## МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 38» ГОРОДА ВОТКИНСКА УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

(наименование организации)

Номер документа	Дата составления
84-oc	15.05.2023

### ПРИКАЗ (распоряжение) Об утверждении основного (организованного) меню

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

- 1. Утвердить основное (организованное) меню с 01.06.2023 года
  - 1-3 года весенне-летний период
  - 3-7 лет весенне-летний период
- 2. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий:

Ю.А. Севастьянова

Утверждено приказом заведующего МБДОУ детского сада №38 84-ос от 15 мая 2023 года

### ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(3-7 лет весенне-летний период) (1-3 года весенне-летний период)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «МБДОУ детский сад №38» города Воткинска Удмуртской Республики

# 3-7 лет (весенне-летний период)

							ден	ь 1											
89	выход	пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-												5	
наименование блюда	блюда	белки	жиры	угле-	тическая	гической						Ca,	Ρ,	Mg,	Fe,	K,	l,	Se,	F,
				воды	ценность	карты	вит. С		вит. В2	вит. А	вит. D	ка льций	фосфор	ма гний	железо	калий	йод	селен	фтор
-				ř			38BT	рак											
каша гречневая вязкая	130	3,97	3,51	17,36	118,30	№3/4	Ç.	0,117	0,0052	16,432	0,455	9,503	36,426	25,22	0,806	66,651	12	į.	Ją.
омлет натуральный	100	7,85	9,06	3,21	124,93	<b>№</b> 77	0,18	0,04	0,03	220	5,139	100,82	51,5	14,4	1,32	35,8	0,015	0,017	0,93
плоды свежне (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	32	20,8	14,3	11,7	1,56	120	8	12	23
чай с сахаром	200	0,14	=	6,14	24,00	№286	0,06		0,006	0,32	14	0,18	5,28	2,82	0,02	15,88	-	Ų-	-27
итого за завтрак	560	12,48	13,09	39,45	324,43	18%	13,240	0,196	0,067	243,252	5,594	131,303	107,506	54,140	3,706	118,331	0,015	0,017	0,930
						<u>.</u>	второй	3 <b>9</b> BTD 8	IK										
Кефир	145	4.35	3,625	5,8	82,65	№435	1,45	0,058	0,1015	31,9	- 0	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17		- 04	0,029
нтого за второй завтрак	7.00	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,029
P				-,		******													
			1				<u>00</u>	ед								is .			_
суп картофельный с клецками	200	2,88	2,28	15,36	93,60	№92	9,6	0,1	0,16	31,84	0,056	20	62,4	25,6	0,96	100,84	0,004	12	0,03
голубцы ленивые	200	11,04	11,30	35,32	273,76	№298	25,04	0,1	0,18	40	1,402	75	221,38	25,12	2,04	156,12	0,008	0,004	1,26
соус томатный	50	0,54	1,87	3,47	32,80	№462	0,78	0,005	0,005	33,75	0,0325	2,25	8	4,15	0,185	9,425	r	15	0,0005
компот из смеси	200	0,50	5-	27,00	70,00	№527	1,5	-	0,002	25	6-	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18		6-	-0
сухофруктов хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701		0,0468	0,0104			8,32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,0091
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	į.	0,081	0,009	-	1-	15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	-	-	27
того за обед	721	18,63	16,25	115,84	621,71	35%	36,920	0,333	0,366	130,590	1,491	124,470	343,110	72,824	4,428	290,658	0,013	0,004	1,300
						VILIO	тненнь	лй пол	лник										
рыба тушеная с овощами	135	12,04	6,87	17,21	218,70	<b>№</b> 247	4,374	0,081	0,108	90,7875	13,6404	45,063	215,6625	35,937	0,7965	113,4	0,02025	0,0189	1,27305
картофель отварной	130	2,48	3,74	19,94	123,37	№318	18,2	0,13	0,078	13	2,08	12,688	69,095	25,415	1,001	128,297	0,0065	0,0013	0,039
какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	№397	1,58	0,06	0,06	20	Ç4	152,22	52,56	11,34	0,48	36,34	v	Ç4	0,04
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175			12,25	12,25	7	1,4	21			- 11
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	Çi.	0,045	0,01	74	74	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,00875
того за упл. полдник	665	21,46	14,58	86,63	594,95	33%	31,154	0,491	0,431	123,788	15,720	230,221	369,068	87,267	3,978	302,362	0,027	0,020	1,361

							день	. 2											
	выход	пище	евые веще	ества	энерге-	№ техноло-					17	v .							
наименование блюда	блюда	белки	жиры	угле-	тическая ценность	гической карты		P4	80			Ca,	P,	Mg	Fe,	Κ,	I,	Se,	F.
				воды	денность	шрты			вит. В2	вит. А	вит. О	кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
			1		7		завтр	ar.		I	i i	8					1	1	T
каша ячневая молочная	200 50 000	506000000	1750a (+ 5000b)	920000 AUG	20.00 (PM % - 2004) (PM	175a6d76d20haW5ha	*00***0	25.50	.comede-	10.16.50	349250.04	Charles Section 1.	SEUSEFULIE	31.000.00	20707475	20.7%			-0.20V9554
с маслом сливочным	200	6,00	5,30	30,70	195,00	№14/4	0,42	0,1	0,12	35,6	0,052	116,18	110,4	31,2	0,72	90	2501	*	0,016
кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395	1,3	0,04	0,02	20	23	125,78	90	14	0,14	34, 34	120	9	0,04
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	*0	0,045	0,01	-		8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087
масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,27	№703	2)	0,0007	0,0084	28	0,378	1,68	2,1	12	0,014	0,7	120		127
сыр (порциями)	13	3,02	3,84	-	46,80	№7	0,091	0,0052	0,0039	33,8	0,7748	114,4	65	4,55	0,13	7,54	150	8	188
итого за завтрак	445	14,21	17,14	61,33	447,94	25%	1,811	0,191	0,162	117,400	1,205	366,040	287,000	57,325	1,304	135,905	0,001	0,000	0,065
						P.T.	noë n	автр ак											
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	Nº435	1,45	0,058	0,1015	31,9	23	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	838	0	0,029
итого за второй завтрак	400000	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,0115	21,170	0,000	0,000	0,029
nroro su propon subrpui	1.0	1,55	5,05	5,00	02,03	570	.,			,	-,					,	,,,,,,	.,	,,,,,
							<u>обе</u> д	ī											
													Ì						Ì
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,90	6,78	67,80	№67	14,78	0,04	0,04	27,92	**	34,66	38,1	17,8	0,64	71,74	6#7	-	0,014
со сметаной	17	0,44	2,55	0,61	27,54	№488	0,068	0,0051	0,017	18,19	0,1649	14,96	10,37	1,53	0,034	6,12	351		351
co emercia		0,11	2,33	0,01	2,,51	312100													
Птица тушеная	80	9,41	8,62	2,35	124,50	№301	0,008	0,168	0,064	32	0,072	24,848	31,648	9,752	0,728	48,2	0,024		0,528
макаронные изделия отварные	150	5,66	0,68	29,04	159,90	№33	0,015	0,06	0,015	30,375	0,885	5,7	46, 395	38,76	0,78	19,755	0,0015	٥	0,12
салат из свеклы	60	0,85	4,13	5,02	56,34	№33	5,7	0,012	0,024	1,14	10	21,09	24,582	12,54	0,798	32,16	0,0042	*	0,114
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	-5	27,00	70,00	№527	1,5	50	0,002	25	50	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	850	8	020
хлеб пшеничный	27	2,13	0,27	15,74	63,45	№701	22	0,0486	0,0108	. 3	70	8,64	21,06	8,181	0,324	3,591	0,00054	0,00027	0,0094
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	- 10	0,081	0,009	-		15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	(8)		380
итого за обед	779	22,01	20,69	106,07	659,98	37%	22,071	0,415	0,182	134,625	1,122	128,798	203,205	98,639	4,235	202,381	0,030	0,000	0,785
						уплоть	енныі	i nanni	гине										
						<u></u>		1.002,4			Ī			Î		ĺ	Î		1
сырники из творога	175	20,48	16,63	53,03	414,75	№6/5	0,315	0,0875	0, 3675	70,175	1,365	237,86	153,58	23,485	1,0325	146,09	0,00175	0,0035	0,0875
с повидлом	30	0,12	2	19,50	75,00	б/н	0,15	0,003	0,006	- 2	El	4,2	2,7	21	0,39	11,7	100	9	120
морковь припущенная	80	1,02	2,30	8,08	45,56	№336	3,216	0,04	0, 1576	168	0,344	24,656	41,808	11,336	0,048	31,192	(4)	v	(4)
чай с сахаром	200	0,14	73	6,14	24,00	№286	0,06	28	0,006	0,32	28	0,18	5,28	2,82	0,02	15,88	828	٥	820
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	23	0,045	0,01	2	20	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087
итого за упл. полдник	510	23,73	19,18	101,32	618,06	34%	3,741	0,176	0,547	238,495	1,709	274,896	222,868	47,316	1,791	208,187	0,002	0,004	0,0007
		,_,_	,	,												-			1

							день	3											
		пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-										v c			
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая	гической	50000	10000	20000	159	202.00	Ca,	Ρ,	Mg,	Fe,	Κ,	ij.	Se,	F,
		~~~~~		воды	ценность	карты	вит. С <b>завтр</b> а	***	вит. В2	вит. А	вит. D	кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
			ľ			1	346 1 74	<u></u>								8			1
каша молочная																			
кукурузная жидкая	150	4,65	5,60	27,75	180,00	№271	0,975	0,06	0,075	43, 275	0,495	95,55	26,325	19,5	0,9	52,725	1.5	3	0,15
яйца варенные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№213	595	0,032	0,18	100	2,48	22	76,8	4,8	0,2	8	0,008	0,0128	0,62
кофейный напиток с																			
молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395	1,3	0,04	0,02	20	58	125,78	90	14	0,14	34,34	15	3	0,04
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	0.70	0,045	0,01		- 50	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087
масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88	№703	860	0,0008	0,0096	32	0,432	1,92	2,4		0,016	0,8	84	-	200
итого за завтрак	423	14,93	18,93	58,67	455,75	25%	2,275	0,178	0,295	195,275	3,407	253,250	215,025	45,875	1,556	99,190	0,009	0,013	0,819
							рой за												
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	№435	1,45	0,058	0,1015	31,9	-11	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	10	-	0,029
итого за второй завтрак	145	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0, 102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,0
							об ед												
			Ī	Î			0004												
•																			
суп картофельный с	200	2,00	2,24	13,60	82,26	№80	6,6	0,08	0,04	17,8	28	20,72	69,88	21,2	0,8	84,58	82	2	0,028
крупой																			
		0.16		0.50		11.100													
со сметаной	16	0,42	2,40	0,58	25,92	№488	0,064	0,0048	0,016	17,12	0,1552	14,08	9,76	1,44	0,032	5,76	- 12	2	127
биточки	80	7,59	7,97	15,75	173,00	№289	0,168	0,064	0,128	16	0,392	31	80,704	10,096	0,64	71,904	0,0504	0,0016	0,424
		120020					0.7520	212120	nunarous			100000000000000000000000000000000000000	- Norwinson	101112000	444,7972	1000000	1000000		21000
свекла тушеная	130	2,12	3,90	10,62	89,10	<b>№</b> 59	1,651	0,026	0,052	2,678	- 11	44,486	53,352	24, 323	1,846	87,971	0,0091	7.	0,312
компот из смеси	AF GOODS	.50000000		**********	USAN WARRANG				40 A DO TO			viv0000270	UMe-Not	110 TENERO (110 TE	norman at	0.0000			
сухофруктов	200	0,50	(1 <b>2</b> )	27,00	70,00	№527	1,5	090	0,002	25	¥9	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	- 65	*	595
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	2),	20,8	14,3	11,7	1,56	8	12	2	120
хлеб пшеничный	12	0,95	0,12	7,00	28,20	№701	153	0,0216	0,0048	-	į ti	3,84	9,36	3,636	0,144	1,596	0,00024	0,00012	0,0042
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	250	0,081	0,009	- 5	a.	15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	54	9	250
итого за обед	813	15,72	17,69	106,82	616,13	34%	22,983	0,316	0,278	85,098	0,547	153,826	268,406	82,471	5,953	272,626	0,060	0,002	0,768
			F			уплотн	енный	полдн	нис	1		1		ŀ	1			1	1
пирожки печеные из	100	C 00	1.00	60.57	205.71	35 17 0/10	0.17	0.06	0.07	0.01	0.010	21 22	(( 00	12.0	1.02	26.70	0.000	0.005	0.014
дрожжевого теста с	100	6,00	4,86	60,57	305,71	№17-2/12	0,17	0,06	0,06	8,81	0,018	31,23	66,02	12,9	1,26	35,79	0,003	0,005	0,016
