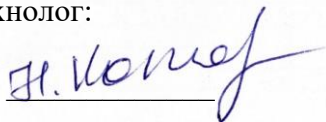


СОГЛАСОВАНО

МКУ «Центр по техническому
обслуживанию, капитальному
ремонту и безопасности
образовательных учреждений»
Главный технолог:

Котова Н.В.



МБДОУ «Детский сад № 36»
Заведующий

Макеева А.В.
Приказ МБДОУ
«Детский сад № 36»
от 27.01.2026 г. № 43/01-ОД



УТВЕРЖДАЮ

Примерное 10-дневное меню
для организации питания воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения "Детский сад № 36"
Шпаковского муниципального округа
в возрасте от 1,5 до 3 лет.

Меню составлено на основании:

- Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. Методические указания города Москвы», 2007 г.
- Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г.
- Сборника технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, 2013 г.
- Сборника технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, 2017 г.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, 2017 г.

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
День 1																				
200/2017	ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	150	4,74	5,41	25,67	170,22	0,00	0,11	0,14	0,98	0,00	0,62	98,85	6,35	11,79	17,54	0,00	0,00	0,06
		Вода	50,26/50,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,26	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05
		Крупа Рис	11,68/11,68	0,82	0,12	8,65	38,91	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	0,12	0,94	5,84	11,69	17,53	0,00	0,00	0,01
		Крупа пшено	14,61/14,61	1,68	0,48	9,72	49,97	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,39	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Молоко	75,39/75,39	2,19	2,41	3,54	45,23	0,00	0,03	0,11	0,98	0,00	0,08	90,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,38/0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло сливочное	3,9/3,9	0,05	2,40	0,07	22,07	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	3,71/3,71	0,00	0,00	3,70	14,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,11	0,00	0,11	0,00	0,00	0,00	
2/2011	ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,38	5,47	15,03	154,07	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,58	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Повидло	20,2/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,77	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
376/2017	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,03	
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			385	7,17	10,88	50,71	362,79	0	0,165	0,14	1,011	0	1,468	117,189	8,163	12,096	17,535	0	0	0,24
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сок	100/100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,41	0,08	13,1	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
82/2017	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	1,53	4,09	9,61	81,50	0,00	0,04	0,05	15,77	0,00	0,86	34,04	14,40	220,59	29,38	0,00	0,00	0,16
		Вода	144/144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,48	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Картофель	19,26/14,4	0,29	0,06	2,35	11,09	0,00	0,02	0,01	2,88	0,00	0,13	1,44	3,31	81,79	8,35	0,00	0,00	
		Лук репчатый	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,00	0,00	0,00	0,72	0,00	0,06	2,23	1,01	12,60	4,18	0,00	0,00	
		Свекла	36/28,8	0,43	0,03	2,53	12,10	0,00	0,01	0,01	2,88	0,00	0,40	10,66	6,34	82,94	12,38	0,00	0,01	
		Морковь	9/7,2	0,09	0,01	0,50	2,52	0,00	0,00	0,01	0,36	0,00	0,05	1,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сметана	3,6/3,6	0,10	0,36	0,14	4,28	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	3,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло растительное подсолнечное	3,6/3,6	0,00	3,60	0,00	32,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Томатная паста	5,4/5,4	0,26	0,00	1,03	5,35	0,00	0,01	0,01	2,43	0,00	0,12	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	1,8/1,8	0,00	0,00	1,80	6,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,05	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	
		Капуста белокачанная свежая	18/14,4	0,26	0,01	0,68	4,03	0,00	0,00	0,01	6,48	0,00	0,09	6,91	2,30	43,20	4,46	0,00	0,00	
312/2017	ОБЕД	Пюре картофельное	120	2,63	3,56	17,64	113,57	0,00	0,13	0,11	20,76	0,00	0,96	33,08	23,60	582,77	59,51	0,00	0,00	0,04
		Картофель	136,8/102,6	2,05	0,41	16,72	79,00	0,00	0,12	0,07	20,52	0,00	0,92	10,26	23,60	582,77	59,51	0,01	0,00	
		Молоко	18,96/18	0,52	0,58	0,85	10,80	0,00	0,01	0,03	0,23	0,00	0,02	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,46/0,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло сливочное	4,2/4,2	0,05	2,58	0,07	23,77	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
239/2017	ОБЕД	Тфтели рыбные (минтай) с соусом сметанным с томатом	110	5,18	7,67	9,88	127,54	0,00	0,06	0,04	1,18	0,00	0,34	21,70	1,35	16,84	5,58	0,00	0,00	0,00
		Лук репчатый	12,38/9,62	0,13	0,02	0,79	3,95	0,00	0,01	0,00	0,96	0,00	0,08	2,98	1,35	16,84	5,58	0,00	0,00	
		Минтай с/м	97,62/45,38	7,21	0,41	0,00	31,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло растительное подсолнечное	6,88/6,88	0,00	6,87	0,00	61,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Мука	5,5/5,5	0,57	0,06	3,80	18,37	0,00	0,02	0,02	0,03	0,00	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Молоко	13,75/13,75	0,40	0,44	0,65	8,25	0,00	0,01	0,02	0,18	0,00	0,01	16,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,49/0,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный	9,62/9,62	0,76	0,10	4,65	20,56	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,18	2,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Вода	30,94/30,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,39	0,31	0,00	0,00	0,00	0,03	
		Сметана	10,31/10,31	0,28	1,03	0,40	12,27	0,00	0,00	0,01	0,05	0,00	0,01	9,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Мука	3,09/3,09	0,32	0,03	2,13	10,33	0,00	0,01	0,01	0,02	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,41/0,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Томатная паста	4,12/4,12	0,20	0,00	0,78	4,08	0,00	0,01	0,01	1,86	0,00	0,10	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	
		Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60</						

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)												
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.					
		Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	4/140	5,08	4,60	0,28	62,80	0,10	0,03	0,18	0,00	0,88	1,00	22,00	4,80	56,00	76,81	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02
50/2013	ПОЛДНИК	Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	30	0,60	2,70	2,58	36,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Икра кабачковая	31,5/30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
358/2017	ПОЛДНИК	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	180	0,22	0,04	28,64	111,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	6,32	1,26	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	0,13
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,67	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
		Сок	54/54	0,22	0,04	7,07	29,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Крахмал	9/9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	21,6/21,6	0,00	0,00	21,56	81,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,65	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ПОЛДНИК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб Ожский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01
609/2013	ПОЛДНИК	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	0,50	10,00	6,50	45,00	34,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Печенье	50/50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	0,50	10,00	6,50	45,00	34,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			338	11,54	18,28	77,73	507,74	0,104	0,111	0,249	0,197	0,882	2,39	67,751	21,962	101,653	142,704	0,006	0,012	0,012	0,012	0,012	0,012	0,149	0,149
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1453	31,54	45,02	217,19	1410,06	0,104	0,575	0,595	38,913	0,882	7,237	296,423	80,7	934,38	286,1	0,006	0,012	0,012	0,012	0,012	0,012	0,149	0,149
День 2																									
181/2017	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	150	4,35	2,50	30,21	159,23	0,00	0,06	0,12	0,93	0,00	0,33	92,90	4,52	29,12	18,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,06
		Вода	53,56/53,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,41	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05
		Крупа манная	22,14/22,14	2,28	0,22	15,63	73,73	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	0,22	4,43	3,99	28,78	18,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко	71,43/71,43	2,07	2,29	3,36	42,86	0,00	0,03	0,11	0,93	0,00	0,07	85,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,26/0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	4,59/4,59	0,00	0,00	4,58	17,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,14	0,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,66/6,66	0,00	0,00	6,65	25,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
3/2017	ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	60	6,62	10,70	20,00	250,58	0,04	0,08	0,05	0,10	0,14	0,92	142,65	5,25	13,20	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сыр (сыр "Российский")	16/15	3,48	4,42	0,00	54,60	0,04	0,01	0,05	0,11	0,14	0,15	132,00	5,25	13,20	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,29	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	40/40	3,08	3,20	19,92	167,69	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,76	9,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
377/2017	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	180	0,13	0,00	10,22	40,88	0,00	0,00	0,00	2,83	0,00	0,32	12,80	2,66	11,72	1,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,18	0,18
		Вода	149,99/149,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Лимон	7,99/7	0,06	0,01	0,21	2,38	0,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,04	2,80	0,84	11,41	1,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			390	11,1	13,2	60,43	450,69	0,042	0,144	0,174	3,858	0,144	1,578	248,343	12,429	54,033	95,373	0	0	0	0	0	0	0,24	0,24
338/2017	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,01	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,4	0,4	9,8	47	0	0,03	0,02	10	0	2,2	16	9	278	11	0	0	0	0	0	0	0,01	0,01
102/2017	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (г)	180	3,87	4,05	14,17	108,90	0,00	0,05	0,04	8,37	0,00	0,45	13,93	10,55	217,08	25,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	0,14
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,67	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
		Картофель	48,06/36	0,72	0,14	5,87	27,72	0,00	0,04	0,03	7,20	0,00	0,32	3,60	8,28	204,48	20,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,00	0,00	0,00	0,72	0,00	0,06	2,23	1,01	12,60	4,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Горох	14,58/14,4	2,95	0,29	7,13	42,91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	11,34/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,00	0,01	0,01	0,45	0,00	0,06	2,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	3,6/3,6	0,00	3,60	0,00	32,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,08/1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лавровый лист	0,01/0,01	0,00	0,00	0,00																			

