

№ п/п	Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак																				
0000013	Сосиски отварные	60	5,88	14,94	0,48	160				0,01			13,84		7,83	0,95					
0000041	Каша рисовая молочная с маслом	200	5,12	6,62	32,61	211				0,11	1,04		23,8			0,75					
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5	10,5	53	53				0,04			4,31		6,19	0,38					
0000039	Чай с молоком	200	0,08	0,01	16,07	65					1,17										
0000050	Печенье	25	1,85	2,75	17,68	103							11,74		1,5	2,71	0,26				
	Всего Завтрак	515	14,43	24,32	77,33	592			0,16	2,21			44,55	15,52	2,71	2,34					
	Обед																				
ДУ0171	Салат витаминный	60	0,9	2,7	6,5	56				0,02	3,8		20,84		11	0,50					
ДУ0163	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,4	3,6	16,16	133				0,08	5,28		12,16		18,28	0,768					
1000042	Рагу овощное с мясом птицы	200	18,98	20,04	18,51	330				0,14	17,74		57,84		52,64	3,34					
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5	10,5	53	53				0,04			4,31		6,19	0,38					
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4	12	60	60				0,05			8,7		12,6	1,08					
0000038	Чай с лимоном	200	0,2	9,3	38	38					1,12		2,73		0,73	0,06					
	Всего Обед	720	28,38	26,34	72,97	670			0,33	27,94			106,58	101,44		6 168				0,0292	
	Всего в день			50,66	150,31	1 262			0,49	30,15			11,74	151,13	116,96	2,71	8 508				0,0292

№ п/п	№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)										на 1-ая неделя/Средн
				Б	Ж	У	А (рети)		В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F				
																				г	г	г	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20					
		Завтрак																					
	ДУ0138а	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/20	5,95	3,59	25,1	166		0,16														
	ДУ0162	Запеканка рисовая с творогом	150/5	9,08	10,63	48,79	327	60	0,04	0,01		31,2		34,4	1,81								
	0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04			10,83		19,14	0,59								
	0000077	Кисель витаминизированный Плодово-ягодный	200			21,7	85		0,27	10		4,31		6,19	0,38								
		Всего Завтрак	605	16,53	14,22	106,09	631	60	0,51	13,81		46,34		59,73									
	ДУ0204	Салат из капусты белокачанной с огурцом	60	0,8	4,33	2,05	50		0,01	21,24		17,73		5,71	0,22								
	0000011	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	4,02	9,04	25,9	120	8	0,07	5,37		19 008		19 136	0,864								
	0000173	Котлеты куриные из полуфабриката	90	13,5	19,3	13,9	286		0,06	0,35		19,8		20,43	1,51								
	0000083	Каша перловая рассыпчатая	150	4,38	3,81	30,16	175		0,08	8,08		66 373		513 649	14 919								
	0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05			8,7		12,6	1,08								
	0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04			4,31		6,19	0,38								
	0000025	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113					0,45		0,26	0,04								
		Всего Обед	760	27,16	36,48	122,41	857	8	0,31	35,04		44 444		44 444	10,97	56 859							
		Всего в		День	50,7	228,5	1 488	68	0,82	48,85		44 444	0,45	44 444	10,97	84 659							

[illegible]

		2																		
		Завтрак																		
00000001	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	8,9	4,4	4,7	112		0,01	1,3				8,09	9,68	0,29					
00000005	Картофельное пюре	200	4,3	5,9	23,8	187		0,16	13,84				47,47	37,87	1,38					
00000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04					4,31	6,19	0,38					
00000004	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	95	20	0,03	0,52				108,57	21,06	0,57					
Всего Завтрак		530	18	13,4	52,6	447	20	0,24	15,66				168,44	74,8	2,62					
		Обед																		
00000012	Салат "Пестрый"	60	0,6	2,7	6,48	53		0,02	2,24				15,33	8,91	0,798					
00000063	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,52	5,33	8,65	90	8	0,04	6,36				32,568	18,32	0,864					
ДВ0208	Плов бухарский	200	5,24	19,18	56,93	421														
00000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04					4,31	6,19	0,38					
00000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05					8,7	12,6	1,08					
—00001	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35						0,48	0,26	0,03						
Всего Обед		720	11,36	27,21	103,66	711	8	0,15	8,6			0,48	61,168	46,02	3,152					
Всего в день				40,61	156,26	1,157	28	0,39	24,26			0,48	##	120,82	5,772					

