завтрак																						
Кисломолочный напиток №645, сб. 1996г.	105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28	105	2,75	2,80	8,20	70,00	105,70	0,10	0,02	0,14	0,28		
Итого за прием	105	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	105	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																						
Суп картофельный с макаронными изделиями 140	150	3,87	2,10	13,88	89,70	10,35	0,64	0,06	0,04	5,16	200	5,16	2,80	18,50	119,60	13,80	0,85	0,08	0,05	6,88		
Плов № 143 сб. инв. 2004 г.	175	13,30	13,48	33,78	310,10	16,69	1,93	0,06	0,10	0,00	175	13,30	13,48	33,78	310,10	16,69	1,93	0,06	0,10	0,00		
Напиток из свежих плодов №631, сб. инв. 2004 г.	150	0,1	1,1	2,1	3,1	4,1	5,1	6,1	7,1	8,1	200	0,2	0,1	17,2	69	6,03	0,8	0,01	0,01	1,6		
Хлеб ржаной серия 404 сб. инв. 2002г.	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50	14,10	1,20	0,06	0,00	0,00		
Итого за прием	505	19,37	16,98	62,16	464,40	45,24	8,87	6,28	7,24	13,26	605	20,76	16,68	81,88	560,20	50,62	4,78	0,21	0,16	8,48		
Полдник																						
Шницель рыбный натуральный № 391, сб. инв. 2004 г.	50	7,89	10,54	5,07	147,08	39,16	0,69	0,06	0,07	1,27	50	7,89	10,54	5,07	147,08	39,16	0,69	0,06	0,07	1,27		
Картофельное пюре № 320, сб. инв. 2004г.	120	2,40	3,70	16,10	109,00	28,50	0,83	0,09	0,08	8,34	150	3,10	4,60	20,10	137,00	35,62	1,04	0,12	0,10	10,40		
Чай с сахаром №77К 10	150	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200	0,10	0,02	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Хлеб пшеничный сервировки инв. сб. инв. 2002 г.	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	0,33	0,03	0,01	0,00		
Итого за прием	350	4,60	4,08	27,22	167,00	34,50	1,16	0,12	0,09	8,34	430	13,19	15,52	36,29	342,08	80,78	2,06	0,21	0,18	11,67		
Итого за день	1299	34,57	35,26	140,28	1005,4	351,81	11,12	6,55	7,66	22,81	1529	48,25	48,9	186,7	1390,28	519,91	8,02	0,64	0,85	21,94		

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ (2 недели)