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)												
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.					
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
349/2017	ОБЕД	Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухофрукты	14,4/4,4	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			620	21,93	24,43	88,32	651,54	0	0,236	0,106	11,737	0	3,02	74,558	26,266	295,512	66,956	0	0	0	0	0	0	0,324	
223/2017	ПОЛДНИК	Запеканка из творога с соусом яблочным (н)	105	13,37	9,36	15,84	199,03	0,06	0,04	0,24	0,95	0,07	0,59	129,68	18,92	109,45	173,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	
		Крупа манная	5/5	0,51	0,05	3,53	16,64	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,05	1,00	0,90	6,50	4,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана	3,2/3,2	0,09	0,32	0,12	3,81	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	2,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Творог	75/73,6	12,29	6,62	1,47	114,31	0,06	0,03	0,22	0,37	0,00	0,29	120,71	16,93	82,44	161,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухари панировочные	3,2/3,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	3,2/3,2	0,04	1,97	0,05	18,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	3,2/3,2	0,41	0,37	0,02	5,03	0,01	0,00	0,01	0,00	0,07	0,08	1,76	0,38	4,48	6,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,4/6,4	0,00	0,00	6,39	24,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,19	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	20/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,90	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
		Лимонная кислота	0,03/0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яблоки	6,4/5,63	0,02	0,02	0,55	2,64	0,00	0,00	0,00	0,56	0,00	0,12	0,90	0,51	15,64	0,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Крахмал	0,75/0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	3,13/3,13	0,00	0,00	3,12	11,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,09	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		376/2017	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	149,99/149,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ПОЛДНИК	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,01	0,04	0,00	0,00	0,00	0,40	5,50	4,50	0,00	25,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Пряники	50/50	2,40	1,40	38,85	167,90	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,30	4,50	0,00	30,00	20,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	335	16,37	11,71	63,35	420,53	0,068	0,082	0,242	0,981	0,074	1,258	145,165	25,239	109,758	198,523	0	0	0	0	0	0	0,201	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1445	49,8	49,74	221,9	1569,76	0,11	0,492	0,542	26,576	0,218	8,056	484,066	72,934	737,303	371,852	0	0	0	0	0	0	0,775	
День 3																									
173/2017	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150	5,94	4,23	34,01	196,11	0,00	0,17	0,14	0,93	0,00	1,23	104,33	0,44	0,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	
		Вода	42,85/42,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,93	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	
		Молоко	71,43/71,43	2,07	2,29	3,36	42,86	0,00	0,03	0,11	0,93	0,00	0,07	85,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,26/0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Крупа "Геркулес"	31,43/31,43	3,87	1,95	19,42	110,62	0,00	0,14	0,03	0,00	0,00	1,13	16,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	4,59/4,59	0,00	0,00	4,58	17,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,14	0,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,66/6,66	0,00	0,00	6,65	25,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		1/2017	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом сливочным	40	2,44	8,55	15,11	182,36	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,60	9,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	10/10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,03	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,76	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Какао с молоком	180	3,92	3,98	15,46	112,61	0,00	0,05	0,16	1,42	0,00	0,81	139,75	13,57	45,67	19,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	
		Вода	79,99/79,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,60	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		Какао порошок	3,01/3,01	0,73	0,45	0,31	8,69	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,66	3,85	12,78	45,36	19,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Молоко	110/110	3,19	3,52	5,17	66,00	0,00	0,04	0,17	1,43	0,00	0,11	132,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	370	12,3	16,76	64,58	491,08	0	0,279	0,309	2,352	0	2,64	253,877	14,007	45,996	19,692	0	0	0	0	0	0	0	0,135
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00</																

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)								
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.	
342/2017	ЗАВТРАК 2	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	85,14	0,00	0,02	0,00	3,60	0,00	0,85	13,28	4,79	100,62	3,96	0,00	0,00	0,00	0,16
		Вода	155/155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,98	1,55	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яблоки	40,86/36	0,14	0,14	3,53	16,92	0,00	0,01	0,01	3,60	0,00	0,79	5,76	3,24	100,08	3,96	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			180	0,14	0,14	21,49	85,14	0	0,018	0	3,6	0	0,846	13,284	4,788	100,62	3,96	0	0	0	0,162
108/2017	ОБЕД	Суп картофельный с клецками	180	1,53	2,32	9,79	66,89	0,00	0,07	0,05	7,56	0,04	0,49	14,45	10,06	199,57	25,56	0,00	0,00	0,00	0,14
		Вода	135/135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,08	1,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Картофель	43,65/32,76	0,66	0,13	5,34	25,23	0,00	0,04	0,02	6,55	0,00	0,30	3,28	7,54	186,08	19,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	7,83/6,57	0,09	0,01	0,54	2,69	0,00	0,00	0,00	0,66	0,00	0,05	2,04	0,92	11,50	3,81	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	8,1/6,57	0,09	0,01	0,45	2,30	0,00	0,00	0,01	0,33	0,00	0,05	1,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	1,62/1,62	0,00	1,62	0,00	14,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,81/0,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	7,82/7,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Мука	4,99/4,99	0,51	0,05	3,44	16,67	0,00	0,02	0,02	0,03	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,15/0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	0,57/0,57	0,01	0,35	0,01	3,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	1,43/1,43	0,18	0,16	0,01	2,24	0,00	0,00	0,01	0,00	0,03	0,04	0,78	0,17	2,00	2,74	0,00	0,00	0,00	0,00
292/2017	ОБЕД	Птица, тушенная в соусе с овощами	210	23,06	28,92	24,15	452,47	0,00	0,21	0,15	20,29	0,00	1,87	47,59	18,59	422,08	48,72	0,00	0,00	0,00	0,08
		Картофель	93,81/69,99	1,40	0,28	11,41	53,89	0,00	0,08	0,05	14,00	0,00	0,63	7,00	16,10	397,56	40,60	0,00	0,00	0,00	0,02
		Лук репчатый	16,8/14,01	0,20	0,03	1,15	5,74	0,00	0,01	0,00	1,40	0,00	0,11	4,34	1,96	24,51	8,12	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	40,59/32,19	0,42	0,03	2,22	11,27	0,00	0,02	0,02	1,61	0,00	0,23	8,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	8,4/8,4	0,00	8,39	0,00	75,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,49/1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Горошек зеленый консервированный	11,19/6,99	1,61	0,08	3,73	21,17	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,66	8,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лавровый лист	0,01/0,01	0,00	0,00	0,01	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мясо птицы (цыпленок бройлер)	138,6/99,39	18,09	18,29	0,00	239,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	52,49/52,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,36	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05
		Сметана	17,5/17,5	0,47	1,75	0,68	20,82	0,00	0,01	0,02	0,09	0,00	0,02	15,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	5,25/5,25	0,54	0,06	3,62	17,53	0,00	0,02	0,02	0,03	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,7/0,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	7/7	0,34	0,00	1,33	6,93	0,00	0,01	0,01	3,15	0,00	0,16	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,00	0,01
349/2017	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,18
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухофрукты	14,4/45	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			610	27,67	31,7	72,46	681,28	0	0,358	0,201	27,846	0,036	3,569	84,698	39,865	622,077	105,68	0	0	0	0,426
276/2017	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4,46	6,11	36,74	220,94	0,00	0,16	0,18	0,25	0,02	0,57	4,26	0,31	1,84	2,17	0,00	0,00	0,00	0,02
		Вода	17,1/17,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,77	0,17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
		Дрожжи	0,24/0,24	0,03	0,01	0,02	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	38,4/38,4	3,96	0,41	26,50	128,26	0,00	0,15	0,15	0,23	0,00	0,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	2,1/2,1	0,22	0,02	1,45	7,01	0,00	0,01	0,01	0,01	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,37/0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	9/9	0,12	5,54	0,15	50,94	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,03	2,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	1,13/1,13	0,14	0,13	0,01	1,77	0,00	0,00	0,01	0,00	0,03	0,03	0,62	0,14	1,58	2,17	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,6/6,6	0,00	0,00	6,59															