на 1-ая неделя/Пятница

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рети)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
ДУ0193	Гуляш из мяса птицы	100	12,11	10,06	2,39	138		0,04	2,4			12,85	10,28		0,35			
0000074	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,42	3,67	33,33	194		0,07				9,22	7,31		0,73			
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04				4,31	6,19		0,38			
ДУ0195	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,25	26,81	111					278	16	9	11	2,2			
0000071	Яблоко	100			10	47		0,03	10									
	Всего Завтрак	580	19,51	13,98	83,03	543		0,18	12,4		278	42,38	32,78	11	3,66			
	Обед																	
ДУ0172	Салат из свежих огурцов	60	0,5	2,7	1,8	35		0,01	2,3			12,29	7,02		0,32			
0000087	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,84	4,4	10,16	142	24	0,04	6,41			25 536	14 352		0,528			
ДУ0197	Говядина тушеная с картофелем	150	12,75	15,33	14,59	342		0,07	1,89			168 417	32 175		22 917			
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04				4,31	6,19		0,38			
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05				8,7	12,6		1,08			
0000038	Чай с лимоном	200	0,2		9,3	38			1,12			2,73	0,73		0,06			
	Всего Обед	670	19,19	22,43	58,35	670	24	0,21	11,72			###	73 067		46 597			
	Всего в		день	36,41	141,38	1 213	24	0,39	24,12		278	###	###	11	83 197			

[illegible]

0000068	Макаронные изделия отварные с маслом	30	0,33	2,2	3,14	34				0,01	0,54				18,92	23,87		0,92
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	150	5,42	3,67	33,33	194				0,07					0,73	1,47		0,078
0000001	Чай с сахаром	30	1,5	10,5	53	53				0,04					9,22	7,31		0,73
		200	0,1	9,1	35	35								0,48	4,31	6,19		0,38
	Всего Завтрак	500	18,07	12,99	67,05	470				0,22	15,42			0,48	33,44	38,84		2 138
0000034	Обед																	
0000064	Салат из моркови и яблок	60	1,08	4,08	10,08	80				0,02	1,26				11 484	13,86		0,474
ДУ0192	Суп-лапша домашняя	200	2,08	1,68	9,28	63				0,02	0,48				10,06	5,8		0,33
0000075	Ленивые голубцы из полуфабриката с маслом	100/10	8,9	14,6	7,2	199				0,04	8,47				37,56	22,92		1
0000068	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,5	5,26	35,64	220				0,25					13,95	132,02		4,52
0000072	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5	10,5	53	53				0,04					4,31	6,19		0,38
0000007	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4	12	60	60				0,05					8,7	12,6		1,08
	Компот из свежих яблок	200	0,15	17,19	71	71				0,01	26,4			111,65	5,9	3,13	3,83	0,81
	Всего Обед	780	23,61	25,76	101,89	746				0,43	36,61			111,65	91 964	196,52	3,83	8 594
	Всего в		День	38,75	168,94	1 216				0,65	52,03			112,13	235,36	3,83	10 732	