повидлом																			
3			ž			2													
суп молочный с	125	2.45	2.42	11.25	00.25	30.04	0.4004	0.0105	0.0100	27	0.0454	107 004	63.3055	16 5655	0.170	65.51.55	0.000*	0.00~	0.000-
крупой пшенной	135	3,25	3,43	11,37	89,37	№94	0,6075	0,0135	0,0135	27	0,0176	107, 204	52,2855	15,5655	0,162	65,5155	0,0081	0,0027	0,0229
<u> </u>			ë			2 3													
чай с сахаром	200	0,14	-	6,14	24,00	№286	0,06	080	0,006	0,32	*0	0,18	5,28	2,82	0,02	15,88			880
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175		-0	12,25	12,25	7	1,4	21	8-	-	896
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	120	0,045	0,01	- 1	- 13	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087
						58	10												0.040
итого за упл. полдник	635	12,24	8,71	109,98	553,08	31%	7,838	0,294	0,265	36, 130	0,036	158,864	155,336	45,861	3,142	141,511	0,012	0,008	0,048

							день	4											
		пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-													
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая	гической						Ca,	Ρ,	Mg	Fe,	Κ,	li.	Se,	F,
10.00	оглода	OCHAN	жиры	воды	ценность	карты	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D	кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
			ь	F.	<b>&gt;</b>		завтра	ш	p.	F .	1						le c		
каша пшенная																			
молочная жидкая с	180	6,50	8,01	28,33	212,51	№189	1,17	0,144	0,171	54	0,0756	127,746	50,454	23,814	0,522	76,626	550	2	0,027
маслом сливочным																			
кисель молочный	200	14,42	3,72	30,24	91,40	№256	1,44	0,06	0,1	36	1000	206	69,2	21,44	0,08	34,46	195	4.	0,15
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	- 2	0,045	0,01	180	989	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,00875
масло сливочное	6	0,05	4,35	0,08	39,66	№703	- 1	0,0006	0,0072	24	0,324	1,44	1,8	8	0,012	0,6	880	- 5	2 <del>3</del> 6
сыр (порциями)	13	3,02	3,84	-	46,80	№7	0,091	0,0052	0,0039	33,8	0,7748	114,4	65	4,55	0,13	7,54	\$20	- 3	528
нтого за завтрак	424	25,96	20,17	73,23	449,12	25%	2,701	0,255	0,292	147,800	1,174	457,586	205,954	57,379	1,044	122,551	0,001	0,000	0,186
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	Nº435	<b>рой за</b> 1,45	0,058	0,1015	31,9	(190)	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	(50)	9	0,029
того за второй завтрак	400,000,000	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,0145	21,170	0,000	0,000	0,029
	110	1,00	5,05	2,00	02,00	270			3.340.0 RG										
							<u>обед</u>												
суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	13,72	83,80	№82	6,6	0,08	0,04	17,8	3.	19,68	53,32	21,6	0,86	85,06	550	æ	0,022
фрикадельки из мяса говядины припущенные	80	8,10	12,80	14,00	188,00	№22/8	0,112	0,032	0,032	4,632	0,3136	28,632	61,456	10,048	Q 656	64,736	0,072	0,0008	0,448
капуста тушеная	135	2,82	5,01	12,95	108,00	№132	22,491	0,0405	0,054	32,13	200	76,5045	57,8745	28,62	1,0935	92,34	0,00405	0,00135	0,0189
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	1.E.S	27,00	70,00	№527	1,5	ş	0,002	25	(1 <del>1</del> 0	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	170	3	872
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	1.50	20,8	14,3	11,7	1,56	10	150		150
хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	8,75	35,25	№701	- 5	0,027	0,006	(20)	10201	4,8	11,7	4,545	0,18	1,995	0,0003	0,00015	0,0052:
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	2	0,081	0,009	187	150	15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	100	2	172
итого за обед	805	16,90	21,30	108,68	632,70	35%	43,703	0,300	0,169	86,062	0,314	169,317	229,701	86,589	5,281	264,946	0,076	0,002	0,494
						уплотн	енный	полдн	ик										
рыба запченная в омлете	100	11,71	4,82	8,21	157,20	№249	1,02	0,08	0,2	70	9,719	53,88	129,62	14,88	1,09	77,62	0,062	0,007	0,745
картофель тушеный	130	2,86	7,97	19,67	163,80	№142	10,751	0,117	0,091	49,205	0,299	21,008	65,767	16,471	1,248	120,042	0,0065	0,0013	0,403
какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	№397	1,58	0,06	0,06	20	450	152,22	52,56	11,34	0,48	36,34	850	2	0,04
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	N <u>º</u> 442	7	0,175	0,175	1120	920	12,25	12,25	7	1,4	21	180	2	120
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	g.	0,045	0,01	970	959	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087:
того за упл. полдник	630	21,50	16,75	77,36	573,88	32%	20,351	0,477	0,536	139, 205	10,018	247,358	279,697	57,266	4,518	258,327	0,069	0,009	1,197

							день	. 5											
		пищ	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-			1								· ·		
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	пической карты	рит С	рит Р1	вит. В2	вит. А	рит П	Са, кальций	Р, фосфор	Мg, матний	Fe, железо	К, калий	l, йод	Se, селен	F, фтор
				100000000	2000/2007/2014/2014/2014	20 kg. • 1 4354×	завтр		BPII. DZ	Bril. A	BVII. D	Кальции	φυτφυρ	INI THIN	ME/IESU	Калии	нод	LEZIEN	φιο
каша геркулесовая жидкая	200	6,58	9,68	24,38	210,32	№189	1,3	0,12	0,08	60	0,84	150,96	188,38	24,9	2,58	94,7	589k	9	0,34
чай с молоком и сахаром	200	1,46	1,06	8,26	48,00	<b>№28</b> 7	0,26	0,02	0,06	11,14	ā	52,26	49,56	6	0,06	7,7	0,004		0,1
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701	-	0,0468	0,0104	12		8, 32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88	№703	-	0,0008	0,0096	32	0,432	1,92	2,4	-	0,016	0,8	255		100
того за завтрак	434	10,16	16,80	47,90	372,30	21%	1,560	0,188	0,160	103,140	1,272	213,460	260,620	38,778	2,968	106,658	0,005	0,000	0,44
2002/200	F 52 523 1		T	I ******* 1			орой з			r.			E		2.		r ===		ES.
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	№435	1,45	0,058	0,1015	31,9	-	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	191	-	0,02
того завторой завтрак	145	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,1
							обе	1											
суп гороховый	200	4,10	4,28	12,92	146,60	№81	4,66	0,12	0,06	21,52		40,22	110,38	10,64	0,54	117,22	0,004	×	0,18
запеканка картофельная с отварным мясом	180	9,88	15,03	31,10	273,49	№95	7,83	0,126	0,198	90	1,1034	64,656	106,326	20,646	1,764	161,37	0,162	0,0054	0,162
соус томатный	50	0,54	1,87	3,47	32,80	№462	0,78	0,005	0,005	33,75	0,0325	2, 25	8	4, 15	0,185	9,425	S/E/S	9	0,000
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	2	27,00	70,00	N <u>º</u> 527	1,5		0,002	25		3, 15	4,95	2,426	0,076	16,18	2040		740
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	12	0,045	0,01	14	¥	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,008
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	8	0,081	0,009	10	0	15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	1000	0	626
того за обед	700	18,62	21,97	108,60	672,09	37%	14,770	0,377	0,284	170,270	1,136	134,026	275,256	53,087	3,720	312,155	0,167	0,006	0,35
						уплоті	HOMEN TO	i nom	TITO .										
			1			<u>yıbıdı</u>	Пенны	1 110314	<u>max</u>			ï		7	f			Î	
сдоба обыкновенная	100	5,83	6,50	74,00	313,33	№8/12	0,17	0,1	0,08	13,71	0,57	49,87	33,43	16,73	0,93	48,28	0,005	0,006	0,24
пюре из моркови	150	2,10	5,90	13,31	117,00	№340	4,005	0,075	0,135	316,5	0,915	48	88,005	25,005	0,555	105,015	beû	0,0015	558
молоко кипяченное	180	5,47	4,88	9,07	102,01	№400	2,466	0,072	0,108	36	9	226,8	98,1	26,496	0,09	41,904	0,009	0,0036	0,16
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701		0,0468	0,0104	15	6	8,32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
того за упл. полдник	456	15,46	17,53	111,54	593,44	33%	6,641	0, 294	0,333	366,210	1,485	332,990	239,815	76, 109	1,887	198,657	0,015	0,011	0,41

							дені	<b>.</b> 6											
наименование блюда	выход блюда	пищ белки	евые веще	угле-	энерге- тическая	№ техноло- пической			\$535 Transmi		Dogram acros	Ca,	Ρ,	Mg	Fe,	K,	l,	Se,	F,
	3/3/	221503.034	0.0000000000000000000000000000000000000	воды	ценность	карты		вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D	кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
				1			3abt]	<u>ak</u>		I		l	I	ı		I	I		
каша гречневая вязкая	150	4,58	4,05	20,03	136,50	№3/4	-	0,135	0,006	18,96	0,525	10,965	42,03	29,1	0,93	76,905	-8	-	568
омлет натуральный	120	9,42	10,87	3,85	149,92	№77	0,216	0,048	0,036	264	6,1668	120,984	61,8	17,28	1,584	42,96	0,018	0,0204	1,116
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	- 64	20,8	14,3	11,7	1,56	740	+3	-	290
чай с сахаром	200	0,14	100	6,14	24,00	.№286	0,06	×	0,006	0,32	- (*	0,18	5,28	2,82	0,02	15,88	-0		(14)
итого за завтрак	600	14,66	15,44	42,76	367,62	20%	13,276	0,222	0,074	289,780	6,692	152,929	123,410	60,900	4,094	135,745	0,018	0,020	1,116
						DT	กทกษัว	автра	e e										
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	№435	1,45	0,058	0,1015	31,9	182	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	28		0,029
итого за второй завтрак	200000000	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,029
							<u>066</u>	<u>u</u>			1								
борщ с капустой и картофелем	200	1,46	3,92	10,20	82,00	№57	8,24	0,04	0,04	39,6	82	35,5	42,58	21	0,96	91,32	0,004	Ç	0,03
со сметаной	17	0,44	2,55	0,61	27,54	№488	0,068	0,0051	0,017	18,19	0,1649	14,96	10,37	1,53	0,034	6,12	T.6	5	658
гуляш из отварного мяса говядины	80	7,11	8,15	10,62	157,00	№277	0,552	0,024	0,072	8	0,3232	18,6	81,848	9,4	0,792	69,4	0,0448	×	0,632
рис отварной с овощами	130	2,93	4,37	22,06	163,41	N <u>º</u> 58	1,729	0,026	0,078	31,59	0,689	5,59	53,755	19,812	0,546	49,569		٠	0,234
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	8.0	27,00	70,00	№527	1,5	*	0,002	25	in	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	-6	*	1563
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701		0,0468	0,0104		19	8,32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,0091
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	*	0,081	0,009	×	- 64	15,75	26,1	7,65	0,855	20,25	¥3	×	7.48
итого за обед	698	16,11	19,79	105,19	651,50	36%	12,089	0,223	0,228	122,380	1,177	101,870	239,883	69,696	3,575	256,297	0,049	0,000	0,905
						уплот	ненны	й полд	ник										
рыба тушеная в томате с овощами	100	10,10	7,60	3,30	145,00	№374	3,24	0,06	0,08	67,25	10,104	33,38	159,75	26,62	0,59	64	0,015	0,014	0,943
картофель отварной	135	2,58	3,89	20,71	128,12	№318	18,9	0,135	0,081	13,5	2,16	13,176	71,7525	26,3925	1,0395	133,2315	0,00675	0,00135	0,0405
кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395	1,3	0,04	0,02	20	ŝŧ	125,78	90	14	0,14	34,34	=0	ē	0,04
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175	9	82	12,25	12,25	7	1,4	21	28	*	620
хлеб пшеничный	26	0,94	0,31	11,28	52,26	№700	-	0,0468	0,0052	- 0	. 35	9,1	15,08	4,42	0,494	2,678		- [	1925
с повидлом	25	0,10	14.66	16,25	62,50	б/н 210/	0,125	0,0025	0,005	100.750	12,264	3,5	2,25	1,75 80,183	0,325	9,75	0,022	0,015	1,024
итого за упл. полдник	661	17,75	14,66	84,83	564,25	31%	30,565	0,459	0,366	100,750	12,204	197,186	351,083	00,183	3,989	265,000	0,022	0,010	1,024
итого за шест	ой день	52,87	53,51	238,57	1666,01		57,380	0,962	0,770	544,810	20,133	634,685	827,476	226,004	11,672	678,212	0,089	0,036	3,074

							день	7											
	D. W	пищ	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-													
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	гической карты	DUT C	DUT 01	nur DO	DUT A	nur D	Ca,	D	Mg	Fe,	К,	Į,	Se,	F.