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.		
376/2017	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			370	6,03	11,94	38,21	318,24	0	0,105	0,132	1,011	0	1,2	115,895	2,448	0,336	0	0	0	0	0	0,24
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сок	100/100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,41	0,08	13,1	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
82/2017	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	1,53	4,09	9,61	81,50	0,00	0,04	0,05	15,77	0,00	0,86	34,04	14,40	220,59	29,38	0,00	0,00	0,00	0,16	
		Вода	144/144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,48	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	
		Картофель	19,26/14,4	0,29	0,06	2,35	11,09	0,00	0,02	0,01	2,88	0,00	0,13	1,44	3,31	81,79	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Лук репчатый	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,00	0,00	0,00	0,72	0,00	0,06	2,23	1,01	12,60	4,18	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Свекла	36/28,8	0,43	0,03	2,53	12,10	0,00	0,01	0,01	2,88	0,00	0,40	10,66	6,34	82,94	12,38	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Морковь	9/7,2	0,09	0,01	0,50	2,52	0,00	0,00	0,01	0,36	0,00	0,05	1,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сметана	3,6/3,6	0,10	0,36	0,14	4,28	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	3,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло растительное подсолнечное	3,6/3,6	0,00	3,60	0,00	32,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Томатная паста	5,4/5,4	0,26	0,00	1,03	5,35	0,00	0,01	0,01	2,43	0,00	0,12	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	1,8/1,8	0,00	0,00	1,80	6,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,05	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Капуста белокачанная свежая	18/14,4	0,26	0,01	0,68	4,03	0,00	0,00	0,01	6,48	0,00	0,09	6,91	2,30	43,20	4,46	0,00	0,00	0,00	0,00	
240/2017	ОБЕД	Фрикадельки рыбные (минтай) с маслом	70	4,63	4,78	5,18	80,21	0,01	0,03	0,04	0,89	0,11	0,39	10,03	1,99	22,72	14,94	0,00	0,00	0,00	0,02	
		Вода	12,73/12,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,57	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Лук репчатый	11,45/8,91	0,12	0,02	0,73	3,65	0,00	0,00	0,00	0,89	0,00	0,07	2,76	1,25	15,59	5,17	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Минтай с/м	90,36/42	6,68	0,38	0,00	29,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,4/0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный	8,91/8,91	0,70	0,09	4,30	19,03	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,17	2,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло сливочное	6,36/6,36	0,08	3,91	0,11	36,01	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Яйцо	5,09/5,09	0,65	0,59	0,04	7,99	0,01	0,00	0,02	0,00	0,11	0,13	2,80	0,61	7,13	9,77	0,00	0,00	0,00	0,00	
312/2017	ОБЕД	Пюре картофельное	120	2,63	3,56	17,64	113,57	0,00	0,13	0,11	20,76	0,00	0,96	33,08	23,60	582,77	59,51	0,00	0,00	0,00	0,04	
		Картофель	136,8/102,6	2,05	0,41	16,72	79,00	0,00	0,12	0,07	20,52	0,00	0,92	10,26	23,60	582,77	59,51	0,01	0,00	0,00	0,03	
		Молоко	18,96/18	0,52	0,58	0,85	10,80	0,00	0,01	0,03	0,23	0,00	0,02	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,46/0,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло сливочное	4,2/4,2	0,05	2,58	0,07	23,77	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,00	0,01	
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
349/2017	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,18	
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сухофрукты	14,4/4,4	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			590	11,87	12,89	70,95	437,2	0,014	0,272	0,197	37,417	0,112	3,423	99,811	51,21	826,512	135,222	0	0	0	0,399	
209/2017	ПОЛДНИК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,10	0,03	0,18	0,00	0,88	1,00	22,00	4,80	56,00	76,80	0,01	0,01	0,01	0,02	
		Соль йодированная	4/4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Яйцо	41/40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,10	0,03	0,18	0,00	0,88	1,00	22,00	4,80	56,00	76,80	0,01	0,01	0,01	0,02	
50/2013	ПОЛДНИК	Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	30	0,60	2,70	2,58	36,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Икра кабачковая	31,5/30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
379/2017	ПОЛДНИК	Кофейный напиток с молоком	180	3,24	3,53	22,86	133,38	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,14	113,40	1,08	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	
		Вода	108/108	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,86	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	
		Молоко	90/90	2,61	2,88	4,23	54,00	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,09	108,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Кофейный напиток	4,5/4,5	0,63	0,65	0,68	11,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
г/п	ПОЛДНИК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6															

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)											
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.				
		Сахар-песок	3,75/3,75	0,00	0,00	3,74	14,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,11	0,00	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	7,5/7,5	0,00	0,00	7,48	28,42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,23	0,00	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2/2011	ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,38	5,47	15,03	154,07	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,58	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Повидло	20,2/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,77	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376/2017	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			385	8,89	9,61	57,03	382,34	0	0,105	0,155	1,341	0	0,988	139,644	2,028	0,636	0	0	0	0	0	0	0	0,195
338/2017	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,01	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,4	0,4	9,8	47	0	0,03	0,02	10	0	2,2	16	9	278	11	0	0	0	0	0	0	0,01
102/2017	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (г)	180	3,87	4,05	14,17	108,90	0,00	0,05	0,04	8,37	0,00	0,45	13,93	10,55	217,08	25,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,67	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
		Картофель	48,06/36	0,72	0,14	5,87	27,72	0,00	0,04	0,03	7,20	0,00	0,32	3,60	8,28	204,48	20,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,00	0,00	0,00	0,72	0,00	0,06	2,23	1,01	12,60	4,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Горох	14,58/14,4	2,95	0,29	7,13	42,91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	11,34/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,00	0,01	0,01	0,45	0,00	0,06	2,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	3,6/3,6	0,00	3,60	0,00	32,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,08/1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лавровый лист	0,01/0,01	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
294/2017	ОБЕД	Котлеты из птицы с маслом сливочным	70	10,02	16,19	6,39	210,46	0,00	0,03	0,03	0,22	0,00	0,25	23,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	3,81/3,81	0,00	3,81	0,00	34,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко	16,55/16,55	0,48	0,53	0,78	9,93	0,00	0,01	0,03	0,22	0,00	0,02	19,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	11,45/11,45	0,90	0,11	5,53	24,46	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,22	2,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухари панировочные	6,36/6,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,29	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мясо птицы (цыпленок бройлер)	98/47,09	8,57	8,66	0,00	113,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
132/2011	ОБЕД	Капуста тушеная	120	2,95	6,18	12,72	119,58	0,00	0,06	0,07	61,58	0,00	1,01	69,16	22,42	412,25	46,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	10,15/9,23	0,13	0,02	0,76	3,78	0,00	0,01	0,00	0,92	0,00	0,07	2,86	1,29	16,15	5,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	10,62/9,23	0,12	0,01	0,64	3,23	0,00	0,01	0,01	0,46	0,00	0,07	2,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	6/6	0,00	5,99	0,00	53,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	2,4/2,4	0,25	0,03	1,66	8,02	0,00	0,01	0,01	0,01	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,57/1,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	1,75/1,75	0,08	0,00	0,33	1,73	0,00	0,00	0,00	0,79	0,00	0,04	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	3,14/3,14	0,00	0,00	3,14	11,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,09	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Капуста белокачанная свежая	165,23/132	2,38	0,13	6,20	36,96	0,00	0,04	0,05	59,40	0,00	0,79	63,36	21,12	396,00	40,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	<				