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
									A (рет)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F			
			Б	Ж	У	6	7																
1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19					
	Завтрак																						
ДУ0204	Салат из капусты белокачанной с огурцом	60	0,8	4,33	2,05	50			0,01	21,24			17,73	5,71	10,97	0,22							
ДУ0190	Плов из курицы	180	14	18	39	366			0,08	0,68			29 124	46,53		2 601			20				
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	60	3		21	106			0,08				8,62	12,38		0,76							
ДУ0154	Напиток яблочно-лимонный	200	0,2	0,2	22,8	94			0,01	3,12			10,03	4,65		1,05							
	Всего Завтрак	500	18	22,53	84,85	616			0,18	25,04			65 504	69,27	10,97	4 631							
	Обед																						
ДУ0134	Салат из свежих помидор	60	0,6	3	29	43			0,03	10,14			9,52	8,87		0,43							
ДУ0135	Щи по-уральски (с крупой)	200	1,44	3,44	5,36	62			0,02	6			23,36	12,32		0,464							
0000088	Котлета рыбная из полуфабриката	90	17,28	8,39	9,92	186			0,1	0,16			44,64	38,39		0,9							
0000080	Соус томатно-овощной	30	0,36	1,38	2,04	23			0,01	0,82			1 758	2 688		0,12							
0000005	Картофельное пюре	200	4,3	5,9	23,8	187			0,16	13,84			47,47	37,87		1,38							
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53			0,04				4,31	6,19		0,38							
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60			0,05				8,7	12,6		1,08							
0000025	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113						0,45	0,26			0,04							
	Всего Обед	840	28,44	22,11	120,51	727			0,4	30,96			0,45	###	###	4 794							
	Всего в		День	44,64	205,36	1 343			0,58	56			0,45	###	###	10,97	9 425						

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)										на 2-ая неделя /Среды				
			Б	Ж	У		А	В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F							
																			(рст)						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	15	18	19	20								

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У	Б	Ж		У	А (рет)	В1	С	Д	К	Са	Мg	Р	Fe	I	Se	F		
1	2	3	4	5	6	7																	
ДУ0204	Завтрак																						
ДУ0190	Салат из капусты белокачанной с огурцом	60	0,8	4,33	2,05	50				0,01	21,24			17,73	5,71	10,97	0,22						
0000068	Плов из курицы	180	14	18	39	366				0,08	0,68			29 124	46,53		2 601						
ДУ0154	Хлеб пшеничный обогащенный	60	3	21	106					0,08				8,62	12,38		0,76						
ДУ0154	Напиток яблочно-лимонный	200	0,2	22,8	94					0,01	3,12			10,03	4,65		1,05						
Всего	Завтрак	500	18	22,53	84,85	616				0,18	25,04			65 504	69,27	10,97	4 631						
ДУ0134	Обед																						
ДУ0135	Салат из свежих помидор	60	0,6	3	29	43				0,03	10,14			9,52	8,87		0,43						
0000088	Щи по-уральски (с крупой)	200	1,44	3,44	5,36	62				0,02	6			23,36	12,32		0,464						
0000080	Котлета рыбная из полуфабриката	90	17,28	8,39	9,92	186				0,1	0,16			44,64	38,39		0,9						
0000005	Соус томатно-овощной	30	0,36	1,38	2,04	23				0,01	0,82			1 758	2 688		0,12						
0000068	Картофельное пюре	200	4,3	5,9	23,8	187				0,16	13,84			47,42	37,87		1,38						
0000072	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5	10,5	53					0,04				4,31	6,19		0,38						
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4	12	60					0,05				8,7	12,6		1,08						
0000025	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	27,89	113								0,45	0,26			0,04						
Всего	Обед	840	28,44	22,11	120,51	727				0,4	30,96			0,45	###	###	4 794						
Всего в			День	44,64	205,36	1 343				0,58	56			0,45	###	###	10,97	9 425					

Завтрак														
0000072	Солянка	200	9,44	13,44	9,68	198		0,01	2,41			17,43	12,12	0,87
0000039	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05				8,7	12,6	1,08
0000039	Чай с молоком	200	0,08	0,01	16,07	65			1,17			11,74	1,5	2,71
пром	Шангя наливная	75	4,7	4,3	28,2	175		0,06				9,94	6,53	0,54
	Всего Завтрак	505	16,62	17,75	65,95	498		0,12	3,58			11,74	32,75	2,71
0000059	Обед													
0000062	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6	6	82		0,02	22,90			25,9	10,34	0,35
0000062	Рассольник домашний	250	2,5	6,2	14,6	168	10	0,1	10,51			33,9	27,12	1,02
ДУ0143	Азу с мясом говядины и картофелем	150	12	14	20	291		0,17	24,33			22,9	40,8	2,55
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04				4,31	6,19	0,38
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05				8,7	12,6	1,08
0000028	Кисель плодово-ягодный	200	0,2		3,9	16		0,01	1,36			8,48	2,66	0,7
	Всего Обед	720	19,6	26,2	67	670	10	0,39	59,18			87,78	99,71	6,08
	Всего в день			43,95	132,95	1168	10	0,51	62,76			99,52	132,46	8,83

