

Стр: 1

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	ККАЛ	A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18
	Завтрак 1															
СУ07015	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	6,25	10,77	20,75	226		0,06	0,54			122,89	27,96		0,41	
ДП00317	Сыр порционный	10	4,6	3		64		0,01	0,21			264	10,5		0,3	
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03	
ДП0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/50	2,15	0,5	28	130						1,3	0,35		0,03	
ДН123**	Кекс с начинкой для детского питания	35	3	3,2	25,15	125										
	Всего в Завтрак 1	500	16,1	17,5	83	580		0,07	0,75			388,45	38,81		0,77	
	Обед															
ДП03229	Салат из белокоч. кап. новый урожай//	60	0,61	0,95	7,9	68		0,02	30			37,57	13,69		0,6	
ДП*0284	Суп картофель. с крупной гречневой	200	4,2	9,34	27,6	154		0,05	4,2			9,48	14,4		0,55	
СВ*5000	Наггетсы из мяса птицы с соусом	100	13,2	12,94	13,19	199		0,08	0,88		160,4222	14,0333	58,5222	20,6778	1,5667	
ДП001*/	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	2,5	3,81	24	165		0,06				9,31	7,31		0,74	
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03	
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267	
	Всего в Обед	755	23,81	27,47	100,59	725		0,21	35,08		160,4222	71,6933	94,2022	20,6778	3,5134	
	Всего в день		39,91	44,97	183,59	1 305		0,28	35,83		160,4222	460,1433	133,0122	20,6778	4,2834	

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	ККАЛ	A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19
Завтрак 1																	
ДН00045	Запеканка из творога со ступённой	150	15,67	18,98	35	340		0,07	0,46			221,9809	31,8263		0,6382		
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03		
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267		
ДН00340	Яблоки	110	0,22		14,62	97		0,03	11			17,6	9,9	12,1	2,42		
	Всего в Завтрак 1	500	19,19	19,41	77,52	576		0,1	11,46			240,8809	42,0063	12,1	3,1149		
Обед																	
ШС020**	Свекольник со сметаной	250/5	1,96	5	24,72	132		0,05	4,75			27,7263	24,4212		1,1867		
ДП*0194	Плов из курицы(филе курицы)	180	15,1	18,4	23,4	324		0,14	2,09			39,34	64,6		3,54		
ДП00122	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68		0,01	1,6			6,03	3,13		0,8		
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267		
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48		
	Всего в Обед	705	26,99	30,23	106,42	750		0,25	8,73			82,5888	99,8412		6,0334		
	Всего в день		46,18	49,64	183,94	1 326		0,35	20,19			323,4697	141,8475	12,1	9,1483		

№ рсч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)									
			(г)						A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F		
			Б	Ж	У	4	5														6	7
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20					
	Завтрак 1																					
ДНП024*	Биточки рыбные с соусом томатным	50/40	9,91	11,46	4,25	164		0,01	1,24		7,8542	49,009	6,5318	0,2228	0,0005			0,0062				
СУ070/6	Каша рисовая рассыпчатая	150/5	3,6	3,94	37,2	201		0,1	11,3		73,74		80	1,62								
ДП0033/	Чай с сахаром и лимоном	200	0,19		9,3	37			1,08		2,6377		0,7053	0,058								
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104					1,04		0,28	0,0267								
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68		0,03	10		16		9	2,2								
	Всего в Завтрак 1	585	17,2	16,2	83,35	574		0,14	23,62		101,2719	49,009	96,5171	4,1275	0,0005			0,0062				
	Обед																					
Ш302002	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	3,05	7,25	15,37	91		0,04	9,6		25,456		15,272	0,56								
СЗ*5000	Котлеты "Нежные" с соусом	90	12,36	14,53	9,3	167		0,04	0,4		13,644		14,112	1,332								
ДП001*/	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	2,5	3,81	24	165		0,06			9,31		7,31	0,74								
ДП00158	Напиток апельсиновый	200			20,7	77		0,01	5,28		7,11		2,49	0,11								
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104					1,04		0,28	0,0267								
ПС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19		5,635		4,94	0,32								
	Всего в Обед	710	23,46	27,54	102,37	685		0,18	15,47		62,195		44,404	3,0887								
	Всего в день		40,66	43,74	185,72	1 259		0,32	39,09		163,4669	49,009	140,9211	7,2162	0,0005			0,0062				