				Бода	0.0000000000000000000000000000000000000	New Assessment	завтр:		вит. В2	вин. А	вин, О	кальции	Р, фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
		1	ľ	1	ľ		3		9	l					1		1		
аша рисовая молочная	160	4,03	6,53	22,35	164,61	№189	1,04	0,048	0,1328	48	0,416	110,784	61,744	23,808	1,04	60,88	850	9	0,272
жидкая с маслом сливочным	100	4,03	0,55	22,33	104,01	712107	.,,	4010	9,1340	- 100	5,110	110,101	••,,,,,,	2,000				9	3,211
какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	№397	1,58	0,06	0,06	20	5	152,22	52,56	11,34	0,48	36,34	450		0,04
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	0	0,045	0,01	10	0	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0081
масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88	№703	-	0,0008	0,0096	32	0,432	1,92	2,4	6-	0,016	0,8	888	- 8	200
сыр (порциями)	13	3,02	3,84	-	46,80	№7	0,091	0,0052	0,0039	33,8	0,7748	114,4	65	4,55	0,13	7,54	320		(50)
нтого за завтрак	406	13,17	19,95	54,61	441,92	25%	2,711	0,159	0,216	133,800	1,623	387,324	201, 204	47,273	1,966	108,885	0,001	0,000	0,32
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	Nº435	1,45	Q 058	0,1015	31,9		182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	141		0,029
нтого за второй завтрак	10/1000	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450		0,102	520			113,100						
		,	-,					.,	-,,,,,		-,	,	11,,111	,		2.3.1.1		-,	
							обед	L											
GREETER ZEPRONG ZONOSTONIO DECENTA (ACC																			
суп крестьянский с	200	1,90	4,60	9,30	86,00	№43	4,8	0,02	0,02	22,72	×	20,68	39,5	10,08	0,36	70,76	191	8	0,016
крупой перловой																			
со сметаной	15	0,39	2,25	0,54	24,30	№488	0,06	0,0045	0,015	16,05	0,1455	13,2	9,15	1,35	0,03	5,4	150		120
4			1.1.0	4.05	100.00	30010						40.007	***						
суфле куриное	80	8,41	14,19	4,85	190,00	№310	0,032	0,168	0,112	56	0,344	40,096	44,2	12,2	0,96	63,904	0,032	0,0008	0,696
пюре из свеклы	130	1,95	4,38	11,36	92,30	№219	1,651	0,026	0,052	2,678	0	44,486	53,352	24,323	1,846	87,971	0,0091	2	0,312
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	=	27,00	70,00	№527	1,5	8	0,002	25		3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	150	8	250
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701		0,0468	0,0104	-		8,32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700		0,081	0,009			15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	180		(9)
нтого за обед	696	16,82	26,22	87,74	614,15	34%	8,043	0,346	0,220	122,448	0,490	145,682	197,532	65,907	4,439	252,308	0,042	0,001	1,033
						<u>уплотн</u>	енный	і полді	шк										
Program College of South College (State of State	4	1600	1100	20.21	222.05	3000			0.000		4.0000		101/00/00			400.0000			
запеканка из творога	155	16,90	14,88	28,21	323,95	№9/5	0,3565	0,062	0,3565	66,495	1,2555	218,0385	181,0865	20,1345	0,775	132,3855	0,00775	0,00155	0,139
с повидлом	50	0,20	-	32,50	125,00	б/н	0,25	0,005	0,01	80	-	7	4,5	3,5	0,65	19,5	120		120
морковь в молочном	75	1,20	0,53	4,80	27,75	б/н	2,0025	0,0375	0,0675	158,25	0,4575	24	44,0025	12,5025	0,2775	52,5075	0.50	0,00075	270
coyce		-,	-,				A84001A000	*************	30 10 10 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30			425	10.45 (1.75)			C-10-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-	5.551		
кисель молочный	200	14,42	3,72	30,24	91,40	№256	1,44	0,06	0,1	36	¥	206	69,2	21,44	0,08	34,46	141	*	0,15
e i i i i i i i i i i i i i i i i i i i		rena in nitrational C		. manus become	2000-000000000000000000000000000000000	STATE OF THE STATE	-320						***						
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701		0,0468	0,0104			8,32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
итого за упл. полдник	506	34,77	19,39	110,91	629,20	35%	4,049	0,211	0,544	260,745	1,713	463,359	319,069	65,455	2,095	242,311	0,008	0,003	0,299

	1		_				ень 8												
	выход	ПИЩ	вые веще	ства	энерге-	№ техноло-				,									
наименование блюда	блюда	белки	жиры	угле-	тическая	пической	20.00	10000		900		Ca,	P,	Mg,	Fe,	Κ,	10000	Se,	E
	8202	W305555		воды	ценность	карты			вит. В2	вит. А	вит. D	ка льций	фосфор	магний	желе зо	калий	I, йод	селен	фтор
	1	F 2				3:	автраг	<u>k</u>							F 3	D.	P 3		
wawa wawaa wa zawaa																			
каша манная молочная жидкая	150	4,46	6,00	20,03	151,94	№189	0,975	0,06	0,045	45	0,63	102,585	40,155	14,52	0,975	62,61	0,006	*	0,135
кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395	1,3	0,04	0,02	20	Œ	125,78	90	14	0,14	34, 34	9	2	0,04
яйца варенные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№213	100	0,032	0,18	100	2,48	22	76,8	4,8	0,2	8	0,008	0,0128	0,62
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701	25401	0,0468	0,0104	(20)	52	8,32	20, 28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88	№703		0,0008	0,0096	32	0,432	1,92	2,4		0,016	0,8		8	100
того за завтрак	424	14,81	19,34	51,53	430,04	24%	2,275	0,180	0,265	197,000	3,542	260,605	229,635	41,198	1,643	109,208	0,015	0,013	0,80
																			_
	F 50 500	1 10 00000	300 3000	300	\$45.7555	707 E33070 F89	ой зав												_
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	№435	1,45	0,058	0,1015	31,9		182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	2	-	0,02
того завторой завтрак	145	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,02
	1						<u>обед</u>									e.			
	200	1.70	4.40	11.70	02.00	№5/2	15,04	0,08	0,08	18,12	52	83,92	52,72	24,02	1,76	79,2	0,006	9	0,02
свекольник	200	1,70	4,40	11,70	93,00	JN93/2	13,04	4,00	0,00	10,12	-	03,72	34,16	24,02	1,70	17,2	0,000	-	0,02
биточки	80	7,59	7,97	15,75	173,00	№289	0,168	0,064	0,128	16	0,392	31	80,704	10,096	0,64	71,904	0,0504	0,0016	0,42
	120	0.70	4.00	10.47	104.00	25.1.22	21.450	0.020	0.063	20.04		70 471	FF 721	27,56	1.062	88,92	0,0039	0.0012	0.019
капуста тушеная	130	2,72	4,82	12,47	104,00	№132	21,658	0,039	0,052	30,94	e -	73,671	55,731	27,50	1,053	00,72	U,0039	0,0013	0,018
компот из смеси	200	0,50	2	27,00	70,00	№527	1,5	5250	0,002	25	10	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	8	9	(12)
сухофруктов						(0.000388412,48001	1000		2022356000	1000		1952074	.804030	500600-000	4.00.04040	Contract C	0.00000	0.00044	0.000
хлеб пшеничный	11	0,87	0,11	6,41	25,85	№701	250	0,0198	0,0044	120		3,52	8,58	3,333	0,132	1,463	0,00022	0,00011	0,003
хлеб ржаной того за обед	45 666	1,62 15,00	0,54 17,84	19,53 92,86	90,45 556,30	№700 31%	38,366	0,081 0,284	0,009	90,060	0,392	15,75 211,011	26,1 228,785	7,65 75,085	0,855 4,516	4,635 262,302	0,061	0,003	0,47
1010 за 00ед	000	13,00	17,04	92,00	330,30	3170	30,300	0,204	0,275	70,000	0,372	211,011	220,700	73,003	4,510	202,302	0,001	4,005	0,17
						уплотне	нный і	полдин	пс										
плюшка "Московская"	100	5,83	6,50	74,00	313,33	б/н	0,17	0,1	0,08	13,71	0,57	49,87	33,43	16,73	0,93	48, 28	0,005	0,006	0,24
			10	10	510														
	100	1.00		17.00	120.10	Maa	10.751	0.117	0.001	40 ~~ 6	0.000	21 000	45 7/7	14 479	1 242	120.040	0.0044	0.0010	0.4-
салат картофельный	130	1,98	6,63	17,88	139,10	<u>№</u> 39	10,751	0,117	0,091	49, 205	0,299	21,008	65,767	16,471	1,248	120,042	0,0065	0,0013	0,40
чай с сахаром	200	0,14	3	6,14	24,00	№286	0,06	(2)	0,006	0,32	я	0,18	5,28	2,82	0,02	15,88	8	9	101
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0, 175	820	5-	12,25	12,25	7	1,4	21	¥	- 2	1020
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	828	0,045	0,01	123	12	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,008
	630	10,80	13,56	129,92	610,43	34%	17,981	0,437	0,362	63,235	0,869	91,308	136,227	50,596	3,898	208,527	0,012	0,008	0,65
того за упл. полдник	030	10,00	15,50	149,94	010,43	3470	17,701	0,437	0,302	03,233	0,007	71,500	130,227	30,330	J, 070	200, 321	0,012	0,000	0,05

							день	9											
	DL WC =	пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-			ĺ		,								
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	гической карты	вит С	вит В1	вит В2	вит А	вит D	Са,	Ρ, φοςφορ	Мg, матний	Fe, железо	К, калий	I, йод	Se, селен	F, фтор
			0				завтр		D D.2	2		na z rodym	1) 400409		mesie se	11.07.000	,,,,,	cenen	4.07
				l i								3	3						-
каша пшеничная молочная жидкая	160	5,81	6,62	25,71	185,58	№189	1,04	0,112	0,1504	32	0,832	118,16	151,376	30,064	2,08	90,112	850	¥	0,144
чай с молоком и сахаром	200	1,46	1,06	8,26	48,00	№287	0,26	0,02	0,06	11,14	٠	52,26	49,56	6	0,06	7,7	0,004	9	0,1
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	-	0,045	0,01	¥		8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087
масло сливочное	6	0,05	4,35	0,08	39,66	№703	2.	0,0006	0,0072	24	0,324	1,44	1,8	12	0,012	0,6	828	- 6	828
сыр (порциями)	13	3,02	3,84	-	46,80	№7	0,091	0,0052	0,0039	33,8	0,7748	114,4	65	4,55	0,13	7,54	100	-	190
итого за завтрак	404	12,31	16,12	48,63	378,79	21%	1,391	0,183	0,232	100,940	1,931	294,260	287,236	48, 189	2,582	109,277	0,005	0,000	0,253
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	Nº435	1,45	0,058	0,1015	31,9		182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	1		0,029
итого за второй завтрак	(510-950)	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	A. A. S.			0,000		113,100	0.4.14.05.00		21,170	0,000	0,000	0,02.
mroto su propon subspun	- 1.0	1,55	5,05	5,00	02,05	5,0	1,450	0,050	0,102	31,700	0,000	102,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,0
							обед	<u>.</u>											
щи из свежей капусты	200	1,36	3,86	5,36	61,60	№66	16,02	0,02	0,02	21,28	۰	40,18	29,78	14,6	0,52	89,62	959	٥	0,008
со сметаной	13	0,34	1,95	0,47	21,06	N <u>∘</u> 488	0,052	0,0039	0,013	13,91	0,1261	11,44	7,93	1,17	0,026	4,68	153	-	151
бефстроганов из отварного мяса говядины	80	8,30	12,90	13,90	192,00	N <u>º</u> 8/8	0,872	0,048	0,144	43,912	0,52	62,48	96,856	9,744	0,952	69,472	0,072	0,0008	0,07.