на 2-ая неделя/Четверг

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		А (рет)	В1	С	Д	К	Са	Мg	Р	Fe	І	Se	F		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20		
	Завтрак																			
0000173	Котлеты куриные из полуфабриката	90	13,5	19,3	13,9	286		0,06	0,35			19,8	20,43		1,61					
0000006	Каша молочная "Дружба"	200	6,16	8,43	32,54	233		0,12	0,52			124	36,08		0,78					
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04				4,31	6,19		0,38					
—00001	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35					0,48	0,26			0,03					
	Всего Завтрак	520	21,26	27,73	66,04	607		0,22	0,87		0,48	148,37	62,7		2,8					
	Обед																			
0000078	Винегрет	60	1	6	4	76		0,03	7,97			16,82	11,7		0,5					
ДУ0163	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,4	3,6	16,16	132		0,08	5,28			12,16	18,28		0,768			0,0297		
ДУ0177	Каша рисовая с филе курицы и овощами	200	11,6	24,73	31,23	403		0,07	3,73			21,93	41,85		1,89					
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04				4,31	6,19		0,38					
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05				8,7	12,6		1,08					
0000007	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	17,19	71		0,01	26,4			111,65	5,9	3,13	3,83					
	Всего Обед	720	21,05	34,47	91,58	795		0,28	43,38			111,65	69,82	93,75	3,83	5,428		0,0292		
	Всего в день			62,2	157,62	1,402		0,5	44,25			112,13	218,19	156,45	3,83	8,228		0,0292		

на 2-ая неделя/Пятница

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		А (ret)	В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F		
1	2	3	4	5	6		8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20		
ДУ0197 0000068	Завтрак Говядина тушеная с картофелем Хлеб пшеничный обогащенный	180 30	15,3	18,4	17,51	300		0,08	2,27			20,21	38,61		2,75					
			1,5	10,5	0,04			4,31	6,19			0,38								

[illegible]

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		А (рет)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se	F		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20			
	Завтрак																			
ДУ0142	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	4,98	6,57	14,71	137														
0000046	Сырники из творога со стуженным молоком	100/20	21,07	4,2	24,8	223		0,05	0,29		122,11		23,99	0,51						
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05			8,7		12,6	1,08						
0000025	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113					0,45		0,26	0,04						
	Всего Завтрак	550	29,01	10,77	79,4	533		0,1	0,29		0,45		36,59	1,63						
	Обед																			
0000059	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6	6	82		0,02	22,98		87,78		10,34	0,35						
0000011	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	4,02	9,04	25,9	120	8	0,07	5,37				19 008	0,864						
0000088	Котлета рыбная из полуфабриката	90	17,28	8,39	9,92	186		0,1	0,16				44,64	0,9						
0000080	Соус томатно-овощной	30	0,36	1,38	2,04	23		0,01	0,82				1 758	0,12						
0000005	Картофельное пюре	200	4,3	5,9	23,8	187		0,16	13,84				47,47	1,38						
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04			4,31		6,19	0,38						
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05			8,7		12,6	1,08						
0000007	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	17,19	71		0,01	26,4		111,65		3,13	0,81						
	Всего Обед	840	31,01	30,85	107,35	782	8	0,46	69,56		199,43		###	22,87	5 884					
	Всего в день			41,62	186,76	1 315	8	0,56	69,85		199,88		###	22,87	7 514					

[illegible]