Наименование блюда		1-Злет Выход, г	Пищевая ценность, г			ЭЦ (ккал)		Мин. д.в, мг		Витамины, мг		Минералы, мг								
			Белки	Жиры	Углевы	Б	Ж	У	С	В1	В2	С	Ca	Fe	B1	B2	C			
Завтрак																				
Каши рисовая молочно-ягодная жидкая № 11, сев.м. 2004 г.		154	3,9	4,88	21,3	145,3		0,3	0,04	0,11	0,46	185	4,68	5,85	25,56	174,34		0,05	0,13	0,55
Какао с молоком ТТК 13		150	2,4	2,3	10,2	69,00		0,37	0,020	0,090	0,390	200	4,55	4,88	7,28	92,00		0,058	0,087	1,612
Бутерброд с маслом и сыром №3, сев.м. 2004 г.		45	6,70	9,60	13,20	167,00		0,60	0,04	0,07	0,05	45	6,70	9,60	13,20	167,00		0,04	0,07	0,05
Итого за прием		349	13,00	16,78	44,70	381,28		1,27	0,10	0,27	0,90	430	15,93	20,33	46,04	433,34		0,15	0,29	2,21
2-Завтрак																				
Сок фруктовый		150	0,38	0,08	7,58	34,5		1,05	0	0	1,65	200	0,2	0,2	3,5	112		2,8	0,02	4
Итого за прием		150	0,38	0,08	7,58	34,50		1,05	0,00	0,00	1,65	200	0,20	0,20	35,00	112,00		2,80	0,02	4,00
Обед																				
Борщ с капустой и картофелем №10, сев.м. 2007 г.		157	1,26	3,98	7,95	73,18		0,70	0,03	0,04	11,17	210	1,70	5,44	10,65	99,11		0,93	0,05	14,84
Шницель рубленый говяжий № 516, сев.м. 2004 г.		60	9,04	11,53	6,52	166,35		1,44	0,04	0,08	0,60	60	9,04	11,53	6,52	166,35		1,44	0,04	0,60
Макаронные изделия отварные №332, сев.м. 2004 г.		124	4,30	3,40	26,70	157,00		0,59	0,05	0,02	0,00	154	5,30	4,20	32,70	202,00		0,70	0,06	0,00
Напиток из ягод ТТК №30		150	0,23	0,08	6,30	26,55		0,30	0,01	0,01	18,00	200	0,30	0,10	8,40	35,40		0,40	0,01	24,00
Хлеб ржаной сев.м. 2004 г.		30	2,10	0,30	12,40	61,50		1,20	0,66	0,00	0,00	30	2,10	0,30	12,40	61,50		1,20	0,06	0,00
Итого за прием		521	16,93	19,29	59,87	484,58		4,23	0,19	0,15	29,77	654	18,44	21,57	70,67	564,36		4,67	0,22	39,44
Полдник																				
Винегрет овощной 2/		30	0,40	0,80	2,20	16,50		0,20	0,01	0,01	1,60	50	0,67	1,00	3,67	27,50		0,30	0,01	2,60
Вал-белки №7, сев.м. 2010 г.		70	6,69	8,62	15,72	163,57		18,35	0,43	0,42	0,48	70	6,69	8,62	15,72	163,57		18,35	0,43	0,48
Чай с молоком и сахаром ТТК 10		150	1,10	0,80	4,00	29,00		0,05	0,01	0,19	0,19	200	1,40	1,00	6,95	44,00		53,06	0,07	0,06
Итого за прием		250	8,19	10,22	21,92	209,07		3,60	0,45	0,47	2,27	320	8,76	10,72	26,34	235,07		83,01	3,72	3,34
Итого за день		1270	38,50	46,37	134,07	1109,43		10,15	0,74	0,89	34,59	1690	43,33	52,82	178,05	1344,77		12,30	0,84	48,99

ИТОГО за 10 дней	12794,00	440,26	401,41	1842,41	12304,80	3764,23	124,10	19,63	21,72	406,42	15950,00	516,30	492,46	2321,14	15167,73	5164,58	130,69	8,80	9,59	605,03
------------------	----------	--------	--------	---------	----------	---------	--------	-------	-------	--------	----------	--------	--------	---------	----------	---------	--------	------	------	--------

Среднее за 10 дней	1279,4	44,026	40,141	184,241	1230,48	376,423	12,41	1,963	2,172	40,642	1595	51,63	49,246	232,114	1516,773	516,458	13,0693	0,8796	0,959	60,5026
--------------------	--------	--------	--------	---------	---------	---------	-------	-------	-------	--------	------	-------	--------	---------	----------	---------	---------	--------	-------	---------

Норма суточная	1600	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45	1950	54	60	261	1800	900	10	0,9	1	50
----------------	------	----	----	-----	------	-----	----	-----	-----	----	------	----	----	-----	------	-----	----	-----	---	----

	75% от ступенной	600	7,5	0,6	0,675	33,75	1462,5	40,5	45	195,75	1350	675	7,5	0,675	0,75	37,5	
1200	31,5	35,25	152,25	1050	600	7,5	0,6	0,675	33,75	1462,5	40,5	45	195,75	1350	675	7,5	0,675
1200	31,5	35,25	152,25	1050	600	7,5	0,6	0,675	33,75	1462,5	40,5	45	195,75	1350	675	7,5	0,675

[illegible]