макаронные изделия отварные	140	5,28	0,63	27,10	149,24	№33	0,014	0,056	0,014	28,35	0,826	5,32	43,302	36, 176	0,728	18,438	0,0014	8	0,112
салат из свеклы	60	0,85	4,13	5,02	56,34	№33	5,7	0,012	0,024	1,14	100	21,09	24,582	12,54	0,798	32,16	0,0042		0,114
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	-	27,00	70,00	№527	1,5	-	0,002	25	3	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	880	9	-
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701	ų.	0,0468	0,0104	¥	¥	8,32	20, 28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	-	0,081	0,009			15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	- 100		120
итого за обед	764	20,31	24,27	113,54	701,79	39%	24,158	0,268	0,236	133,592	1,472	167,730	253,780	92, 184	4,267	238,643	0,078	0,001	0,315
						(3)=200=0													
		-			1	уплотн	<u>енны</u>	і полді	нк			-		_			r		
рыба запченная в омлете	100	11,71	4,82	8,21	157,20	№249	1,02	0,08	0,2	70	9,719	53,88	129,62	14,88	1,09	77,62	0,062	0,007	0,74
пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	№321	18,165	0,135	0,105	30	0,69	36,975	86,595	27,75	1,005	138,45	0,009	0,0015	0,43
кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395	1, 3	0,04	0,02	20	8	125,78	90	14	0,14	34,34	150	5	0,04
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	0	20,8	14,3	11,7	1,56	82	828	- 6	829
хлеб пшеничный	26	2,05	0,26	15,16	61,10	№701	-	0,0468	0,0104	2	-	8,32	20,28	7,878	0,312	3,458	0,00052	0,00026	0,009
с повидлом	25	0,10	-	16,25	62,50	б/н	0,125	0,0025	0,005	¥	¥	3,5	2,25	1,75	0,325	9,75	2500	¥	100
итого за упл. полдник	631	20,60	13,08	88,76	576,37	32%	33,610	0,343	0,366	126,500	10,409	249,255	343,045	77,958	4,432	263,618	0,072	0,009	1,22

						Д	ень :	10											
		ПИЩ	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-				7			0						
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая	пической						Ca,	P,	Mg	Fe,	K,	J.	Se,	E,
		OCSILGI	лары	воды	ценность	карты	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D	ка льций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
			1			9	завтра	<u>ık</u>			1								
каша дружба	170	4,47	9,91	21,30	192,27	№266	1,122	0,068	0,119	57,613	1,105	107,61	29,699	26,282	0,476	59,619	28	0	0,25
ашта дружов	2.0	.,,.,	,,,,,	21,50	132,27	11.200	30,650,55	240.03	STATION	00040000	34000	COMPANY	73,6330		17.10.700	30.65.530			o.e.a.
кофейный напиток с		1277275	2 50	55 2 2	528 VL		20		220				524	33	299	03123			
молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395	1,3	0,04	0,02	20		125,78	90	14	0,14	34,34		-	0,04
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	64	20,8	14,3	11,7	1,56	563	- 10		590
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	1720	0,045	0,01	1201	152	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,008
масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,27	№703	0.50	0,0007	0,0084	28	0,378	1,68	2,1	1071	0,014	0,7	- 51		-
того за завтрак	532	10,18	18,44	64,67	455,61	25%	15,422	0,193	0,183	112,113	1,483	263,870	155,599	59,557	2,490	97,984	0,001	0,000	0,30
						вто	рой за	<u>втрак</u>											
Кефир	145	4,35	3,625	5,8	82,65	№435	1,45	0,058	0,1015	31,9	14	182,7	113,1	15,225	0,0145	21,17	-5	¥	0,02
того за второй завтрак	145	4,35	3,63	5,80	82,65	5%	1,450	0,058	0,102	31,900	0,000	182,700	113,100	15,225	0,015	21,170	0,000	0,000	0,02
							обед												
							3344												
суп картофельный	200	1,88	2,26	13,30	81,00	№77	9,6	0,1	0,06	18,7	52	20,68	61,44	24,9	0,94	121,22	0,004	¥	0,02
со сметаной	13	0,34	1,95	0,47	21,06	№488	0,052	0,0039	0,013	13,91	0,1261	11,44	7,93	1,17	0,026	4,68			0.00
to and district such fault in ordinal fault, with the distributed in												00000000			000000	2500000			
фрикадельки из мяса говядины припущенные	80	8,10	12,80	14,00	188,00	№22/8	0,112	0,032	0,032	4,632	0,3136	28,632	61,456	10,048	0,656	64,736	0,072	0,0008	0,44
рагу из овощей	130	1,99	3,21	11,70	84,07	№18/3	10,127	0,065	0,065	62,647	æ	40,82	56,316	25,454	0,962	102,7	0,0039	0,0039	0,018
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	200	27,00	70,00	№527	1,5	3120	0,002	25	12	3,15	4,95	2,426	0,076	16,18	29	e	1001
яйца варенные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№213	1921	0,032	0,18	100	2,48	22	76,8	4,8	0,2	8	0,008	0,0128	0,62
хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	8,75	35,25	№701	858	0,027	0,006	170	95	4,8	11,7	4,545	0,18	1,995	0,0003	0,00015	0,005
хлеб ржаной	45	1,62	0,54	19,53	90,45	№700	1553	0,081	0,009	120	85	15,75	26,1	7,65	0,855	4,635	-		100
нтого за обед	723	20,69	25,51	95,02	632,83	35%	21,391	0,341	0,367	224,889	2,920	147,272	306,692	80,993	3,895	324,146	0,088	0,018	1,11
						уплотн	енный	полдн	нк										
ватрушка с творогом	100	8,03	12,46	50,31	326,15	№5/12	0,18	0,09	0,18	56,97	0,45	92,98	64,53	19,56	1,03	89,68	0,01	0,002	0,1
пюре из моркови	135	1,89	5,31	11,97	105,30	№340	3,6045	0,0675	0,1215	284,85	0,8235	43,2	79,2045	22,5045	0,4995	94,5135	29	0,00135	e Den
кисель молочный	200	14,42	3,72	30,24	91,40	№256	1,44	0,06	0,1	36		206	69,2	21,44	0,08	34,46	-3	¥	0,15
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	1550	0,045	0,01	1,00	25	8	19,5	7,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,008
того за упл. полдник	460	26,32	21,74	107,10	581,60	32%	5,225	0,263	0,412	377,820	1,274	350,180	232,435	71,080	1,910	221,979	0,011	0,004	0,25
		61.54	60.21	272.50	1750 (0		40.400	0.054	1.072	744 700	5,000	044.000	907.004	224.055	0.200	665 070	0.000	0.000	12.
итого за десят	ыи день	61,54	69,31	2/2,59	1752,69		43,488	0,854	1,063	746,722	5,676	944,022	ชบ/,826	226,855	8,309	665,279	0,099	0,022	1,71

норма по СанПин	54	60	261	1800	50	0,9	1	500	10	900	800	200	10	600	0,1	0,02	2
	пище	евые веще	тва	энерге-								***	<b>F</b>	100	70		-
	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D	Са, кальций	Р, фосфор	Mg, магний	Fe, железо	К, ка лий	I, йод	Se, селен	г, фтор
день 1	56,91	47,54	247,72	1623,74	82,764	1,078	0,966	529,530	22,805	668,694	932,784	229,456	12,126	732,521	0,055	0,042	3,619
день 2	64,29	60,64	274,52	1808,63	29,073	0,839	0,993	522,420	4,036	952,434	826,173	218,505	7,344	567,643	0,033	0,004	0,975
день 3	47,24	48,95	281,26	1707,61	34,546	0,846	0,938	348,403	3,990	748,640	751,867	189,432	10,666	534,497	0,080	0,023	1,664
день 4	68,71	61,84	265,07	1738,35	68,205	1,089	1,099	404,967	11,506	1056,961	828,452	216,459	10,857	666,994	0,146	0,011	1,906
день 5	48,58	59,92	273,84	1720,48	24,421	0,916	0,879	671,520	3,893	863,176	888,791	183,199	8,590	638,640	0,186	0,017	1,240
день б	52,87	53,51	238,57	1666,01	57,380	0,962	0,770	544,810	20,133	634,685	827,476	226,004	11,672	678,212	0,089	0,036	3,074
день 7	69,11	69,19	259,06	1767,92	16,253	0,775	1,083	548,893	3,825	1179,065	830,905	193,860	8,514	624,674	0,050	0,004	1,681
день 8	44,96	54,36	280,10	1679,42	60,072	0,958	1,004	382,195	4,803	745,624	707,747	182,104	10,072	601,207	0,087	0,024	1,955
день 9	57,57	57,09	256,73	1739,60	60,609	0,852	0,936	392,932	13,812	893,945	997,161	233,556	11,296	632,708	0,154	0,010	1,826
день 10	61,54	69,31	272,59	1752,69	43,488	0,854	1,063	746,722	5,676	944,022	807,826	226,855	8,309	665,279	0,099	0,022	1,711
среднее	57,18	58,24	264,94	1720,44	47,681	0,917	0,973	509,239	9,448	868,724	839,918	209,943	9,944	634,237	0,098	0,019	1,965
% +/- 10	106%	97%	102%	96%	95%	102%	97%	102%	94%	97%	105%	105%	99%	106%	98%	96%	98%

норма брутто	наименование	день1	день2	день3	день4	день5	день6	день7	день8	день9	день10	среднее	%(+/-5%
72	Хлеб пшеничный	51	77	77	77	77	52	77	77	77	77	71,9	100%
45	Хлеб ржаной	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	100%
27	Caxap	21,7	37,1	27,8	24,8	27,8	20,8	31,9	31,8	24	34,1	28,18	104%
18,9	Масло сливочное	18,6	20,4	16,8	15,7	25,2	20,2	19,1	17,3	28,6	16,7	19,86	105%
405	Молоко	331,6	329,4	447,3	477,7	560	321,4	468,8	339,9	455,1	463,7	419,49	104%
10,8	Макароны		51		8					47,6		10,66	99%
38,7	крупы	42,1	40	48,8	34,6	45,6	75,3	41,4	22,2	30,7	22,1	40,28	104%
53,4	мясо	81,4		64	66,2	73,8	69,9		64	69,4	66,2	55,49	104%
24	птица		102,2					128,9			4	23,11	96%
210	картофель	358	40	100	284,2	245,2	251,5	33,4	245,6	213,8	222,2	199,39	95%
247,5	ов ощи	269,3	265	217,3	277,3	259,9	169,2	326,1	322	191,2	306,6	260,39	105%
26,1	мука	6,5	27,5	42,9	3,8	77,5	2	3,4	57,8	7,8	38,5	26,77	103%
9,9	Масло растительное	9,4	11,1	8,8	9,4	10,9	7	5,6	15,8	7,6	14,3	9,99	101%
45,04	Рыба	113			110,9		113,4			110,9		44,82	100%
9,9	сметана		27	16			17	15		13	13	10,1	102%
36	творог		159,1					144			38,5	34,16	95%
4,5	соль	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	100%
36	яйцо	57,2	7	47,2	<b>2</b> 5	11,6	60	19,2	41,7	<b>2</b> 5	55,4	34,93	97%
1,08	кофейный напиток		1,8	1,8			1,8		1,8	1,8	1,8	1,08	100%
0,54	какао	1,8			1,8			1,8			6	0,54	100%
9,9	сухофрукты	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	101%
0,54	чай	0,74	0,74	0,74		0,74	0,74		0,74	0,74		0,518	96%
2,7	крахмал				8,6			8,6			8,6	2,58	96%
0,45	дрожжи			1,43		1,17			0,5		1,18	0,428	95%
5,4	сыр		13,9		13,9			13,9		13,9		5,56	103%
90	сок	175		175	175		175		175			87,5	97%
90	фрукты свежие	148,2		148,2	148,2		148,2		Ĵ	148,2	148,2	88,92	99%
18	конд.изделия		30	51,4			25	50		25		18,14	101%

# 1-3 года (весенне-летний период)

							ден	ь 1											
No.	выход	пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-												3	
наименование блюда	блюда	белки	жиры	угле-	тическая	гической						Ca,	Ρ,	Mg,	Fe,	К,	l,	Se,	F,
			793	воды	ценность	карты	вит. С		вит. В2	вит. А	вит. D	ка льций	фосфор	ма гний	железо	калий	йод	селен	фтор
-				ŕ			3abt	рак			_	1							
каша гречневая вязкая	100	3,05	2,70	13,35	91,00	№3/4	12	0,09	0,004	12,64	0,35	7,31	28,02	11,4	0,62	51,27	10	52	
омлет натуральный	100	7,85	9,06	3,21	124,93	<b>№</b> 77	0,18	0,04	0,03	220	5,139	100,82	51,5	4,4	1,32	35,8	0,015	0,007	0,43
плоды свежне (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	12	20,8	14,3	6,7	2,56	102	80	3 82	23
чай с сахаром	150	0,11	-	4,61	18,00	№286	0,045	_	0,0045	0,24	1-	0,135	3,96	2,115	0,015	11,91		12	
нтого за завтрак	480	11,53	12,28	33,91	291,13	21%	13,225	0,169	0,065	239,380	5,489	129,065	97,780	24,615	4,515	98,980	0,015	0,007	0,430
Troi o su sub ipun	100	11,00	12,20	55,51	251,15												,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		
-							второй	завтра											
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4		151,2	93,6	2,6	0,012	7,52			0,024
нтого за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,024
							00	ед											