[illegible]

на 3-ая неделя/Пятница																		
№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20	
ДЮ0193 0000074 0000068 0000077	Завтрак Гуляш из мяса птицы Макаронные изделия отварные с маслом Хлеб пшеничный обогащенный Кисель витаминизированный Плодово-ягодный	100	12,11	10,06	2,39	138		0,04	2,4		12,85		10,28	0,35				
		150	5,42	3,67	33,33	194		0,07			9,22	7,31		0,73				
		60	3		21	106		0,08			8,62	12,38		0,76				
		200			21,7	85		0,27	10									
		510	20,53	13,73	78,42	523		0,46	12,4		30,69	29,97		1,84				
ДЮ0172 0000087 0000173 0000083 0000020 0000072 0000068 --00001	Обед Салат из свежих огурцов Суп крестьянский с крутой со сметаной Котлеты куриные из полуфабриката Каша перловая рассыпчатая Соус томатный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный Хлеб пшеничный обогащенный Чай с сахаром	60	0,5	2,7	1,8	35		0,01	2,3		12,29	7,02		0,32				
		200	1,84	4,4	10,16	92	24	0,04	6,41		25 536	14 352		0,528				
		90	13,5	19,3	13,9	286		0,06	0,35		19,8	20,43		1,61				
		150	4,38	3,81	30,16	175		0,08	8,08		66 373	513 649		14 919				
		30	0,33	2,2	3,14	34		0,01	0,54		0,73	1,47		0,078				
		30	2,4		12	60		0,05			8,7	12,6		1,06				
		30	1,5		10,5	53		0,04			4,31	6,19		0,38				
		200	0,1		9,1	35					0,48	0,26		0,03				
		790	24,55	32,41	90,76	770	24	0,29	17,68		0,48	0,03		55 179				
		Всего в день		46,14	169,18	1 293	24	0,75	30,08		0,48	0,03		73 579				

продукты из мяса птицы

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ККАЛ	А (рет)	В1	С	Д	К	Са	Мg	Р	Fe	I	Se	F
0000068	Макароны изделия отварные с маслом	100	12,11	10,06	2,39	138		0,04	2,4				12,85	10,28				0,35
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	150	5,42	3,67	33,33	194		0,07					9,27	7,31				0,73
0000001	Чай с сахаром	30	1,5	10,5	10,5	53		0,04					4,31	6,19				0,38
0000007	Корж молочный	200	0,1	9,1	9,1	35		0,03	0,02				0,26					0,03
0000007	Компот из свежих яблок	50	3,25	5,33	30,75	113		0,18	2,42				11,8	4,75				0,39
0000034	Обед	530	22,38	19,06	86,07	533		0,4	28,14				111,65	3,13				1,88
0000064	Салат из моркови и яблок	60	1,08	4,08	10,08	80		0,02	1,26				11,484	13,86				0,474
0000013	Суп-лапша домашняя	200	2,08	1,68	9,28	63		0,02	0,48				10,06	5,8				0,33
0000075	Соуски отварные	60	5,88	14,94	0,48	160		0,01					13,84	7,03				0,95
0000068	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,5	5,26	35,64	220		0,25					13,95	132,02				4,52
0000072	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5	10,5	10,5	53		0,04					4,31	6,19				0,38
0000007	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4	12	12	60		0,05					8,7	12,6				1,08
0000007	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	17,19	71		0,01	26,4				5,9	3,13				0,81
0000007	Всего	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68,244	181,43	3,83	8,544	
0000007	Всего в	730	20,59	26,1	95,17	707		0,4	28,14				111,65	68				