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	г	А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19
	Завтрак 1																
СВ*4009	Наггетсы из мяса птицы с соусом	90	8,3	11,36	9,62	197		0,07	0,79		144,38	12,63	52,67	18,61	1,41		
НУ06003	Картофельное пюре	150	6,08	4,92	27	148		0,12	10,4			35,62	28,6		1,04		
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03		
ДП000*5	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/60	2	0,6	38	156						1,56	0,42		0,036		
	Всего в Завтрак 1	500	16,48	16,91	83,72	536		0,19	11,19		144,38	50,07	81,69	18,61	2,516		
	Обед																
ДП00281	Суп картофельный с клецками	200	1,3	2	8,8	75		0,04	3,68			8,63	12,08		0,47		
П000370	Гуляш из куриной грудки	90	12,74	12,06	33,03	240		0,11	12,62			41,52	49,62		3,048		
ДП*0075	Каша гречневая вязкая с маслом	150	6,58	7,58	27,07	195		0,16	0,37			89,561	79,7562		2,4951		
ШМ13018	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	200			15	76						0,48			0,06		
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104		0,03	0,19			1,04	0,28		0,0267		
ПС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81						5,635	4,94		0,32		
	Всего в Обед	700	26,17	23,59	116,9	771		0,34	16,86			146,866	146,6762		6,4198		
	Всего в день		42,65	40,5	200,62	1 307		0,53	28,05		144,38	196,936	228,3662	18,61	8,9358		

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
								A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
			Б	Ж	У	г													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	Завтрак 1																		
Св*4000	Котлеты из филе кур. с том.соусом	90	9,5	12,36	17,62	227		0,07	0,79			27,288	28,224		2,564				
ШМ08001	Макаронные изделия отварные	180/5	3,6	4,7	37,4	190		0,07				11,31	9,07		0,92				
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03				
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267				
	Всего в Завтрак 1	515	16,4	17,49	82,92	556		0,14	0,79			39,898	37,574		3,6407				
	Обед																		
ЯЗ*2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	2,3	4,3	11,1	113		0,03	6,41			23,7523	16,385		0,7783				
СЗ*5000	Котлеты "Нежные" с соусом	90	12,36	14,53	9,3	167		0,04	0,4			13,644	14,112		1,332				
ДП*0075	Каша гречневая вязкая с маслом	150	6,58	7,58	27,07	195		0,16	0,37			89,561	79,7562		2,4951				
ДП00122	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68		0,01	1,6			6,03	3,13		0,8				
ДП000*5	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/60	2	0,6	38	156						1,56	0,42		0,036				
	Всего в Обед	705	23,44	27,11	102,67	699		0,24	8,78			134,5473	113,8032		5,4414				
	Всего в день		39,84	44,6	185,59	1 255		0,38	9,57			174,4453	151,3772		9,0821				

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19
	Завтрак 1																	
ШМ07015	Каша молочная "Дружба"	180/5	10,66	12,7	29,5	209	209		0,1	0,47			112,38	32,72		0,71		
ДП00317	Сыр порционный	10	4,6	3		64	64		0,01	0,21			264	10,5		0,3		
ДП0033/	Чай с сахаром и лимоном	200	0,19		9,3	37	37			1,08			2,6377	0,7053		0,058		
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68	68		0,03	10			16	9	11	2,2		
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104	104						1,04	0,28		0,0267		
	Всего в Завтрак 1	535	18,95	16,5	71,4	482	482		0,14	11,76			396,0577	53,2053	11	3,2947		
	Обед																	
ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,2	5,2	5,5	51	51		0,01	1,12			20,64	11,2		0,72		
СУ02006	Суп картофельный с макарон. изд.	200	2,2	2,1	15,1	89	89		0,07	5,28			10,95	16,74		0,69		
ДП*0043	Жаркое по-домашнему с филе кур	180	12,77	13,87	11,3	245	245		0,07	1,75			22,52	24,18		2,15		
ДП**012	Компот из смеси сухофр.	200	1,1	0,1	35	125	125		0,01	0,13			25,13	15,89		0,52		
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104	104						1,04	0,28		0,0267		
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48		
	Всего в Обед	710	27	28	108	736	736		0,21	8,57			88,7325	75,7		4,5867		
	Всего в день		45,95	44,5	179,4	1 218	1 218		0,35	20,33			484,7902	128,9053	11	7,8814		