,										, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,									
суп картофельный с	150	2,16	1,71	11,52	70,20	№92	7,2	0,075	0,12	23,88	0,042	15	46,8	9,2	0,72	55,63	0,003	52	0,022
клецками	100	2,10	1,,,1	11,52	50,20	3122	136	0,012	2,10	20,001	5,5 12	10.51	1199	3,50	2,02	22,02	0,005		0,020
																		3	
голубцы ленивые	180	9,94	10,17	31,79	246,38	№298	22,536	0,09	0,162	36	1,2618	67,5	199,242	13,608	1,836	70,508	0,0072	0,0036	0,634
Tarly output meriminative	200	٠,٠,٠	10,17	51,75	210,50	31.23		85	8			á	*	6.	85	a a	2		8
соус томатный	40	0,43	1,49	2,78	26,24	№462	0,624	0,004	0,004	27	0,026	1,8	6,4	3,32	0,148	7,54			0,0004
соус томатный	70	0,45	1,43	2,70	20,24	319402	0,021	0,001	0,001		0,020	1,0	0,1	2,24	0,110	,,,,,	80	10	0,000
компот из смеси	C 00 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1																	,	
сухофруктов	160	0,40	-	21,60	56,00	№527	1,2	×	0,0016	20	84	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	(¥	84	
хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	14,58	58,75	№701	84	0,045	0,01		19	8	19,5	0,575	0,3	3,325	0,0005	0,00025	0,0087
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	12	0,0648	0,0072	72	U-	12,6	20,88	1,12	0,684	3,708	10	14	- 27
итого за обед	591	16,20	14,05	97,88	529,93	38%	31,560	0,279	0,305	106,880	1,330	107,420	296,782	29,764	3,749	143,655	0,011	0,004	0,666
						упл	отненнь	ій пол	дник										
						2)												Î	
рыба тушеная с	Anada Araba		(1,00747770007000	and the same of	6040 5.00-40-40	Spinger and the second	2000000	30.304.44	(CA-980) A 7 7 4	03-271-009	A 3161A 1161A	Se des grande de la con-	Na State Control of the	July State Colors	20,000	401000000000	201,272,000,000	\$10.AC. ****	15.80,997-1 11.0
овощами	110	9,81	5,60	14,03	178,20	№247	3,564	0,066	0,088	73,975	11,1144	36,718	175,725	7,282	0,649	42,4	0,0165	0,0154	0,537
	440	2.10	2.17	16.07	104.20	No.01 P	15.4	0.11	0.044	14	1.74	10 324	EQ 445	11.505	0.047	00 550	0.0055	0.0011	0.000
картофель отварной	110	2,10	3,17	16,87	104,39	№318	15,4	0,11	0,066	11	1,76	10,736	58,465	11,505	0,847	88,559	0,0055	0,0011	0,033
	عتر و	20-	0.00		00.00	30.00=	1,000	0.0105	0.0405	10-		100 5015	42.000	0.0000	0001	20 0000			0.00
какао с молоком	165	3,37	2,92	14,50	98,08	№397	1,3035	0,0495	0,0495	16,5	52	125,5815	43,362	9,3555	0,396	29,9805	-	52	0,033
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175		17	12,25	12,25	0,7	2,4	21			. 1
хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	8,75	35,25	№701	54	0,027	0,006	V	14	4,8	11,7	0,545	0,18	1,995	0,0003	0,00015	0,0052
итого за упл. полдник	575	17,34	12,01	71,47	491,17	35%	27,268	0,428	0,385	101,475	12,874	190,086	301,502	29,388	4,472	183,935	0,022	0,017	0,609

							день	. 2											
	выход	пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-					17	v .							
наименование блюда	блюда	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	гической карты	5117 C	DUT D1	вит. В2	вит. А	nu D	Ca,	Р,	Mg	Fe,	К,	I,	Se,	F.
				2000	and a construction of	DEF <b>L</b> ECTORY	завтр		BVII. DZ	вина	вин. О	ка льций	фосфор	магний	железо	ка лий	йод	селен	фтор
					7							8 0							
каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,50	3,98	23,03	146,25	№14/4	0,315	0,075	0,09	26,7	0,039	87,135	82,8	14,4	0,54	67,5	220	¥	0,012
кофейный напиток с молоком	165	2,61	2,21	13,17	83,42	№395	1,0725	0,033	0,0165	16,5	23	103,7685	74,25	6,55	0,1155	28,3305	120	2	0,033
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	10	0,036	0,008			6,4	15,6	0,06	0, 24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	№703	2)	0,0005	0,006	20	0,27	1,2	1,5	12	0,01	0,5	120	9	(126)
сыр (порциями)	10	2,32	2,95	-	36,00	№7	0,07	0,004	0,003	26	0,596	88	50	3,5	0,1	5,8	150		1250
итого за завтрак	350	11,05	12,96	47,92	345,72	25%	1,458	0,149	0,124	89,200	0,905	286,504	224,150	24,510	1,006	104,791	0,000	0,000	0,052
						RT	ากกษัวร	автр ак											
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4	° 28	151,2	93,6	2,6	0,012	7,52	1 525	2	0,024
итого за второй завтрак		3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,024
		· ·																	
							<u>06e</u>	Ţ				T					F		
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,05	2,93	5,09	50,85	<b>№</b> 67	11,085	0,03	0,03	20,94	-0	25,995	28,575	3,35	0,48	48,805	inc	ĸ	0,0105
со сметаной	12	0,31	1,80	0,43	19,44	№488	0,048	0,0036	0,012	12,84	0,1164	10,56	7,32	1,08	0,024	4,32	250		151
Птица тушеная	70	8,23	7,55	2,06	108,93	№301	0,007	0,147	0,056	28	0,063	21,742	27,692	6,533	0,637	37,175	0,021	8	0,462
макаронные изделия отварные	110	4,15	0,50	21,30	117,26	№33	0,011	0,044	0,011	22,275	0,649	4,18	34,023	13,424	0,572	14,487	0,0011	٥	0,088
салат из свеклы	40	0,57	2,76	3,34	37,56	<b>№</b> 33	3,8	0,008	0,016	0,76	10	14,06	16, 388	3,36	0,532	21,44	0,0028	*	0,076
компот из смеси сухофруктов	160	0,40		21,60	56,00	№527	1,2	50	0,0016	20	73	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	830		170
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	23	0,036	0,008	. 3	73	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	- 60	0,0648	0,0072	-	- 19	12,6	20,88	1,12	0,684	3,708	840		200
итого за обед	598	17,59	16,15	81,10	509,40	36%	16,151	0,333	0,142	104,815	0,828	98,057	154,438	30,868	3,230	135,539	0,025	0,000	0,644
						уплотн	енныі	і полл	гине										
сырники из творога	145	16,97	13,78	43,94	343,65	N <u>o</u> 6/5	0,261	0,0725	0, 3045	58,145	1,131	197,084	127,252	11,459	0,8555	100,046	0,00145	0,0029	0,0725
с повидлом	15	0,06	4	9,75	37,50	б/н	0,075	0,0015	0,003	3	- - 13	2,1	1,35	1,05	0,195	5,85	920	2	127 127
морковь припущенная	70	0,89	2,02	7,07	39,87	№336	12,814	0,035	0, 1379	147	0,301	21,574	36,582	4,919	0,042	27,293	(4)		(4)
чай с сахаром	150	0,11	5	4,61	18,00	№286	0,045	20	0,0045	0,24	20	0,135	3,96	2,115	0,015	11,91	828	0	828
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	28	0,036	0,008	2	23	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
итого за упл. полдник	400	19,60	15,99	77,02	486,02	35%	13,195	0,145	0,458	205,385	1,432	227,293	184,744	19,603	1,348	147,759	0,002	0,003	0,080

							день	3											
· ·	D	пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-		v -								Y			
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая	пической	6.00		VOI.	1770	week	Ca,	Ρ,	Mg	Fe,	Κ,	Ü	Se,	F,
	2020	80310486463	9/2/ 1/2//	воды	ценность	карты			вит. В2	вит. А	вит. D	кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
			r				завтра	<u>uk</u>						1		·			_
каша молочная																			
кукурузная жидкая	110	3,41	4,10	20,35	132,00	№271	0,715	0,044	0,055	31,735	0,363	70,07	19,305	9,3	0,66	38,665	1.5	5	0,11
кукурузналиндкал																			
яйца варенные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№213	595	0,032	0,18	100	2,48	22	76,8	4,8	0, 2	8	0,008	0,0128	0,62
кофейный напиток с						8													
молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	№395	1,17	0,036	0,018	18	Ħ	113,202	81	7,6	0,126	30,906	15	3	0,03
хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	8,75	35,25	№701	870	0,027	0,006	78	- 12	4,8	11,7	4,545	0,18	1,995	0,0003	0,00015	0,005
масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	№703	690	0,0005	0,006	20	0,27	1,2	1,5		0,01	0,5	94	-	8-0
того за завтрак	350	12,56	14,89	43,80	354,31	25%	1,885	0,140	0,265	169,735	3,113	211,272	190,305	26,245	1,176	80,066	0,008	0,013	0,77
						ВТО	рой за	втрак											
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4		151,2	93,6	2,6	0,012	7,52		-	0,02
того за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,
		1	r			P)	<u>обед</u>	ı —		1	r				r —			1	
суп картофельный с	150	1,50	1,68	10,20	61,70	№80	4,95	0,06	0,03	13,35	28	15,54	52,41	5,9	0,6	63,435	82	2:	0,02
крупой	130	1,50	1,00	10,20	01,70	14500	7,75	0,00	0,05	10,00		10,54	2471	2,2	4,0	03,430	"	-	0,02
со сметаной	12	0,31	1,80	0,43	19,44	№488	0,048	0,0036	0,012	12,84	0,1164	10,56	7,32	1,08	0,024	4,32	10	2	12
5	70	6,64	6.07	12.70	151,38	№289	0,147	0,056	0,112	14	0,343	27,125	70,616	5,834	0,56	52,916	0,0441	0,0014	0,37
биточки	/0	0,04	6,97	13,78	131,36	JNº209	0,147	0,030	0,112	43	0,545	47,143	70,010	2,034	0,50	24,710	0,0441	0,0014	4,57
						7													-
свекла тушеная	110	1,79	3,30	8,99	75,39	№59	1,397	0,022	0,044	2,266		37,642	45,144	15,581	1,562	64,437	0,0077	_	0,26
violating in the control	110	1,,,,	,,,,,	,,,,	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	51255		.,					,	,	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				
компот из смеси	4.60	0.40		21.60	F.C.0.0	30.505			0.0017	20		2.52	200	1.0400	0.0000	2.044			
сухофруктов	160	0,40	191	21,60	56,00	№527	1,2	080	0,0016	20		2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944		-	585
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	25	20,8	14,3	6,7	2,56	9	75	3	1120
хлеб пшеничный	12	0,95	0,12	7,00	28,20	№701	150	0,0216	0,0048		Į ž	3,84	9,36	3,636	0,144	1,596	0,00024	0,00012	0,004
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	250	0,0648	0,0072	-5	-27	12,6	20,88	1,12	0,684	3,708	5-	97	550
того за обед	680	13,41	14,82	90,36	521,66	37%	20,742	0,267	0,238	68,956	0,459	130,627	223,990	41,792	6,195	193,356	0,052	0,002	0,66
						уплоти	<u>енный</u>	полдн	нк									3	_
пирожки печеные из																			
дрожжевого теста с	90	5,40	4,37	54,51	275,14	№17-2/12	0,153	0,054	0,054	7,929	0,0162	28,107	59,418	7,61	1,134	32,211	0,0027	0,0045	0,01
повидлом																			
	3					2													
CUIT MOTIONIN IN A																			
суп молочный с крупой пшенной	115	2,77	2,92	9,68	76,13	№94	0,5175	0,0115	0,0115	23	0,015	91,3215	44,5395	8, 2595	0,138	55,8095	0,0069	0,0023	0,019
Appron numerion																			
най с сетелен	180	0,13	-	5,53	21,60	№286	0,054	747	0,0054	0,288		0,162	4,752	2,538	0,018	14, 292	24		
чай с сахаром	10000000	222740000		200000000	Value de la constante de la co		105		- 12	- 2	- 1	- 155 	S:	- 20	22	28			
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175	**		12,25	12,25	0,7	2,4	21	85	-5	0.00
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	120	0,036	0,008	22	23	6,4	15,6	6,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,00
того за упл. полдник	580	10,75	7,67	98,71	495,12	35%	7,725	0,277	0,254	31,217	0,031	138,241	136,560	25, 168	3,930	125,973	0,010	0,007	0,04

							денн	. 4											
	DEPLOY	пище	вые веще	ства	энерге-	№ техноло-							.0						
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая	гической	2300	Herman	-1000/-1	1000		Ca,	P,	Mg	Fe,	K,	J,	Se,	F.