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			330	17,74	13,26	61	430,65	0,075	0,08	0,24	0,416	0,07	1,13	142,95	24,528	93,906	197,31	0	0	0,18
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1405	46,95	50,15	199,63	1460,85	0,075	0,433	0,551	81,928	0,07	7,242	428,28	79,738	1002,302	311,038	0	0	0,721
День 8																				
181/2017	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	150	4,35	2,50	30,21	159,23	0,00	0,06	0,12	0,93	0,00	0,33	92,90	4,52	29,12	18,83	0,00	0,00	0,06
		Вода	53,56/53,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,41	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05
		Крупа манная	22,14/22,14	2,28	0,22	15,63	73,73	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	0,22	4,43	3,99	28,78	18,82	0,00	0,00	0,00
		Молоко	71,43/71,43	2,07	2,29	3,36	42,86	0,00	0,03	0,11	0,93	0,00	0,07	85,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,26/0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	4,59/4,59	0,00	0,00	4,58	17,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,14	0,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,66/6,66	0,00	0,00	6,65	25,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00
1/2017	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом сливочным	40	2,44	8,55	15,11	182,36	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,60	9,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	10/10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,03	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,76	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
379/2017	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,24	3,53	22,86	133,38	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,14	113,40	1,08	0,54	0,00	0,00	0,00	0,11
		Вода	108/108	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,86	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Молоко	90/90	2,61	2,88	4,23	54,00	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,09	108,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Кофейный напиток	4,5/4,5	0,63	0,65	0,68	11,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			370	10,03	14,58	68,18	474,97	0	0,156	0,276	2,1	0	1,074	216,095	5,595	29,655	18,825	0	0	0,168
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сок	100/100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,41	0,08	13,1	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
108/2017	ОБЕД	Суп картофельный с клецками	180	1,53	2,32	9,79	66,89	0,00	0,07	0,05	7,56	0,04	0,49	14,45	10,06	199,57	25,56	0,00	0,00	0,16
		Вода	135/135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,08	1,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14
		Картофель	43,65/32,76	0,66	0,13	5,34	25,23	0,00	0,04	0,02	6,55	0,00	0,30	3,28	7,54	186,08	19,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	7,83/6,57	0,09	0,01	0,54	2,69	0,00	0,00	0,00	0,66	0,00	0,05	2,04	0,92	11,50	3,81	0,00	0,00	0,00
		Морковь	8,1/6,57	0,09	0,01	0,45	2,30	0,00	0,00	0,01	0,33	0,00	0,05	1,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	1,62/1,62	0,00	1,62	0,00	14,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,81/0,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	7,82/7,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Мука	4,99/4,99	0,51	0,05	3,44	16,67	0,00	0,02	0,02	0,03	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль	0,15/0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	0,57/0,57	0,01	0,35	0,01	3,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	1,43/1,43	0,18	0,16	0,01	2,24	0,00	0,00	0,01	0,00	0,03	0,04	0,78	0,17	2,00	2,74	0,00	0,00	0,00
133/2017	ОБЕД	Плов из птицы	180	18,92	24,30	33,14	429,46	0,00	0,05	0,04	2,43	0,00	0,61	9,14	22,32	56,95	68,31	0,00	0,00	0,02
		Лук репчатый	9,9/8,37	0,12	0,02	0,69	3,43	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,07	2,60	1,17	14,65	4,86	0,00	0,00	0,00
		Крупа Рис	42,3/42,3	2,96	0,42	31,30	140,86	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	0,42	3,38	21,15	42,30	63,45	0,00	0,01	0,02
		Морковь	11,97/9,9	0,13	0,01	0,68	3,46	0,00	0,01	0,01	0,50	0,00	0,07	2,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	3,6/3,6	0,00	3,60	0,00	32,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	4,5/4,5	0,00	4,50	0,00	40,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,62/1,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	2,43/2,43	0,12	0,00	0,46	2,41	0,00	0,00	0,00	1,09	0,00	0,06	0,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мясо птицы (цыпленок бройлер)	120,96/85,68	15,59	15,77	0,00	206,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
17/2013	ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	20	0,32	2,00	1,02	23,51	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,02	0,62	0,28	3,50	1,16	0,00	0,00	0,00
		Лук репчатый	2,4/2	0,03	0,00	0,16	0,82	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,02	0,62	0,28	3,50	1,16	0,00	0,00	0,00
		Капуста квашеная	23,2/16,2	0,29	0,00	0,86	4,71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	2/2	0,00	2,00	0,00	17,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
342/2017	ОБЕД	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	85,14	0,00	0,02	0,00	3,60	0,00	0,85	13,28	4,79	100,62	3,96	0,00	0,00	0,16
		Вода	155/155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,98	1,55	0,00	0,01	0,00	0,00	0,16
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яблоки	40,86/36	0,14	0,14	3,53	16,92	0,00	0,01	0,01	3,60	0,00	0,79	5,76	3,24	100,08	3,96	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0												