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			(г)						A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
			Б	Ж	У	Д	С													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20		
	Завтрак 1																			
ДП***00	Гуляш из мяса говядины	28/64	10,16	14,11	6,91	205		0,08	1,44			18,63	35,1133		3,9867					
ДП010АА	Каша ячневая вязкая	150/4	3,89	5	20	184		0,1	0,37			110,19	25,39		0,67					
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03					
ДП000*5	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/60	2	0,6	38	156						1,56	0,42		0,036					
	Всего в Завтрак 1	506	16,15	19,74	74,01	580		0,18	1,81			130,64	60,9233		4,7227					
	Обед																			
ДЕ2760Е	Суп из овощей со сметаной	205	2,19	4,96	12,54	155		0,08	9,94			25,5792	23,9167		0,8896					
ДНП024*	Биточки рыбные с соусом томатным	50/40	9,91	11,46	4,25	164		0,01	1,24		49,009	7,8542	6,5318	13,5624	0,2228	0,0005		0,0062		
ДП00144	Макаронные изделия отварные	150	2,38	3,67	25,22	160		0,06				9,0097	7,0742		0,7162					
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03					
ДП0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/50	2,15	0,5	28	130						1,3	0,35		0,03					
ПД**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48					
	Всего в Обед	725	23,26	26,95	101,41	766		0,2	11,47		49,009	52,4556	45,2827	13,5624	2,3686	0,0005		0,0062		
	Всего в день		39,41	46,69	175,42	1 346		0,38	13,28		49,009	183,0956	106,206	13,5624	7,0913	0,0005		0,0062		

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	Y		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДП03229	Салат из белокач.кап.новый урожай//	60	0,61	0,95	7,9	68		0,02	30			37,57	13,69			0,6		
ДП*0194	Плов из курицы(Филе курицы)	180	15,1	18,4	23,4	324		0,14	2,09			39,34	64,6			3,54		
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26				0,03		
ДП000*5	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/60	2	0,6	38	156						1,56	0,42			0,036		
	Всего в Завтрак 1	500	17,81	19,98	78,4	583		0,16	32,09			78,73	78,71			4,206		
	Обед																	
СУ02000	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	4,7	3,7	19,68	120		0,06	5,36			12,46	17,99			0,68		
СЗ*4000	Котлеты из филе кур.с том.соусом	90	9,5	12,36	17,62	227		0,07	0,79			27,288	28,224			2,664		
СУ06003	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20	138		0,12	10,4			35,62	28,6			1,04		
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26				0,03		
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21			0,018		
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41			0,48		
	Всего в Обед	705	26,91	27,64	105,5	725		0,3	16,84			84,8605	82,434			4,912		
	Всего в день		44,72	47,62	183,9	1 308		0,46	48,93			163,5905	161,144			9,118		

№ рц.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19
	Завтрак 1																
СЗ*5000	Котлеты "Нежные" с соусом	90	12,36	14,53	9,3	167		0,04	0,4			13,644	14,112		1,332		
ДП001*/	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	2,5	3,81	24	165		0,06				9,31	7,31		0,74		
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03		
ДП000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/20	2	0,2	11,2	83						0,52	0,14		0,012		
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2		
	Всего в Завтрак 1	565	17,26	18,97	67,4	518		0,13	10,4			39,734	30,562	11	4,314		
	Обед																
ШС01016	Салат Пестрый	60	3,5	3	9,8	64		0,01	2,24			15,33	8,91		0,8		
СУ02022	Суп крестьянский с крупой	200/5	5,3	4,5	33,9	214		0,04	6,4			18,66	13,75		0,51		
ДЗ*0194	Плов из курицы(Филе курицы)	200	12,9	17,68	38,56	419		0,16	2,32			43,7111	71,7778		3,9333		
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03		
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267		
	Всего в Обед	705	25	25,61	110,16	836		0,21	10,96			79,0011	94,7178		5,3		
	Всего в день		42,26	44,58	177,56	1354		0,34	21,36			118,7351	125,2798	11	9,614		
	Итого		423,8	444,5	1830,	1295		3,85	258,76		402,820	2 640,3	1 480,1	122,512	83,420	0,001	0,0124
			6	17	56,5	7					2	109	759	6	3		
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		13,09	30,88	56,5												