	66	608.2038290	CELEVALEN	воды	ценность	карты		-	вит. В2	вит. А	вит. D	кальций	фосфор	ма гний	железо	калий	йод	селен	фтор
		3					завтр	ak											-
каша пшенная	An WATE	#F 12779100	1, 1000 000 0000	To de de construer	1202102-1-1-0-000-0-000	10.745 COV. (COV. 10.745)		000000	5.5.5.785.585.587.V	000		ar marine and	Transport for Conference		0.0000000000000000000000000000000000000	150 on allest V or			1
молочная жидкая с	140	5,05	6,23	22,04	165,28	№189	0,91	0,112	0,133	42	0,0588	99,358	39, 242	13,522	0,406	59,598	260		0,02
маслом сливочным																			
кисель молочный	180	7,98	3,35	27,22	82,26	№256	1, 296	0,054	0,09	32,4	e	185,4	62,28	9,296	0,072	31,014	0.50	0	0,13
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	, (2)	0,036	0,008	olen	8	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,00
масло сливочное	4	0,03	2,90	0,05	26,44	№703	1250	0,0004	0,0048	16	0,216	0,96	1,2		0,008	0,4	101	345555	350
сыр (порциями)	6	1,39	1,77	-	21,60	№7	0,042	0,0024	0,0018	15,6	0,3576	52,8	30	2,1	0,06	3,48	200	- 1	5-6
итого за завтрак	350	16,04	14,45	60,96	342,58	24%	2,248	0,205	0,238	106,000	0,632	344,918	148,322	24,978	0,786	97,152	0,000	0,000	0,16
							1												
TC 1	120	2.6	2	10	<b>CO. 1</b>		_	автрак	-	264		161.0	00.6	2.6	0.012	7.52			0.00
Кефир	120 120	3,6 3,60	3,00	4,8 4,80	68,4 68,40	№435 5%	1,200	0,048	0,084	26,4 26,400	0,000	151,2 151,200	93,6 93,600	2,6 2,600	0,012	7,52 7,520	0,000	0,000	0,02
нтого за второй завтрак	120	3,00	3,00	4,00	00,40	370	1,200	0,040	0,004	20,400	0,000	171,400	23,000	2,000	0,012	,,320	0,000	4,000	0,024
							обе	4											
1																			
суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,62	1,71	10,29	62,85	№82	4,95	0,06	0,03	13,35	i.	14,76	39,99	6,2	0,645	53,795	9720	¥	0,016
фрикадельки из мяса говядины припущенные	70	7,08	11,20	12,25	164,50	№22/8	0,098	0,028	0,028	4,053	0, 2744	25,053	53,774	5,792	0,574	46,644	0,033	0,0007	0,39
капуста тушеная	110	2,30	4,08	10,55	88,00	№132	18,326	0,033	0,044	26,18	te.	62,337	47,157	10,32	0,891	65,24	0,0033	0,0011	0,015
компот из смеси сухофруктов	160	0,40		21,60	56,00	№527	1,2	959	0,0016	20	10	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	858	٥	250
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5		20,8	14,3	6,7	2,56	1553	1.57		100
хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	8,75	35,25	№701	595	0,027	0,006	780	0.	4,8	11,7	0,545	0,18	1,995	0,0003	0,00015	0,005
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	320	0,0648	0,0072	(2)		12,6	20,88	1,12	0,684	3,708		-	
итого за обед	671	14,40	18,09	91,80	536,16	38%	37,574	0,252	0,143	70,083	0,274	142,870	191,761	32,618	5,595	174,326	0,037	0,002	0,42
						уплот	ненны	й полд	ник										
рыба запченная в омлете	85	6,95	4,10	6,98	133,62	<b>№</b> 249	0,867	0,068	0,17	59,5	13,26115	45,798	110,177	7,648	0,9265	45,977	0,0327	0,00595	0,6332
картофель тушеный	125	2,75	7,66	18,91	157,50	№142	10,3375	0,1125	0,0875	47,3125	0,2875	20,2	63,2375	10,8375	1,2	75,425	0,00625	0,00125	0,387
какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	№397	1,422	0,054	0,054	18	v	136,998	47, 304	10,206	0,432	32,706	1920	2	0,03
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175	13-3		12,25	12,25	0,7	2,4	21	1553	-	100
хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	5,83	23,50	№701	(9)	0,018	0,004	-		3,2	7,8	0,03	0,12	1,33	0,0002	0,0001	0,003
итого за упл. полдник	575	15,04	15,22	64,87	496,86	35%	19,627	0,428	0,491	124,813	13,549	218,446	240,769	29,422	5,079	176,438	0,039	0,007	1,06

							день	. 5											
	nyman	пищ	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-													
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	гической карты	DMT C	рит В1	вит. В2	вит. А	рит П	Са, кальций	Р, фосфор	Мg, матний	Fe, железо	К, калий	I, йод	Se, селен	F, фтор
					2000/2002/25 - 100-25 - 100-25	20090 <b>-</b> 140502	завтр		Bril. DZ	Brit. A	BIII. D	Калоции	φυτφυρ	жа гнии	ME/IESU	Калии	нод	LEVIER	φιοι
каша геркулесовая жидкая	150	4,94	7,26	18,29	157,74	№189	0,975	0,09	0,06	45	0,63	113,22	141,285	13,675	1,935	71,025	Ser	9	0,25
чай с молоком и сахаром	175	1,28	0,93	7,23	42,00	.№287	0,2275	0,0175	0,0525	9,7475	ā	45,7275	43,365	5,25	0,0525	6,7375	0,0035		0,087
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	-	0,036	0,008	12		6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,001
масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	№703	-	0,0005	0,006	20	0,27	1,2	1,5	85	0,01	0,5	258	-	888
того за завтрак	350	7,83	12,01	37,24	279,79	20%	1,203	0, 144	0,127	74,748	0,900	166,548	201,750	18,985	2,238	80,923	0,004	0,000	0,35
TC 1	120	2.0		1 40	CO 4		орой з			26.4		161.0	00.0	2.6	I 0010	7.0			0.00
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4	-	151,2	93,6	2,6	0,012	7,52	191	-	0,024
того за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,0
							обе	1											
суп гороховый	150	3,08	3,21	9,69	109,95	№81	3,495	0,09	0,045	16,14	8	30, 165	82,785	7,98	0,405	67,915	0,003	¥	0,135
запеканка картофельная с отварным мясом	170	9,33	14,20	29,38	258,30	№95	7,395	0,119	0,187	85	1,0421	61,064	100,419	14,499	1,666	102,405	0,103	0,0051	0,153
соус томатный	40	0,43	1,49	2,78	26,24	№462	0,624	0,004	0,004	27	0,026	1,8	6,4	3, 32	0,148	7,54	O/21t	9	0,000
компот из смеси сухофруктов	160	0,40	-	21,60	56,00	№527	1,2	-	0,0016	20	-	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	290		749
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	12	0,036	0,008	14	¥	6,4	15,6	0,06	0, 24	2,66	0,0004	0,0002	0,001
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	- 5	0,0648	0,0072	12	0	12,6	20,88	1,12	0,684	3,708	100		1750
того за обед	576	16,12	19,53	90,73	569,85	41%	12,714	0,314	0,253	148,140	1,068	114,549	230,044	28,920	3,204	187,172	0,106	0,005	0,295
						уплот	UOUULI	й попп	urure										
						<u>,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,</u>		110134										ĺ	
сдоба обыкновенная	80	4,66	5,20	59,20	250,66	№8/12	0,136	0,08	0,064	10,968	0,456	39,896	26,744	8,384	0,744	38, 624	0,004	0,0048	0,19
пюре из моркови	120	1,68	4,72	10,64	93,60	№340	13,204	0,06	0,108	253,2	0,732	38,4	70,404	13,004	0,444	84,012	5-0	0,0012	5-6
молоко кипяченное	180	5,47	4,88	9,07	102,01	№400	2,466	0,072	0,108	36	8	226,8	98,1	16,496	0,09	41,904	0,009	0,0036	0,162
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701		0,036	0,008	13	ā	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
того за упл. полдник	400	13,40	14,99	90,58	493,27	35%	15,806	0,248	0,288	300,168	1,188	311,496	210,848	37,944	1,518	167,200	0,013	0,010	0,36

							ден	<b>6</b> 6											
	DEIVOT	пищ	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-			Y								Y		
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая ценность	гической	70000000	and programme as	5395 TV3_0E1	STEEL ST. AN	70000E 6000	Ca,	Ρ,	Mg	Fe,	K,	I,	Se,	F,
			UND LINES COM	воды	цеплость	карты	вит. С <b>завт</b> ]		вит. В2	вит. А	вит. D	кальций	фосфор	магний	желе зо	калий	йод	селен	фтор
							38B1	ak	I	1					I	l	1		П
каша гречневая вязкая	100	3,05	2,70	13,35	91,00	N <u>o</u> 3/4	- 8	0,09	0,004	12,64	0,35	7,31	28,02	11,4	0,62	51,27	58	ē	563
омлет натуральный	120	9,42	10,87	3,85	149,92	№77	0,216	0,048	0,036	264	6,1668	120,984	61,8	7,28	1,584	42,96	0,018	0,0104	0,516
плоды свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,20	№368	13	0,039	0,026	6,5	84	20,8	14,3	6,7	2,56	780	+0	-	79-0
чай с сахаром	180	0,13	1741	5,53	21,60	№286	0,054	×	0,0054	0,288		0,162	4,752	2,538	0,018	14,292	43		293
того за завтрак	530	13,12	14,09	35,47	319,72	23%	13,270	0,177	0,071	283,428	6,517	149,256	108,872	27,918	4,782	108,522	0,018	0,010	0,51
						BT	орой з	автраі	ĸ										
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4	82	151,2	93,6	2,6	0,012	7,52	28	0	0,02
того за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,02
							<u>06</u> 6												
		7					000	4									V		
борщ с капустой и картофелем	150	1,10	2,94	7,65	61,50	№57	6,18	0,03	0,03	29,7	32	26,625	31,935	5,75	0,72	58,49	0,003	8	0,022
со сметаной	13	0,34	1,95	0,47	21,06	№488	0,052	0,0039	0,013	13,91	0,1261	11,44	7,93	1,17	0,026	4,68	. 18	-	155
гуляш из отварного мяса говядины	80	7,11	8,15	10,62	157,00	№277	0,552	0,024	0,072	8	0,3232	18,6	81,848	6,4	0,792	49,4	0,0448	*	0,333
рис отварной с овощами	110	2,48	3,70	18,67	138,27	№58	1,463	0,022	0,066	26,73	0,583	4,73	45,485	11,764	0,462	26,943	+2	٠	0,19
компот из смеси сухофруктов	160	0,40		21,60	56,00	№527	1,2		0,0016	20	in .	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	-		1353
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701		0,036	0,008			6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,00
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	8	0,0648	0,0072	8	- 64	12,6	20,88	1,12	0,684	16,2	10		293
нтого за обед	569	14,30	17,37	86,29	553,19	40%	9,447	0,181	0,198	98,340	1,032	82,915	207,638	28,205	2,985	161,317	0,048	0,000	0,56
						уплот	ненны	й полд	ник										
оыба тушеная в томате с овощами	90	9,09	6,84	2,97	130,50	№374	2,916	0,054	0,072	60,525	9,0936	30,042	143,775	8,958	0,531	47,6	0,0135	0,0126	0,548
картофель отварной	130	2,48	3,74	19,94	123,37	№318	18,2	0,13	0,078	13	2,08	12,688	69,095	15,415	1,001	88,297	0,0065	0,0013	0,03
кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,84	№395	0,975	0,03	0,015	15	8=	94,335	67,5	5,5	0,105	25,755	=0	-	0,03
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175	9	182	12,25	12,25	0,7	2,4	21	28	0	100