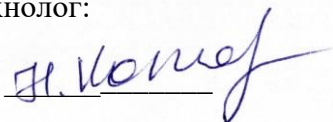
№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1350	46,43	55,53	224,14	1618,09	0,046	0,66	0,9	18,5	0,186	5,124	549,507	79,755	638,793	323,415	0,018	0	0,546
День 9																				
173/2017	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150	5,94	4,23	34,01	196,11	0,00	0,17	0,14	0,93	0,00	1,23	104,33	0,44	0,33	0,00	0,00	0,00	0,05
		Вода	42,85/42,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,93	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04
		Молоко	71,43/71,43	2,07	2,29	3,36	42,86	0,00	0,03	0,11	0,93	0,00	0,07	85,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,26/0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Крупа "Геркулес"	31,43/31,43	3,87	1,95	19,42	110,62	0,00	0,14	0,03	0,00	0,00	1,13	16,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	4,59/4,59	0,00	0,00	4,58	17,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,14	0,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,66/6,66	0,00	0,00	6,65	25,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00
3/2017	ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	60	6,62	10,70	20,00	250,58	0,04	0,08	0,05	0,10	0,14	0,92	142,65	5,25	13,20	75,00	0,00	0,00	0,00
		Сыр (сыр "Российский")	16/15	3,48	4,42	0,00	54,60	0,04	0,01	0,05	0,11	0,14	0,15	132,00	5,25	13,20	75,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,29	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	40/40	3,08	3,20	19,92	167,69	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,76	9,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
377/2017	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	180	0,13	0,00	10,22	40,88	0,00	0,00	0,00	2,83	0,00	0,32	12,80	2,66	11,72	1,55	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Лимон	7,99/7	0,06	0,01	0,21	2,38	0,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,04	2,80	0,84	11,41	1,54	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			390	12,69	14,93	64,23	487,57	0,042	0,249	0,189	3,858	0,144	2,478	259,773	8,349	25,248	76,548	0	0	0,225
338/2017	ЗАВТРАК 2	Флоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,01
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,01	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,01
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,4	0,4	9,8	47	0	0,03	0,02	10	0	2,2	16	9	278	11	0	0	0,01
101/2017	ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рис)	180	1,53	2,07	12,55	75,22	0,00	0,07	0,05	11,88	0,00	0,63	15,93	16,58	322,92	40,90	0,00	0,00	0,16
		Вода	135/135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,08	1,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14
		Картофель	72/54	1,08	0,22	8,80	41,58	0,00	0,07	0,04	10,80	0,00	0,49	5,40	12,42	306,72	31,32	0,00	0,00	0,02
		Лук репчатый	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,00	0,00	0,00	0,72	0,00	0,06	2,23	1,01	12,60	4,18	0,00	0,00	0,00
		Крупа Рис	3,6/3,6	0,25	0,04	2,66	11,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,29	1,80	3,60	5,40	0,00	0,00	0,00
		Морковь	9/7,2	0,09	0,01	0,50	2,52	0,00	0,00	0,01	0,36	0,00	0,05	1,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	1,8/1,8	0,00	1,80	0,00	16,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,17/1,17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
280/2017	ОБЕД	Фрикадельки с соусом сметанным	80	6,91	8,44	8,06	135,28	0,00	0,04	0,03	0,39	0,00	0,23	12,14	0,78	5,34	1,77	0,00	0,00	0,04
		Вода	8,38/8,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,38	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	3,81/3,05	0,04	0,01	0,25	1,25	0,00	0,00	0,00	0,31	0,00	0,02	0,95	0,43	5,33	1,77	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	3,81/3,81	0,00	3,80	0,00	34,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	3,81/3,81	0,39	0,04	2,63	12,72	0,00	0,02	0,02	0,02	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,36/0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Говядина	28,94/28,94	5,47	3,59	0,00	54,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	6,1/6,1	0,48	0,06	2,94	13,02	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,12	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	27,27/27,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,23	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Сметана	9,09/9,09	0,25	0,91	0,35	10,82	0,00	0,00	0,01	0,05	0,00	0,01	8,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	2,73/2,73	0,28	0,03	1,88	9,11	0,00	0,01	0,01	0,02	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,36/0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
203/2017	ОБЕД	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,62	3,70	28,19	164,26	0,00	0,07	0,04	0,00	0,00	0,86	11,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	4,62/4,62	0,06	2,84	0,08	26,15	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,33/1,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Макаронные изделия	40,38/40,38	4,56	0,85	28,11	138,11	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	0,85	9,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
70/2017	ОБЕД	Овощи натуральные соленые (помидоры)	30	0,34	0,03	1,05	6,00	0,00	0,01	0,01	3,15	0,00	0,24	3,00	4,50	78,00	10,50	0,00	0,00	0,00
		Помидоры соленые	33/30	0,33	0,03	0,48	3,90	15,00	0,01	0,01	3,00	0,00	0,27	4,20	6,00	87,00	7,80	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00
		Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,01
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	<	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.		
358/2017	ПОЛДНИК	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	180	0,22	0,04	28,64	111,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	6,32	1,26	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,67	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	
		Сок	54/54	0,22	0,04	7,07	29,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Крахмал	9/9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	21,6/21,6	0,00	0,00	21,56	81,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,65	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
г/п	ПОЛДНИК	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,01	0,04	0,00	0,00	0,00	0,40	5,50	4,50	0,00	25,00	0,00	0,00	0,00		
		Пряники	50/50	2,40	1,40	38,85	167,90	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,30	4,50	0,00	30,00	20,50	0,00	0,00	0,00		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			335	21,79	19,06	77,22	563,81	0,1	0,135	0,378	0,578	0,084	1,144	179,471	29,238	118,248	252,682	0	0	0	0,126	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1455	51,36	49,09	239,62	1641,06	0,142	0,68	0,715	29,858	0,228	9,002	519,996	79,667	828,184	424,794	0	0	0	0,743	
День 10																						
182/2017	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая с сахаром	150	3,62	2,50	30,97	159,23	0,00	0,05	0,12	0,93	0,00	0,33	90,24	11,61	22,47	33,21	0,00	0,00	0,06		
		Вода	53,56/53,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,41	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Крупа Рис	22,14/22,14	1,55	0,22	16,38	73,73	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	0,22	1,77	11,07	22,14	33,21	0,00	0,00	0,01		
		Молоко	71,43/71,43	2,07	2,29	3,36	42,86	0,00	0,03	0,11	0,93	0,00	0,07	85,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Соль йодированная	0,26/0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	4,59/4,59	0,00	0,00	4,58	17,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,14	0,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Сахар-песок	6,66/6,66	0,00	0,00	6,65	25,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00			
2/2011	ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,38	5,47	15,03	154,07	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,58	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Повидло	20,2/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,77	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
378/2017	ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	2,66	2,88	14,24	92,50	0,00	0,04	0,14	1,21	0,00	0,36	113,94	0,92	0,31	0,00	0,00	0,00	0,09		
		Вода	59,99/59,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,70	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06		
		Молоко	92/90	2,61	2,88	4,23	54,00	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,09	108,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03		
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			385	8,66	10,85	60,24	405,8	0	0,141	0,269	2,136	0	1,273	212,529	12,528	22,776	33,21	0	0	0,15		
342/2017	ЗАВТРАК 2	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	85,14	0,00	0,02	0,00	3,60	0,00	0,85	13,28	4,79	100,62	3,96	0,00	0,00	0,16		
		Вода	155/155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,98	1,55	0,00	0,01	0,00	0,00	0,16		
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Яблоки	40,86/36	0,14	0,14	3,53	16,92	0,00	0,01	0,01	3,60	0,00	0,79	5,76	3,24	100,08	3,96	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			180	0,14	0,14	21,49	85,14	0	0,018	0	3,6	0	0,846	13,284	4,788	100,62	3,96	0	0	0,162		
37/2007	ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	180	2,32	1,19	14,78	79,63	0,00	0,11	0,05	11,45	0,00	0,79	28,64	14,81	299,50	33,62	0,00	0,00	0,23		
		Вода	216/216	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,72	2,16	0,00	0,01	0,00	0,00	0,22		
		Картофель	72/50,4	1,01	0,20	8,22	38,81	0,00	0,06	0,04	10,08	0,00	0,45	5,04	11,59	286,27	29,23	0,00	0,00	0,02		
		Лук репчатый	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,10	0,00	0,00	0,00	0,76	0,00	0,06	2,34	1,06	13,23	4,39	0,00	0,00	0,00		
		Зелень (петрушка)	1,8/1,33	0,05	0,00	0,11	0,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Крупа пшено	7,2/7,2	0,83	0,24	4,79	24,62	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,19	1,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Морковь	14,4/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	0,00	0,01	0,01	0,58	0,00	0,08	3,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сметана	7,2/7,2	0,19	0,72	0,28	8,57	0,00	0,00	0,01	0,04	0,00	0,01	6,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Соль йодированная	0,63/0,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		289/2017	ОБЕД	Рагу из птицы	210	19,76	25,20	18,10	381,49	0,00	0,13	0,08	21,21	0,00	1,11	18,10	22,18	528,55	58,46	0,00	0,00	0,02
				Картофель	119,99/89,61	1,79	0,36	14,61	69,00	0,00	0,11	0,06	17,92	0,00	0,81	8,96	20,61	508,97	51,97	0,00	0,00	0,03
				Лук репчатый	13,4/11,19	0,16	0,02	0,92	4,59	0,00	0,01	0,00	1,12	0,00	0,09	3,47	1,57	19,59	6,49	0,00	0,00	0,00
				Морковь	23,5/19,01	0,25	0,02	1,31	6,65	0,00	0,01	0,01	0,95	0,00	0,13	5,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло растительное подсолнечное	2,39/2,39			0,00	2,39	0,00	21,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Масло растительное подсолнечное	4,89/4,89			0,00	4,89	0,00	43,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Мука	1,09/1,09			0,11	0,01	0,75	3,65	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Соль йодированная	1,81/1,81			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Томатная паста	2,71/2,71			0,13	0,00	0,51	2,68	0,00	0,00	0,01	1,22	0,00	0,06	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Мясо птицы (цыпленок бройлер)	134,4/95,19			17,33	17,52	0,00	229,42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
349/2017	ОБЕД			Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00	0,18		
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сухофрукты	14,4/4,5	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00		
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58																		

СОГЛАСОВАНО

МКУ «Центр по техническому обслуживанию, капитальному ремонту и безопасности образовательных учреждений»
Главный технолог:

Котова Н.В.



МБДОУ «Детский сад № 36»
Заведующий:

Макеева А.В.
Приказ МБДОУ
«Детский сад № 36»
от 27.01.2026 г. № 43/01-ОД



УТВЕРЖДАЮ

Примерное 10-дневное меню
для организации питания воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения "Детский сад № 36"
Шпаковского муниципального округа
в возрасте от 3 до 7 лет.

Меню составлено на основании:

- Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. Методические указания города Москвы, 2007 г.
- Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г.
- Сборника технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, 2013 г.
- Сборника технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, 2017 г.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, 2017 г.