Завтрак														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,52	5,33	8,65	90	8	0,04	6,36				32 568	18,32	0,864
Плов бухарский	150	3,93	14,38	42,7	302									
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05					8,7	12,6	1,08
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04					4,31	6,19	0,38
Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	111						0,45	0,26		0,04
Всего Завтрак	610	9,91	19,71	101,74	616	8	0,13	6,36			0,45	45 838	37,11	2 364
Обед														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6	6	82		0,02	22,98				25,9	10,34	0,35
Рассольник домашний	200	2	4,96	11,68	104	8	0,08	8,41				27,12	21 096	0,816
Плов из курицы	200	18,2	23,2	32,2	417		0,06	0,61				20	37,55	1,67
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04					4,31	6,19	0,38
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05					8,7	12,6	1,08
Кисель витаминизированный Плодово-ягодный	200			21,7	85		0,27	10						
Всего Обед	720	25,1	34,16	94,08	801	8	0,52	42			87,78	86,03	88 376	19,04
Всего в день			53,87	195,82	1 417	16	0,65	48,36			88,23	##	##	19,04

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)										на 4-ая неделя/Четверг
			Б	Ж	У	А (рет)		В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F				
																			4	5	6	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20					
	Завтрак																					
00000173	Котлеты куриные из полуфабриката	90	13,5	19,3	13,9	272		0,06	0,35		19,8		20,43	1,61								
00000033	Каша гречневая вязкая на молоке	200	7,94	8,21	35,13	196		0,18	0,52		30,12		98,41	3,09								
00000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04			4,31		6,19	0,38								
00000004	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	95	20	0,03	0,52		108,57		21,06	0,57								
	Всего Завтрак	520	26,24	30,61	73,13	616	20	0,31	1,39		162,8		146,09	5,65								
	Обед																					
00000078	Винегрет	60	1	6	4	76		0,03	7,97		16,82		11,7	0,5								
00000087	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,84	4,4	10,16	92	24	0,04	6,41		25 536		14 352	0,528								
00000173	Котлета говяжья из полуфабриката	90	10,72	7,12	10,98	194		0,1	14,88		18,92		23,87	0,92								
00000074	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,42	3,67	33,33	194		0,07			9,22		7,31	0,73								
00000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53		0,04			4,31		6,19	0,38								
00000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60		0,05			8,7		12,6	1,08								
00000038	Чай с лимоном	200	0,2		9,3	38			1,12		2,73		0,73	0,06								
	Всего Обед	760	23,08	21,19	90,27	707	24	0,33	30,38		86 236		76 752	4 198								
	Всего в	день	51,8	163,4		1 323	44	0,64	31,77		###		###	9 848								

№ ред.	Примен пище., наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)								на 4-ая неделя/Пятница	
			Б		Ж		У	А	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I		Se
			Б	Ж															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20		

Завтрак														
	Огурцы натуральные соленные (порциями)	30	0,24	0,06	0,54	4	0,01	1,5					0,18	
00000211	Запеканка картофельная с говяжьей	150	17,67	17,38	19,85	306	0,14	9,9					31 125	1 725
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53	0,04						0,38	
0000039	Чай с молоком	200	0,08	0,01	16,07	65		1,17	11,74				0,26	
0000071	Яблоко	100			10	47	0,03	10	278				2,2	
	Всего Завтрак	510	19,49	17,45	56,95	475	0,22	22,57	289,74	53,81	62,89	13,71	61 325	1 725
ДУ0157	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	60	1,5	3,5	3	51	0,02	20,22					0,5	
0000091	Суп Свекольник	200	2	3,6	12	142	0,05	3,98					1 112	
1000042	Рагу овощное с мясом птицы	200	18,98	20,04	18,51	330	0,14	17,74					3,34	
0000068	Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53	0,04						0,38	
0000072	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60	0,05						1,08	
--00001	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35			0,48	0,26			0,03	
	Всего Обед	720	26,48	27,14	65,11	671	0,3	41,94	0,48	0,26	0,03	6 442	6 442	
	Всего в		день	44,59	122,06	1 146	0,52	64,51	290,22	0,54	0,26	13,71	61 325	1 725
	Итого		858,62	933,06	3 379,9	25 747	11,53	859,4	2 009,6	3 887,9	3 473,	0,0876	0,0876	0,0876
	Среднее за период		42,93	46,65	169	1 287	0,58	42,97	0,03	0,03	0,03	93 374	0,0862	0,0044