хлеб пшеничный	20	0,72	0,24	8,68	40,20	№700		0,036	0,004	ā	155	7	11,6	0,4	0,38	2,06		- i	658
с повидлом	10	0,04	10 <del>4</del> 0	6,50	25,00	б/н	0,05	0,001	0,002	- 2	. 6-	1,4	0,9	0,7	0,13	3,9			298
того за упл. полдник	575	15,58	13,01	67,39	470,16	34%	29,141	0,426	0,346	88,525	11,174	157,715	305,120	31,673	4,547	188,612	0,020	0,014	0,61

							день	7											
	выход	пищ	евые веще	Calculation 1	энерге- тическая	№ техноло- гической													
наименование блюда	блюда	белки	жиры	угле- воды	ценность	карты	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D	Са, кальций	Ρ, φοτφορ	Mg, магний	Fe, железо	К, калий	I, йод	Se, селен	F, фтор
				•			завтр												
аша рисовая молочная	150	2.70	(10	20.00	154.00	35 100	0,975	0.046	0.1246	46	0.20	103,86	£7.00£	14.22	0,975	£7 07£	250	w.	0,255
жидкая с маслом	150	3,78	6,12	20,96	154,32	№189	0,975	0,045	0,1245	45	0,39	103,80	57,885	14,32	0,975	57,075			0,20
сливочным					1		0	,											
				Î															
какао с молоком	170	3,47	3,01	14,94	101,05	№397	1,343	0,051	0,051	17		129,387	44,676	9,639	0,408	30,889	350		0,034
	20	1,58	0,20	11.66	47,00	№701	9	0,036	0,008	10		6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,00
хлеб пшеничный масло сливочное	4	0,03	2,90	11,66 0,05	26,44	№701 №703	3	0,0004	0,0048	16	0,216	0,96	1,2	-	0,008	0,4	0,0001	-	-
сыр (порциями)	6	1,39	1,77	-	21,60	N <u>e</u> 7	0,042	0,0024	0,0018	15,6	0,3576	52,8	30	2,1	0,06	3,48	250		520
итого за завтрак	350	10,25	14,00	47,61	350,41	25%	2,360	0,135	0,190	93,600	0,964	293,407	149,361	26,119	1,691	94,504	0,000	0,000	0,296
						BTO	рой за	втрак				7				,			
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4		151,2	93,6	2,6	0,012	7,52	895		0,024
итого за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,
							1												
						T	обед	<u>.                                    </u>											
OUR PROOFF GHOVING O																			
суп крестьянский с крупой перловой	150	1,43	3,45	6,98	64,50	N <u>º</u> 43	3,6	0,015	0,015	17,04	×	15,51	29,625	7,56	0,27	53,07	1901	¥	0,01
крупои перловои																			
со сметаной	10	0,26	1,50	0,36	16,20	№488	0,04	0,003	0,01	10,7	0,097	8,8	6,1	0,9	0,02	3,6	150		150
oudro monno	70	7,36	12,42	4,24	166,25	№310	0,028	0,147	0,098	49	0,801	35,084	38,675	7,675	0,84	45,916	0,028	0,0007	0,609
суфле куриное	70	7,30	12,42	4,24	100,23	145210	0,020	0,147	0,020	72	0,001	33,004	30,075	7,075	0,04	45,210	0,020	4,0007	0,000
	40.00000	22 12.150	CHOVERED	000 4600	90000000000000000000000000000000000000	25-54-2-55-6													
пюре из свеклы	110	1,65	3,71	9,61	78,10	№219	1,397	0,022	0,044	2,266		37,642	45,144	10,581	1,562	64,437	0,0077	2	0,264
							-				-				_				
компот из смеси сухофруктов	160	0,40	ē	21,60	56,00	№527	1,2		0,0016	20		2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	120		150
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701		0,036	0,008	-	-	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700		0,0648	0,0072			12,6	20,88	1,12	0,684	3,708	(+)		(91)
итого за обед	556	13,97	21,71	70,08	500,41	36%	6,265	0,288	0,184	99,006	0,898	118,556	159,984	29,837	3,677	176,335	0,036	0,001	0,892
						<u>уплотн</u>	енный	і полдн	шк										
Number of the Control							1.073.000.000												
запеканка из творога	130	14,17	12,48	23,66	271,70	№9/5	0,299	0,052	0,299	55,77	1,053	182,871	151,879	8,887	0,65	71,033	0,0065	0,0013	0,11
с повидлом	30	0,12	-	19,50	75,00	б/н	0,15	0,003	0,006	80		4,2	2,7	2,1	0,39	11,7	120		520
																		8	
морковь в молочном	70	1,12	0,49	4,48	25,90	б/н	11,869	0,035	0,063	147,7	0,427	22,4	41,069	8,669	0,259	49,007	0 <b>5</b> 0	0,0007	150
coyce	70	1,12	0,42	1,40	23,50	0/11	11,005	4,055	0,000	200,00	0,101	24,	11,000	0,003	0,257	13,001	230	4,0007	10000
											<b>}</b>				$\vdash$				
кисель молочный	150	7,32	2,79	22,68	68,55	№256	1,08	0,045	0,075	27	~	154,5	51,9	6,08	0,06	25,845	595	×	0,112
			1672.075	- WE 2 11 2 (1)	000 M G174	onestation.	0227	-8	1950			8	*6	8		**			(##)
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701		0,036	0,008			6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,000
итого за упл. полдник	400	24,31	15,96	81,98	488,15	35%	13,398	0,171	0,451	230,470	1,480	370,371	263,148	25,796	1,599	160,245	0,007	0,002	0,237

						I	ень	8											
		пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-	Ì	3					V V				Y Y		
наименование блюда	выход блюда	белки		угле-	тическая	пической						Ca,	Ρ,	Mg,	Fe,	K,		Se,	F,
	олюда	оелки	жиры	воды	ценность	карты	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D		фосфор	магний	железо	калий	I, йод	селен	фтор
						3	автра	ĸ											
каша манная молочная	120	3,56	4,80	16,02	121,55	№189	0,78	0,048	0,036	36	0,504	82,068	32,124	6,616	0,78	50,088	0,0048	_	0,108
жидкая	120	5,50	1,00	10,02	151,55	312109		6	8		32		4	3	1 8	8			
кофейный напиток с молоком	165	2,61	2,21	13,17	83,42	№395	1,0725	0,033	0,0165	16,5	¥	103,7685	74,25	6,55	0,1155	28,3305	-	÷	0,033
яйца варенные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№213	-	0,032	0,18	100	2,48	22	76,8	4,8	0,2	8	0,008	0,0128	0,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	Nº701		0,036	0,008		2,10	6,4	15,6	6,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	№703		0,0005	0,006	20	0,27	1,2	1,5	-,	0,01	0,5	-	-,	120
итого за завтрак	350	12,87	15,44	41,19	348,02	25%	1,853	0,150	0,247	172,500	3,254	215,437	200,274	24,026	1,346	89,579	0,013	0,013	0,768
nroro sa sabipan	000	12,07	15,11	11,15	5 10,02	2370													
						втор	ой заг	<u>трак</u>											
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4	-	151,2	93,6	2,6	0,012	7,52		-	0,024
итого за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,024
							-6												
	i i		i	Ī	Î	ř	<u>обед</u>		i		í								
	A0004-01140-		000 000000		V00000000000000	10 N CONT. AND DOG AT	1924 2 (0797)	740000	NOT MAKE IT	104010000000		proportion of the state of the	200477-0-0-0	600 A DOCUMENT	CANDO O		200000000000000000000000000000000000000		040000000
свекольник	150	1,28	3,30	8,78	69,75	№5/2	11,28	0,06	0,06	13,59	8	62,94	39,54	8,015	1,32	59,4	0,0045	8	0,018
																E-			
биточки	70	6,64	6,97	13,78	151,38	№289	0,147	0,056	0,112	14	0,343	27,125	70,616	5,834	0,56	52,916	0,0441	0,0014	0,371
капуста тушеная	110	2,30	4,08	10,55	88,00	№132	18,326	0,033	0,044	26,18	0	62,337	47,157	10,32	0,891	65,24	0,0033	0,0011	0,0154
компот из смеси	440	0.10		24 50	7 - 00		4.6		0.004.6	00		0.50	0.00	4.0400	0.000	2011			
сухофруктов	160	0,40	0)=0	21,60	56,00	№527	1,2		0,0016	20		2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944			1553
хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	5,83	23,50	№701		0,018	0,004	,e		3,2	7,8	3,03	0,12	1,33	0,0002	0,0001	0,0035
хлеб ржаной	36 536	1,30	0,43	15,62	72,36	№700 33%	20.052	0,0648	0,0072	72.770	0.242	12,6 170,722	20,88	1,12 30,260	0,684	3,708 185,538	0.050	0.002	0.400
итого за обед	536	12,70	14,89	76,16	460,99	33%0	30,953	0,232	0,229	73,770	0,343	170,722	189,953	30,200	3,636	160,000	0,052	0,003	0,408
						уплотне	нный	полдн	ше										
плюшка "Московская"	70	4,08	4,55	51,80	219,33	б/н	0,119	0,07	0,056	9,597	0,399	34,909	23,401	5,711	0,651	33,796	0,0035	0,0042	0,168
		33.52.53.53	.,,			92376	H6000000	2360	10000000	SOMO MESSON	200 (200)	5.59965555	579637605050	0.5444700459	1600,000	les/Glussia	51 010000014	romprome at	23862
						,							· ·						
салат картофельный	135	2,05	6,89	18,56	144,45	№39	11,1645	0,1215	0,0945	51,0975	0,3105	21,816	68,2965	9,1045	1,296	104,659	0,00675	0,00135	0,4185
Space and a specificity of a strong for a state of the					14400-00	246				25 <b>2</b> 2,000,400		2/10/2004		SC_COMMAN.		Service of			
чай с сахаром	180	0,13	(A.E.)	5,53	21,60	№286	0,054	ē	0,0054	0,288	0	0,162	4,752	2,538	0,018	14,292	6	- 5	0,53
сок яблочный	175	0,88	0,18	17,33	75,25	№442	7	0,175	0,175			12,25	12,25	0,7	2,4	21	- 0.000	0.00015	- 000000
хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	8,75	35,25	№701	10 220	0,027	0,006	40.002	0.710	4,8	11,7	4,545	0,18	1,995	0,0003	0,00015	0,00525
итого за упл. полдник	575	8,32	11,76	101,96	495,88	35%	18,338	0,394	0,337	60,983	0,710	73,937	120,400	22,599	4,545	175,742	0,011	0,006	0,592

							день	9											
наименование блюда	выход блюда	NO.	евые веще	ства угле-	энерге- тическая	№ техноло- пической						Ca.		Mg	Fe,	К,	I,	Se,	F,
	шюда	белки	жиры	воды	ценность	карты	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D		Ρ, φοτφορ	магний	железо	калий	, йод	селен	фтор
							завтр	ак											
каша пшеничная молочная жидкая	135	4,90	5,59	21,69	156,59	№189	0,8775	0,0945	0,1269	27	0,702	99,6975	127,7235	10,3665	1,755	76,032	ARR	¥	0,1215
чай с молоком и сахаром	180	1,31	0,95	7,43	43,20	<b>№</b> 287	0,234	0,018	0,054	10,026	a	47,034	44,604	5,4	0,054	6,93	0,0036	e	0,09
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701		0,036	0,008	(8)	12	6,4	15,6	0,06	0, 24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	№703	15	0,0005	0,006	20	0,27	1,2	1,5	520	0,01	0,5	1020	¥	1940
сыр (порциями)	10	2,32	2,95	-	36,00	№7	0,07	0,004	0,003	26	0,596	88	50	3,5	0,1	5,8	656	-	858
нтого за завтрак	350	10,15	13,32	40,85	315,84	23%	1,182	0,153	0,198	83,026	1,568	242,332	239,428	19,327	2,159	91,922	0,004	0,000	0,219
							onoë n	antnar											
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	<u>B1</u> №435	1,2	0,048	0,084	26,4		151,2	93,6	2,6	0,012	7,52	520	2	0,024
кефир итого за второй завтрак	10000000	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048		7,000	0,000	80,00000	93,600	2,600	1,1000	20000000		0,000	1 100000000