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
День 1																				
200/2017	ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	180	5,69	6,50	30,80	204,26	0,00	0,13	0,16	1,17	0,00	0,74	118,62	7,61	14,15	21,04	0,00	0,00	0,07
		Вода	60,32/60,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,71	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06
		Крупа Рис	14,02/14,02	0,98	0,14	10,38	46,69	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	0,14	1,12	7,01	14,02	21,03	0,00	0,00	0,01
		Крупа пшено	17,53/17,53	2,02	0,58	11,66	59,96	0,00	0,07	0,01	0,00	0,00	0,47	4,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Молоко	90,47/90,47	2,62	2,89	4,25	54,28	0,00	0,04	0,14	1,18	0,00	0,09	108,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,45/0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	4,68/4,68	0,06	2,88	0,08	26,49	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	4,45/4,45	0,00	0,00	4,44	16,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,13	0,00	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00
2/2011	ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,38	5,47	15,03	154,07	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,58	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Повидло	20,2/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,77	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376/2017	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			415	8,12	11,97	55,84	396,83	0	0,186	0,167	1,206	0	1,591	136,959	9,432	14,454	21,042	0	0	0,252
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сок	100/100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,41	0,08	13,1	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
82/2017	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,70	4,54	10,68	90,56	0,00	0,04	0,06	17,52	0,00	0,96	37,82	16,00	245,10	32,64	0,00	0,00	0,18
		Вода	160/160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,20	1,60	0,00	0,01	0,00	0,00	0,16
		Картофель	21,4/16	0,32	0,06	2,61	12,32	0,00	0,02	0,01	3,20	0,00	0,14	1,60	3,68	90,88	9,28	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	9,6/8	0,11	0,02	0,66	3,28	0,00	0,00	0,00	0,80	0,00	0,06	2,48	1,12	14,00	4,64	0,00	0,00	0,00
		Свекла	40/32	0,48	0,03	2,82	13,44	0,00	0,01	0,01	3,20	0,00	0,45	11,84	7,04	92,16	13,76	0,00	0,00	0,01
		Морковь	10/8	0,10	0,01	0,55	2,80	0,00	0,01	0,01	0,40	0,00	0,06	2,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана	4/4	0,11	0,40	0,16	4,76	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	4/4	0,00	0,00	0,00	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	6/6	0,29	0,00	1,14	5,94	0,00	0,01	0,01	2,70	0,00	0,14	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	2/2	0,00	0,00	2,00	7,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,06	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00
		Капуста белокачанная свежая	20/16	0,29	0,02	0,75	4,48	0,00	0,01	0,01	7,20	0,00	0,10	7,68	2,56	48,00	4,96	0,00	0,00	0,00
312/2017	ОБЕД	Пюре картофельное	130	2,85	3,86	19,11	123,03	0,00	0,14	0,12	22,49	0,00	1,04	35,84	25,57	631,33	64,47	0,00	0,00	0,04
		Картофель	148,2/111,15	2,22	0,44	18,12	85,59	0,00	0,13	0,08	22,23	0,00	1,00	11,12	25,56	631,33	64,47	0,01	0,00	0,03
		Молоко	20,54/19,5	0,57	0,62	0,92	11,70	0,00	0,01	0,03	0,25	0,00	0,02	23,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,49/0,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	4,55/4,55	0,06	2,80	0,08	25,75	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
239/2017	ОБЕД	Тефтели рыбные (минтай) с соусом сметанным с томатом	110	5,18	7,67	9,88	127,54	0,00	0,06	0,04	1,18	0,00	0,34	21,70	1,35	16,84	5,58	0,00	0,00	0,00
		Лук	12,38/9,62	0,13	0,02	0,79	3,95	0,00	0,01	0,00	0,96	0,00	0,08	2,98	1,35	16,84	5,58	0,00	0,00	0,00
		Минтай с/м	97,62/45,38	7,21	0,41	0,00	31,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	6,88/6,88	0,00	6,87	0,00	61,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	5,5/5,5	0,57	0,06	3,80	18,37	0,00	0,02	0,02	0,03	0,00	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко	13,75/13,75	0,40	0,44	0,65	8,25	0,00	0,01	0,02	0,18	0,00	0,01	16,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,49/0,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	9,62/9,62	0,76	0,10	4,65	20,56	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,18	2,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	30,94/30,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,39	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Сметана	10,31/10,31	0,28	1,03	0,40	12,27	0,00	0,00	0,01	0,05	0,00	0,01	9,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	3,09/3,09	0,32	0,03	2,13	10,33	0,00	0,01	0,01	0,02	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,41/0,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	4,12/4,12	0,20	0,00	0,78	4,08	0,00	0,01	0,01	1,86	0,00	0,10	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20																	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)												
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.					
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
349/2017	ОБЕД	Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухофрукты	14,4/4,4	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			650	22,74	25,18	92,24	677,32	0	0,248	0,113	12,667	0	3,142	77,025	27,438	319,632	69,74	0	0	0	0	0	0	0,34	
223/2017	ПОЛДНИК	Запеканка из творога с соусом яблочным (н)	105	13,37	9,36	15,84	199,03	0,06	0,04	0,24	0,95	0,07	0,59	129,68	18,92	109,45	173,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	
		Крупа манная	5/5	0,51	0,05	3,53	16,64	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,05	1,00	0,90	6,50	4,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана	3,2/3,2	0,09	0,32	0,12	3,81	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	2,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Творог	75/73,6	12,29	6,62	1,47	114,31	0,06	0,03	0,22	0,37	0,00	0,29	120,71	16,93	82,44	161,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухари панировочные	3,2/3,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	3,2/3,2	0,04	1,97	0,05	18,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	3,2/3,2	0,41	0,37	0,02	5,03	0,01	0,00	0,01	0,00	0,07	0,08	1,76	0,38	4,48	6,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	6,4/6,4	0,00	0,00	6,39	24,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,19	0,00	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	20/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,90	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
		Лимонная кислота	0,03/0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яблоки	6,4/5,63	0,02	0,02	0,55	2,64	0,00	0,00	0,00	0,56	0,00	0,12	0,90	0,51	15,64	0,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Крахмал	0,75/0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	3,13/3,13	0,00	0,00	3,12	11,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,09	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		376/2017	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	149,99/149,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
г/п	ПОЛДНИК	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,01	0,04	0,00	0,00	0,00	0,40	5,50	4,50	0,00	25,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Пряники	50/50	2,40	1,40	38,85	167,90	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,30	4,50	0,00	30,00	20,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			335	16,37	11,71	63,35	420,53	0,068	0,082	0,242	0,981	0,074	1,258	145,165	25,239	109,758	198,523	0	0	0	0	0	0	0,201	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1505	51,48	51	231,86	1627,38	0,11	0,516	0,573	27,692	0,218	8,244	505,112	75,009	767,246	378,401	0	0	0	0	0	0	0,803	
День 3																									
173/2017	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	180	7,13	5,08	40,81	235,33	0,00	0,20	0,16	1,12	0,00	1,48	125,19	0,52	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	
		Вода	51,43/51,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,31	0,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Молоко	85,72/85,72	2,49	2,74	4,03	51,43	0,00	0,03	0,13	1,11	0,00	0,09	102,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,31/0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Крупа "Геркулес"	37,71/37,71	4,64	2,34	23,30	132,74	0,00	0,17	0,04	0,00	0,00	1,36	19,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	5,51/5,51	0,00	0,00	5,50	20,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,17	0,00	0,17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	7,99/7,99	0,00	0,00	7,98	30,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,24	0,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1/2017	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом сливочным	40	2,44	8,55	15,11	182,36	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,60	9,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло сливочное	10/10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,03	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,76	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
382/2017	ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,92	3,98	15,46	112,61	0,00	0,05	0,16	1,42	0,00	0,81	139,75	13,57	45,67	19,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	
		Вода	79,99/79,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,60	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		Какао порошок	3,01/3,01	0,73	0,45	0,31	8,69	0,00	0,00	0,01	0,00	0,66	3,85	12,78	45,36	19,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Молоко	110/110	3,19	3,52	5,17	66,00	0,00	0,04	0,17	1,43	0,00	0,11	132,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			400	13,49	17,61	71,38	530,3	0	0,312	0,336	2,538	0	2,886	274,742	14,094	46,062	19,692	0	0	0	0	0	0	0,144	
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0																					

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)										
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.			
376/2017	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			400	6,74	12,62	40,83	337,72	0	0,114	0,156	1,206	0	1,266	135,116	2,574	0,342	0	0	0	0	0	0	0,252
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сок	100/100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,41	0,08	13,1	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
82/2017	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,70	4,54	10,68	90,56	0,00	0,04	0,06	17,52	0,00	0,96	37,82	16,00	245,10	32,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	
		Вода	160/160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,20	1,60	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16	
		Картофель	21,4/16	0,32	0,06	2,61	12,32	0,00	0,02	0,01	3,20	0,00	0,14	1,60	3,68	90,88	9,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Лук репчатый	9,6/8	0,11	0,02	0,66	3,28	0,00	0,00	0,00	0,80	0,00	0,06	2,48	1,12	14,00	4,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Свекла	40/32	0,48	0,03	2,82	13,44	0,00	0,01	0,01	3,20	0,00	0,45	11,84	7,04	92,16	13,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Морковь	10/8	0,10	0,01	0,55	2,80	0,00	0,01	0,01	0,40	0,00	0,06	2,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сметана	4/4	0,11	0,40	0,16	4,76	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло растительное подсолнечное	4/4	0,00	4,00	0,00	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Томатная паста	6/6	0,29	0,00	1,14	5,94	0,00	0,01	0,01	2,70	0,00	0,14	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Сахар-песок	2/2	0,00	0,00	2,00	7,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,06	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Капуста белокачанная свежая	20/16	0,29	0,02	0,75	4,48	0,00	0,01	0,01	7,20	0,00	0,10	7,68	2,56	48,00	4,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
240/2017	ОБЕД	Фрикадельки рыбные (минтай) с маслом	70	4,63	4,78	5,18	80,21	0,01	0,03	0,04	0,89	0,11	0,39	10,03	1,99	22,72	14,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	
		Вода	12,73/12,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,57	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	
		Лук репчатый	11,45/8,91	0,12	0,02	0,73	3,65	0,00	0,00	0,00	0,89	0,00	0,07	2,76	1,25	15,59	5,17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Минтай с/м	90,36/42	6,68	0,38	0,00	29,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Соль йодированная	0,4/0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный	8,91/8,91	0,70	0,09	4,30	19,03	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,17	2,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Масло сливочное	6,36/6,36	0,08	3,91	0,11	36,01	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Яйцо	5,09/5,09	0,65	0,59	0,04	7,99	0,01	0,00	0,02	0,00	0,11	0,13	2,80	0,61	7,13	9,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
312/2017	ОБЕД	Пюре картофельное	130	2,85	3,66	19,11	123,03	0,00	0,14	0,12	22,49	0,00	1,04	35,84	25,57	631,33	64,47	0,00	0,00	0,00	0,04		
		Картофель	148,2/111,15	2,22	0,44	18,12	85,59	0,00	0,13	0,08	22,23	0,00	1,00	11,12	25,56	631,33	64,47	0,01	0,00	0,00	0,03		
		Молоко	20,54/19,5	0,57	0,62	0,92	11,70	0,00	0,01	0,03	0,25	0,00	0,02	23,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Соль йодированная	0,49/0,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Масло сливочное	4,55/4,55	0,06	2,80	0,08	25,75	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	1,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	9,40	9,40	0,00	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Хлеб Окский	20/20	1,54	0,28	7,54	40,20	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,90	6,60	11,40	48,80	38,80	0,00	0,00	0,00	0,01		
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
349/2017	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18		
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,18		
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сухофрукты	14,4/4,4	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			620	12,26	13,64	73,49	455,72	0,014	0,287	0,212	40,899	0,112	3,599	106,35	54,777	899,586	143,445	0	0	0	0,42		
209/2017	ПОЛДНИК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,10	0,03	0,18	0,00	0,88	1,00	22,00	4,80	56,00	76,80	0,01	0,01	0,01	0,02		
		Соль йодированная	4/4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Яйцо	41/40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,10	0,03	0,18	0,00	0,88	1,00	22,00	4,80	56,00	76,80	0,01	0,01	0,01	0,02		
50/2013	ПОЛДНИК	Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	30	0,60	2,70	2,58	36,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Икра кабачковая	31,5/30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
379/2017	ПОЛДНИК	Кофейный напиток с молоком	180	3,24	3,53	22,86	133,38	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,14	113,40	1,08	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11		
		Вода	108/108	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,86	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11		
		Молоко	90/90	2,61	2,88	4,23	54,00	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,09	108,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Кофейный напиток	4,5/4,5	0,63	0,65	0,68	11,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	18/18	0,00																			

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)												
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.					
		Сахар-песок	4,5/4,5	0,00	0,00	4,49	17,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,14	0,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	9/9	0,00	0,00	8,98	34,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,27	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2/2011	ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,38	5,47	15,03	154,07	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,58	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Повидло	20,2/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,77	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376/2017	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	10,01	38,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,27	9,99	1,82	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	149,99/149,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			415	10,19	10,44	63,43	420,29	0	0,114	0,185	1,602	0	1,015	163,905	2,07	0,702	0	0	0	0	0	0	0	0	0,198
338/2017	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,01	0,03	0,02	10,00	0,00	2,20	16,00	9,00	278,00	11,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,4	0,4	9,8	47	0	0,03	0,02	10	0	2,2	16	9	278	11	0	0	0	0	0	0	0	0,01
102/2017	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (г)	200	4,30	4,50	15,74	121,00	0,00	0,06	0,04	9,30	0,00	0,50	15,48	11,72	241,20	27,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16
		Вода	140/140	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,30	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14
		Картофель	53,4/40	0,80	0,16	6,52	30,80	0,00	0,05	0,03	8,00	0,00	0,36	4,00	9,20	227,20	23,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	9,6/8	0,11	0,02	0,66	3,28	0,00	0,00	0,00	0,80	0,00	0,06	2,48	1,12	14,00	4,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Горох	16,2/16	3,28	0,32	7,92	47,68	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	12,6/10	0,13	0,01	0,69	3,50	0,00	0,01	0,01	0,50	0,00	0,07	2,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	4/4	0,00	4,00	0,00	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,2/1,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лавровый лист	0,01/0,01	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
294/2017	ОБЕД	Котлеты из птицы с маслом сливочным	70	10,02	16,19	6,39	210,46	0,00	0,03	0,03	0,22	0,00	0,25	23,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	3,81/3,81	0,00	3,81	0,00	34,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко	16,55/16,55	0,48	0,53	0,78	9,93	0,00	0,01	0,03	0,22	0,00	0,02	19,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	11,45/11,45	0,90	0,11	5,53	24,46	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,22	2,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сухари панировочные	6,36/6,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,29	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мясо птицы (цыпленок бройлер)	98/47,09	8,57	8,66	0,00	113,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
132/2011	ОБЕД	Капуста тушеная	130	3,20	6,70	13,78	129,55	0,00	0,07	0,08	66,72	0,00	1,09	74,92	24,28	446,60	50,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Лук	11/10	0,14	0,02	0,82	4,10	0,00	0,01	0,00	1,00	0,00	0,08	3,10	1,40	17,50	5,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Морковь	11,51/10	0,13	0,01	0,69	3,50	0,00	0,01	0,01	0,50	0,00	0,07	2,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	6,5/6,5	0,00	6,49	0,00	58,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мука	2,6/2,6	0,27	0,03	1,79	8,68	0,00	0,01	0,01	0,02	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	1,9/1,9	0,09	0,00	0,36	1,88	0,00	0,00	0,00	0,85	0,00	0,04	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	3,41/3,41	0,00	0,00	3,40	12,91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,10	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Капуста белокачанная свежая	179/143	2,57	0,14	6,72	40,04	0,00	0,04	0,06	64,35	0,00	0,86	68,64	22,88	429,00	44,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00														

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			330	17,74	13,26	61	430,65	0,075	0,08	0,24	0,416	0,07	1,13	142,95	24,528	93,906	197,31	0	0	0,18
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1465	48,93	51,95	208,66	1520,87	0,075	0,453	0,591	88,251	0,07	7,403	459,852	82,82	1060,842	317,678	0	0	0,741
День 8																				
181/2017	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	180	5,22	3,01	36,25	191,07	0,00	0,07	0,14	1,12	0,00	0,40	111,47	5,42	34,94	22,59	0,00	0,00	0,07
		Вода	64,28/64,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,89	0,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06
		Крупа манная	26,57/26,57	2,74	0,27	18,76	88,47	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,27	5,31	4,78	34,54	22,58	0,00	0,00	0,01
		Молоко	85,72/85,72	2,49	2,74	4,03	51,43	0,00	0,03	0,13	1,11	0,00	0,09	102,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,31/0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	5,51/5,51	0,00	0,00	5,50	20,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,17	0,00	0,17	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	7,99/7,99	0,00	0,00	7,98	30,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,24	0,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
1/2017	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом сливочным	40	2,44	8,55	15,11	182,36	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,60	9,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	10/10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,03	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,76	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
379/2017	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,24	3,53	22,86	133,38	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,14	113,40	1,08	0,54	0,00	0,00	0,00	0,11
		Вода	108/108	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,86	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Молоко	90/90	2,61	2,88	4,23	54,00	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,09	108,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Кофейный напиток	4,5/4,5	0,63	0,65	0,68	11,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			400	10,9	15,09	74,22	506,81	0	0,168	0,3	2,286	0	1,14	234,674	6,498	35,478	22,59	0	0	0,18
г/п	ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый (в ассортименте)	100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сок	100/100	0,41	0,08	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,41	0,08	13,1	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
108/2017	ОБЕД	Суп картофельный с клецками	200	1,70	2,58	10,88	74,32	0,00	0,08	0,06	8,40	0,04	0,54	16,06	11,18	221,74	28,40	0,00	0,00	0,18
		Вода	150/150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
		Картофель	48,5/36,4	0,73	0,15	5,93	28,03	0,00	0,04	0,03	7,28	0,00	0,33	3,64	8,37	206,75	21,11	0,00	0,00	0,01
		Лук репчатый	8,7/7,3	0,10	0,01	0,60	2,99	0,00	0,00	0,00	0,73	0,00	0,06	2,26	1,02	12,78	4,23	0,00	0,00	0,00
		Морковь	9/7,3	0,09	0,01	0,50	2,56	0,00	0,00	0,01	0,37	0,00	0,05	1,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	1,8/1,8	0,00	1,80	0,00	16,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль	0,9/0,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Вода	8,69/8,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,39	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Мука	5,54/5,54	0,57	0,06	3,83	18,52	0,00	0,02	0,02	0,03	0,00	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	0,16/0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	0,63/0,63	0,01	0,39	0,01	3,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яйцо	1,58/1,58	0,20	0,18	0,01	2,49	0,00	0,00	0,01	0,00	0,04	0,04	0,87	0,19	2,22	3,04	0,00	0,00	0,00
133/2017	ОБЕД	Плов из птицы	200	21,02	27,00	36,82	477,18	0,00	0,06	0,04	2,70	0,00	0,68	10,16	24,80	63,28	75,90	0,00	0,00	0,02
		Лук репчатый	11/9,3	0,13	0,02	0,76	3,81	0,00	0,01	0,00	0,93	0,00	0,07	2,88	1,30	16,28	5,39	0,00	0,00	0,00
		Крупа Рис	47/47	3,29	0,47	34,78	156,51	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,47	3,76	23,50	47,00	70,50	0,00	0,01	0,02
		Морковь	13,3/11	0,14	0,01	0,76	3,85	0,00	0,01	0,01	0,55	0,00	0,08	2,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	4/4	0,00	4,00	0,00	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	5/5	0,00	5,00	0,00	44,95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Соль йодированная	1,8/1,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Томатная паста	2,7/2,7	0,13	0,00	0,51	2,67	0,00	0,00	0,01	1,22	0,00	0,06	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Мясо птицы (цыпленок бройлер)	134,4/95,2	17,33	17,52	0,00	229,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
17/2013	ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	20	0,32	2,00	1,02	23,51	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,02	0,62	0,28	3,50	1,16	0,00	0,00	0,00
		Лук репчатый	2,4/2	0,03	0,00	0,16	0,82	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,02	0,62	0,28	3,50	1,16	0,00	0,00	0,00
		Капуста квашеная	23,2/16,2	0,29	0,00	0,86	4,71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло растительное подсолнечное	2/2	0,00	2,00	0,00	17,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
342/2017	ОБЕД	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	85,14	0,00	0,02	0,00	3,60	0,00	0,85	13,28	4,79	100,62	3,96	0,00	0,00	0,16
		Вода	155/155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,98	1,55	0,00	0,01	0,00	0,00	0,16
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Яблоки	40,86/36	0,14	0,14	3,53	16,92	0,00	0,01	0,01	3,60	0,00	0,79	5,76	3,24	100,08	3,96	0,00	0,00	0,00
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00										