iroro su Bropon sub ipun	120	5,00	5,00	1,00	50,10	5.0	1,200	0,040	0,004	20,400	0,000	151,200	93,000	2,000	0,012	1,520	0,000	0,000	0,02
							обе	1											
щи из свежей капусты	150	1,02	2,90	4,02	46,20	№66	12,015	0,015	0,015	15,96	6-	30,135	22,335	7,95	0,39	67,215	248	¥	0,006
со сметаной	11	0,29	1,65	0,40	17,82	№488	0,044	0,0033	0,011	11,77	0,1067	9,68	6,71	0,99	0,022	3,96	1020	¥	1020
бефстроганов из отварного мяса говядины	70	7,27	11,28	12,17	168,00	№8/8	0,763	0,042	0,126	38,423	0,455	54,67	84,749	5,526	0,833	60,788	0,043	0,0007	0,063
макаронные изделия отварные	110	4,15	0,50	21,30	117,26	N <u>º</u> 33	0,011	0,044	0,011	22,275	0,649	4,18	34,023	11,424	0,572	14,487	0,0011	2	0,088
салат из свеклы	40	0,57	2,76	3,34	37,56	№33	3,8	0,008	0,016	0,76	è	14,06	16,388	2,36	0,532	21,44	0,0028	2	0,076
компот из смеси сухофруктов	160	0,40	5	21,60	56,00	№527	1,2	8	0,0016	20	85	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	959	-	859
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	25	0,036	0,008	120	85	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700		0,0648	0,0072	197	14	12,6	20,88	1,12	0,684	3,708	560		1340
нтого за обед	597	16,56	19,71	90,11	562,20	40%	17,833	0,213	0,196	109,188	1, 21 1	134,245	204, 645	31,371	3,334	177, 202	0,047	0,001	0,240
						уплот	HOTHER T	й поли	TIME A										
						<u>yildio 1</u>		т полд	nnk			<u> </u>	i -			Pa			_
рыба запченная в омлете	100	6,71	4,82	8,21	157,20	№249	1,02	0,08	0,2	70	12,719	53,88	129,62	6,88	1,09	47,62	0,042	0,007	0,745
пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,36	109,80	№321	14,532	0,108	0,084	24	0,552	29,58	69,276	10,2	0,804	88,76	0,0072	0,0012	0,348
кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,84	№395	0,975	0,03	0,015	15	1-	94,335	67,5	5,5	0,105	25,755	1557	8	0,03
плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	№368	12	0,036	0,024	6	25	19,2	13,2	5,8	2,44	170	050		100
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	15	0,036	0,008	190	-	6,4	15,6	0,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,007
с повидлом	10	0,04		6,50	25,00	б/н	0,05	0,001	0,002	190	14	1,4	0,9	0,7	0,13	3,9	1720	-	1940
итого за упл. полдник	520	13,63	11,35	66,46	467,64	33%	28,577	0,291	0,333	115,000	13,271	204,795	296,096	29,140	4,809	168,695	0,050	0,008	1,130

						Д	ень	10											
		пище	евые веще	ства	энерге-	№ техноло-				· ·									
наименование блюда	выход блюда	белки	жиры	угле-	тическая	пической						Ca,	Ρ,	Mg	Fe,	K,	1,	Se,	F,
	- 12 k	o ozau.	мары	воды	ценность	карты	•		вит. В2	вит. А	вит. D	ка льций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фто
			1			- 0	завтра	<u>uk</u>											
каша дружба	155	4,08	9,04	19,42	175,31	№266	1,023	0,062	0,1085	52,5295	1.0075	98,115	27,0785	13,963	0,434	54,3585	28		0,2
		(,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	,		,			SAMAGA		300.440.000	13400000	P. S. C. S.	CONTINUE BY	1/2/11/14	XIV XXXIV	2.000.000000			
кофейный напиток с			40																
молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	<b>№</b> 395	1,17	0,036	0,018	18	5.	113,202	81	7,6	0,126	30,906		¥	0,0
плоды свежие (яблоко)	75	0,30	0,30	7,35	33,00	№368	7,5	0,0225	0,015	3,75	100	12	8,25	3,75	1,9	198	- 0		
хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	5,83	23,50	№701	1920	0,018	0,004	020	E.	3,2	7,8	3,03	0,12	1,33	0,0002	0,0001	0,0
масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	№703	050	0,0005	0,006	20	0,27	1,2	1,5	858	0,01	0,5	- 8		9
гого за завтрак	425	8,05	15,47	47,03	355,86	25%	9,693	0,139	0,152	94,280	1,278	227,717	125,629	28,343	2,590	87,095	0,000	0,000	0,3
						вто	рой за	втрак											
Кефир	120	3,6	3	4,8	68,4	№435	1,2	0,048	0,084	26,4	54	151,2	93,6	2,6	0,012	7,52	Si .		0,1
того за второй завтрак	120	3,60	3,00	4,80	68,40	5%	1,200	0,048	0,084	26,400	0,000	151,200	93,600	2,600	0,012	7,520	0,000	0,000	0,0
							обед												
							1												
суп картофельный	150	1,41	1,70	9,98	60,75	№77	7,2	0,075	0,045	14,025	5.	15,51	46,08	6,675	0,705	60,915	0,003	¥	0,1
со сметаной	11	0,29	1,65	0,40	17,82	№488	0,044	0,0033	0,011	11,77	0,1067	9,68	6,71	0,99	0,022	3,96	-	_	
co emercanon		0,22	1,05	0,10	13,02	312100	39,5,13	(54455)	(34,44,5)	224(3)	33,111	.,,					3.5		
фрикадельки из мяса говядины припущенные	70	7,08	11,20	12,25	164,50	N <u>º</u> 22/8	0,098	0,028	0,028	4,053	0,2744	25,053	53,774	3,792	0,574	46,644	0,063	0,0007	0,3
рагу из овощей	120	1,84	2,96	10,80	77,60	№18/3	9,348	0,06	0,06	57,828	æ	37,68	51,984	8,496	0,888	74,8	0,0036	0,0036	0,0
компот из смеси сухофруктов	160	0,40	220	21,60	56,00	№527	1,2	120	0,0016	20	12	2,52	3,96	1,9408	0,0608	2,944	20		Ç
яйца варенные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№213	1921	0,032	0,18	100	2,48	22	76,8	4,8	0,2	8	0,008	0,0128	0,
хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	5,83	23,50	№701	959	0,018	0,004	970	95	3,2	7,8	3,03	0,12	1,33	0,0002	0,0001	0,0
хлеб ржаной	36	1,30	0,43	15,62	72,36	№700	1553	0,0648	0,0072	1020	87	12,6	20,88	1,12	0,684	3,708			1 8
того за обед	597	18,18	22,64	76,76	535,53	38%	17,890	0,281	0,337	207,676	2,861	128,243	267,988	30,844	3,254	202,301	0,078	0,017	1,0
						уплотн	енный	полдн	нк										
ватрушка с творогом	80	6,42	9,97	40,25	260,92	№5/12	0,144	0,072	0,144	45,576	0,36	74,384	51,624	5,648	0,824	51,744	0,008	0,0016	0
пюре из моркови	120	1,68	4,72	10,64	93,60	<b>№</b> 340	3,204	0,06	0,108	253,2	0,732	38,4	70,404	10,004	0,444	74,012	£3	0,0012	0
кисель молочный	180	7,98	3,35	27,22	82,26	№256	1,296	0,054	0,09	32,4		185,4	62,28	9,296	0,072	21,014	23	¥	0,1
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	11,66	47,00	№701	10537	0,036	0,008	1,23		6,4	15,6	6,06	0,24	2,66	0,0004	0,0002	0,0
того за упл. полдник	400	17,66	18,23	89,77	483,78	35%	4,644	0,222	0,350	331,176		304,584	199,908	31,008	1,580	149,430	0,008	0,003	0,2

норма по СанПин	42	47	203	1400	45	0,8	0,9	450	10	800	700	80	10	400	0,07	0,015	1,4
	пище	вые вещес	тва	энерге-						Ca.		***	F11	100	70	Se.	_
	белки	жиры	угле- воды	тическая ценность	вит. С	вит. В1	вит. В2	вит. А	вит. D	са, кальций	Р, фосфор	Mg магний	Fe, железо	К, калий	і, йод	50, селен	F, фтор
день 1	48,66	41,35	208,06	1380,63	73,253	0,923	0,838	474,135	19,693	577,771	789,664	86,366	12,748	434,090	0,048	0,028	1,728
день 2	51,83	48,11	210,84	1409,54	32,004	0,675	0,807	425,800	3,165	763,054	656,932	77,581	5,595	395,609	0,028	0,004	0,799
день 3	40,32	40,38	237,67	1439,49	31,552	0,731	0,841	296,308	3,604	631,340	644,455	95,804	11,313	406,915	0,070	0,021	1,496
день 4	49,08	50,76	222,43	1444,01	60,649	0,932	0,955	327,296	14,455	857,434	674,452	89,617	11,471	455,436	0,076	0,009	1,676
день 5	40,94	49,54	223,34	1411,31	30,923	0,754	0,751	549,456	3,156	743,793	736,242	88,449	6,971	442,815	0,124	0,015	1,030
день б	46,59	47,47	193,95	1411,47	53,058	0,832	0,699	496,693	18,723	541,086	715,230	90,396	12,326	465,971	0,086	0,025	1,717
день 7	52,13	54,67	204,47	1407,37	23,223	0,642	0,909	449,476	3,342	933,534	666,093	84,352	6,979	438,604	0,043	0,003	1,449
день 8	37,49	45,08	224,11	1373,29	52,343	0,823	0,896	333,653	4,307	611,296	604,227	79,484	9,538	458,379	0,076	0,021	1,792
день 9	43,95	47,38	202,22	1414,08	48,792	0,705	0,811	333,614	16,050	732,572	833,769	82,437	10,314	445,339	0,101	0,010	1,613
день 10	47,49	59,35	218,35	1443,58	33,427	0,690	0,922	659,532	5,231	811,744	687,125	92,795	7,436	446,346	0,086	0,020	1,571
среднее	45,85	48,41	214,54	1413,48	43,922	0,771	0,843	434,596	9,172	720,362	700,819	86,728	9,469	438,950	0,074	0,016	1,487
% +/- 10	109%	103%	106%	101%	98%	96%	94%	97%	92%	90%	100%	108%	95%	110%	105%	104%	106%

норма брутто	наименование	день1	день2	день3	день4	день5	день6	день7	день8	день9	день10	среднее	%(+/-5%)
54	Хлеб пшеничный	40	60	60,2	55,5	60	40	60	58,2	60	50,5	54,44	101%
36	Хлеб ржаной	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	100%
22,5	Caxap	17,2	29,6	23,8	21,2	22,5	16,9	26,3	25,5	19,6	29,2	23,18	103%
16,2	Масло сливочное	16,1	15,3	12,3	12,3	22	17,8	13,9	12,4	24,2	13,7	16	99%
351	Молоко	284,4	266,1	374,3	407,3	494,2	270,6	395	279,8	376,9	405,1	355,37	101%
7,2	Макароны		34,7		6					34,7		7,54	105%
27	крупы	33,7	30	28	26,9	32,4	32,3	36,4	17,8	25,9	20,2	28,36	105%
49,05	мясо	73,3		56	57,9	69,7	69,9		56	60,8	57,9	50,15	102%
20,4	птица		89,5					112,8				20,23	99%
180	картофель	289,3	30	75	252,1	218,6	236,5	25,1	238,2	171	179,1	171,49	95%
202,5	ов ощи	232,6	206,9	181,9	231,2	208,3	139,8	228,7	249,1	140,2	272,8	209,15	103%
22,5	мука	5	23	38,6	3,2	62	2	3	40,5	7,3	30,8	21,54	96%
8,1	Масло растительное	7,5	8,3	7,4	7,7	8,8	5,7	4,3	13,1	5,4	11,8	8	99%
38,95	Рыба	92,1			94,3		102,1			110,9		39,94	103%
8,1	сметана		20,8	12			13	10		11	11	7,78	96%
27	творог		131,8					120,8	ĵ		30,8	28,34	105%
2,7	соль	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	100%
36	яйцо	56,3	5,8	46,5	24,3	10,6	60	16,6	44,2	25	52,3	34,16	95%
0,9	кофейный напиток		1,49	1,62			1,35		1,49	1,35	1,62	0,892	99%
0,45	какао	1,49			1,62			1,53				0,464	103%
8,1	сухофрукты	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	99%
0,45	чай	0,56	0,56	0,67		0,65	0,67		0,67	0,67		0,445	99%
1,8	крахмал				6,7			5,5	9		6,7	1,89	105%
0,36	дрожжи			1,29		0,94			0,35		0,94	0,352	98%
3,6	сыр		10,7		6,4			6,4		10,7		3,42	95%
90	сок	175		175	175		175		175			87,5	97%
85,5	фрукты свежие	148,2		148,2	148,2		148,2			136,8	85,5	81,51	95%
10,8	конд.изделия		15	46,3			10	30		10		11,13	103%