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (брутто/нетто)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
				Б	Ж	У		А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Д, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.		
358/2017	ПОЛДНИК	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	180	0,22	0,04	28,64	111,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	6,32	1,26	0,65	0,00	0,00	0,00	0,13		
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,67	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13		
		Сок	54/54	0,22	0,04	7,07	29,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Крахмал	9/9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	21,6/21,6	0,00	0,00	21,56	81,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,65	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00		
г/п	ПОЛДНИК	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,01	0,04	0,00	0,00	0,40	5,50	4,50	0,00	25,00	0,00	0,00	0,00			
		Пряники	50/50	2,40	1,40	38,85	167,90	0,00	0,04	0,02	0,00	0,30	4,50	0,00	30,00	20,50	0,00	0,00	0,00			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			335	21,79	19,06	77,22	563,81	0,1	0,135	0,378	0,578	0,084	1,144	179,471	29,238	118,248	252,682	0	0	0,126		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1515	53,1	50,47	250,16	1702,32	0,142	0,727	0,751	31,364	0,228	9,39	543,55	81,596	864,13	429,338	0	0	0,77		
День 10																						
182/2017	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая с сахаром	180	4,34	3,01	37,17	191,07	0,00	0,05	0,14	1,12	0,00	0,40	108,29	13,93	26,96	39,85	0,00	0,00	0,07		
		Вода	64,28/64,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,89	0,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06		
		Крупа Рис	26,57/26,57	1,86	0,27	19,66	88,47	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	0,27	2,13	13,28	26,57	39,85	0,00	0,00	0,01		
		Молоко	85,72/85,72	2,49	2,74	4,03	51,43	0,00	0,03	0,13	1,11	0,00	0,09	102,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Соль йодированная	0,31/0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Сахар-песок	5,51/5,51	0,00	0,00	5,50	20,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,17	0,00	0,17	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Сахар-песок	7,99/7,99	0,00	0,00	7,98	30,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,24	0,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00			
2/2011	ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,38	5,47	15,03	154,07	0,00	0,06	0,01	0,00	0,00	0,58	8,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,30	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Повидло	20,2/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Хлеб пшеничный йодированный	30/30	2,31	2,40	14,94	125,77	0,00	0,06	0,00	0,00	0,57	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
378/2017	ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	2,66	2,88	14,24	92,50	0,00	0,04	0,14	1,21	0,00	0,36	113,94	0,92	0,31	0,00	0,00	0,09			
		Вода	59,99/59,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,70	0,60	0,00	0,00	0,00	0,06			
		Молоко	92/90	2,61	2,88	4,23	54,00	0,00	0,04	0,14	1,17	0,00	0,09	108,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Сахар-песок	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	37,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00			
		Вода	32,41/32,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46	0,32	0,00	0,00	0,00	0,03			
		Чай	0,3/0,3	0,06	0,00	0,01	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	0,25	1,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			415	9,38	11,36	66,44	437,64	0	0,15	0,293	2,322	0	1,339	230,577	14,85	27,27	39,852	0	0	0,162		
342/2017	ЗАВТРАК 2	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	85,14	0,00	0,02	0,00	3,60	0,00	0,85	13,28	4,79	100,62	3,96	0,00	0,00	0,16		
		Вода	155/155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,98	1,55	0,00	0,01	0,00	0,00			
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Яблоки	40,86/36	0,14	0,14	3,53	16,92	0,00	0,01	0,01	3,60	0,00	0,79	5,76	3,24	100,08	3,96	0,00	0,00			
		Сахар-песок	18/18	0,00	0,00	17,96	68,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,54	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			180	0,14	0,14	21,49	85,14	0	0,018	0	3,6	0	0,846	13,284	4,788	100,62	3,96	0	0	0,162		
37/2007	ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	200	2,58	1,32	16,42	88,48	0,00	0,12	0,06	12,72	0,00	0,88	31,82	16,46	332,78	37,36	0,00	0,00	0,26		
		Вода	240/240	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	2,40	0,00	0,01	0,00	0,00			
		Картофель	80/56	1,12	0,22	9,13	43,12	0,00	0,07	0,04	11,20	0,00	0,50	5,60	12,88	318,08	32,48	0,00	0,00			
		Лук репчатый	10/8,4	0,12	0,02	0,69	3,44	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,07	2,60	1,18	14,70	4,87	0,00	0,00			
		Зелень (петрушка)	2/1,48	0,05	0,00	0,12	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Крупа пшено	8/8	0,92	0,26	5,32	27,36	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,22	2,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Морковь	16/12,8	0,17	0,01	0,88	4,48	0,00	0,01	0,01	0,64	0,00	0,09	3,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Сметана	8/8	0,22	0,80	0,31	9,52	0,00	0,00	0,01	0,04	0,00	0,01	7,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Соль йодированная	0,7/0,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		289/2017	ОБЕД	Рагу из птицы	210	19,76	25,20	18,10	381,49	0,00	0,13	0,08	21,21	0,00	1,11	18,10	22,18	528,55	58,46	0,00	0,00	0,02
				Картофель	119,99/89,61	1,79	0,36	14,61	69,00	0,00	0,11	0,06	17,92	0,00	0,81	8,96	20,61	508,97	51,97	0,00	0,00	
Лук репчатый	13,4/11,19			0,16	0,02	0,92	4,59	0,00	0,01	0,00	1,12	0,00	0,09	3,47	1,57	19,59	6,49	0,00	0,00			
Морковь	23,5/19,01			0,25	0,02	1,31	6,65	0,00	0,01	0,01	0,95	0,00	0,13	5,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Масло растительное подсолнечное	2,39/2,39			0,00	2,39	0,00	21,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Масло растительное подсолнечное	4,89/4,89			0,00	4,89	0,00	43,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Мука	1,09/1,09			0,11	0,01	0,75	3,65	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Соль йодированная	1,81/1,81			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Томатная паста	2,71/2,71			0,13	0,00	0,51	2,68	0,00	0,00	0,01	1,22	0,00	0,06	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Мясо птицы (цыпленок бройлер)	134,4/95,19			17,33	17,52	0,00	229,42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
349/2017	ОБЕД			Компот из смеси сухофруктов (с)	180	0,14	0,00	20,90	79,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	8,66	1,82	0,43	0,00	0,00	0,00	0,18
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,22	1,83	0,00	0,01	0,00	0,00			
		Лимонная кислота	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Сухофрукты	14,4/4,5	0,14	0,00	6,52	25,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Сахар-песок	14,4/14,4	0,00	0,00	14,37	54,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,43	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00			
г/п	ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,00	0,04	0,00	0,00	0,38	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
г/п	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60	0,00	0,04	0,0												

