|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | **выход** | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | **К/кал** | | | | | | | Витамины,мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва,мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **В1** | | | | **В2** | | | | | | | | **С** | | | | | | | | | | | | | **Са** | | | | | | | | | | **Fe** | | | | | | | | | | | | | |
| **Первая неделя** | | | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1 день** | | **1** | | 2 | 3 | | | 4 | | | | | 5 | | | | | 6 | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | | | |
|  | | **1 ЗАВТРАК** | | сад | сад | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Ясли/сад | | | | | | | | |
| 252 | | Каша гречневая | | 0.200 | 9.42 | | | 9.65 | | | | | 29.83 | | | | | 362.1 | | | | | | | 0.28 | | | | 0.15 | | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 2.86 | | | | | | | | | | 6.06 | | | | | | | | | | | | | | гречка | | | | | | | | | | | | | | | 0.048 | | | | | | | | |
| 505 | | Чай сладкий | | 0,150 | 0,03 | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | 76,5 | | | | | | | 0,00 | | | | 0,00 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | 14,85 | | | | | | | | | | 2,46 | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | |
|  | | Хлеб | | 0,040 | 3.04 | | | 0.32 | | | | | 19.68 | | | | | 94 | | | | | | | 0,6 | | | | 0,016 | | | | | | | | 0.003 | | | | | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | 0.60 | | | | | | | | | | | | | | сахар | | | | | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | |
| 114 | | Сыр | | 00.014 | 3,58 | | | 3,65 | | | | | 0 | | | | | 48.02 | | | | | | | 0.004 | | | | 0.50 | | | | | | | | 0.09 | | | | | | | | | | | | | 12,6 | | | | | | | | | | 0.13 | | | | | | | | | | | | | | чай | | | | | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **16.07** | | | **13.62** | | | | | **62.47** | | | | | **580.62** | | | | | | | **0.884** | | | | **0.0666** | | | | | | | | **0,093** | | | | | | | | | | | | | **42,31** | | | | | | | | | | **9,25** | | | | | | | | | | | | | | сыр | | | | | | | | | | | | | | | 0,009 | | | | | | | | |
|  | | **2 завтрак** | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Соль | | | | | | | | | 0,005 | | | | |
|  | | Сок | | 0170 | 0 | | | 0 | | | | | 22,4 | | | | | 90 | | | | | | | 0.017 | | | | 0.017 | | | | | | | | 3.4 | | | | | | | | | | | | | 11.9 | | | | | | | | | | 0.34 | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **ОБЕД** | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 154 | | Щи из свежей капусты | | 0,200 | 9,61 | | | 5,13 | | | | | 34,10 | | | | | 218,43 | | | | | | | 0.022 | | | | 0.022 | | | | | | | | 13,47 | | | | | | | | | | | | | 23,39 | | | | | | | | | | 0,47 | | | | | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | | | | | | | | | | 0,080 | | | | | | | | |
| 379 | | Жаркое по домашнему | | 0,200 | 13,4 | | | 14,16 | | | | | 35,12 | | | | | 326,96 | | | | | | | 0,15 | | | | 0,21 | | | | | | | | 7,13 | | | | | | | | | | | | | 24,16 | | | | | | | | | | 3,75 | | | | | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | | | | | | | | | | 0,500 | | | | | | | | |
| 522 | | Компот | | 0,180 | 0,50 | | | 0 | | | | | 24,66 | | | | | 100,65 | | | | | | | 0.009 | | | | 0.009 | | | | | | | | 0.27 | | | | | | | | | | | | | 50.73 | | | | | | | | | | 1.42 | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,050 | 4,15 | | | 1,62 | | | | | 26,89 | | | | | 141,48 | | | | | | | 0.06 | | | | 0.015 | | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 10.0 | | | | | | | | | | 0.275 | | | | | | | | | | | | | | Масло рост | | | | | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | капуста | | | | | | | | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | морковка | | | | | | | | | | | | | | | 0,045 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | лук | | | | | | | | | | | | | | | 0,035 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | сметана | | | | | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | сухофрукты | | | | | | | | | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **27,66** | | | **20,91** | | | | | **120,77** | | | | | **787,52** | | | | | | | **0,241** | | | | **0,256** | | | | | | | | **20,87** | | | | | | | | | | | | | **108,28** | | | | | | | | | | **5.915** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **ПОЛДНИК** | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | сахар | | | | | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | |
| 179 | | Суп рисовый молочный | | 0, 200 | 4,81 | | | 5,16 | | | | | 16,45 | | | | | 134,16 | | | | | | | 0.056 | | | | 0.196 | | | | | | | | 0,91 | | | | | | | | | | | | | 155,76 | | | | | | | | | | 0.254 | | | | | | | | | | | | | | Рис | | | | | | | | | | | | | | | 0,022 | | | | | | | | |
| 514 | | Кофейный напиток | | 0,200 | 2,79 | | | 0,04 | | | | | 19,80 | | | | | 90,56 | | | | | | | 0,03 | | | | 0,07 | | | | | | | | 1,00 | | | | | | | | | | | | | 113,80 | | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,014 | 1,08 | | | 0,42 | | | | | 6,97 | | | | | 36,68 | | | | | | | 0,06 | | | | 0,015 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | 10,0 | | | | | | | | | | 0,275 | | | | | | | | | | | | | | молоко | | | | | | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | сахар | | | | | | | | | | | | | | | 0,014 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Коф напиток | | | | | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **8,68** | | | **5,62** | | | | | **43,22** | | | | | **261,4** | | | | | | | **0.146** | | | | **0.281** | | | | | | | | **1,91** | | | | | | | | | | | | | **279,56** | | | | | | | | | | **0.669** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | **52,41** | | | **40,15** | | | | | **226,46** | | | | | **1629,54** | | | | | | | **1.271** | | | | **0603** | | | | | | | | **22,87** | | | | | | | | | | | | | **430,15** | | | | | | | | | | **15,834** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | **К/кал** | | | | | | | Витамины,мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва,мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **В1** | | | | | | | **В2** | | | | | | | | **С** | | | | | | | | | | | | | **Са** | | | | | | | | | | | | **Fe** | | | | | | | | | | | | | |
| **2 день** | | **1** | | 2 | 3 | | | 4 | | | | | 5 | | | | | 6 | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | | | | | | |
|  | | **1 ЗАВТРАК** | | сад | сад | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | сад | | | | | | | | | | | |
| 259 | | Каша ячневая молочная | | 0,200 | 6,57 | | | 9,11 | | | | | 41,01 | | | | | 277,59 | | | | | | | 0,13 | | | | | | 0,04 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 53,39 | | | | | | | | | | | | 1,20 | | | | | | | | | | | | | | | Ячка | | | | | | | | | | | | 0,026 | | | | | | | | | | | |
| 508 | | Какао с молоком | | 0,200 | 4,29 | | | 3,75 | | | | | 17,16 | | | | | 118,69 | | | | | | | 0,03 | | | | | | 0,07 | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | 117,39 | | | | | | | | | | | | 0,51 | | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,040 | 3,04 | | | 0,32 | | | | | 19,68 | | | | | 94 | | | | | | | 0,06 | | | | | | 0,01 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | молоко | | | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | | | | |
| 602 | | вафля | | 0,21 | 0,58 | | | 0,69 | | | | | 16,23 | | | | | 74,34 | | | | | | | 0,006 | | | | | | 0,008 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 3,36 | | | | | | | | | | | | 0,32 | | | | | | | | | | | | | | | сахар | | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | какао | | | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **14,48** | | | **13,87** | | | | | **94,08** | | | | | **564,62** | | | | | | | **0,226** | | | | | | **0,238** | | | | | | | | **0,65** | | | | | | | | | | | **186,14** | | | | | | | | | | | | **2,63** | | | | | | | | | | | | | | | Соль | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | | **2 завтрак** | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | фрукт | | 0,150 | 4,2 | | | 0 | | | | | 18,65 | | | | | 90 | | | | | | | 0,14 | | | | | | 0,01 | | | | | | | | 0,82 | | | | | | | | | | | 10,99 | | | | | | | | | | | | 1,44 | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ОБЕД** | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| 163 | | Суп с фрикадельками | | 0,200 | 8,74 | | | 4,96 | | | | | 29,58 | | | | | 183,13 | | | | | | | 0,08 | | | | | | 0,05 | | | | | | | | 12,84 | | | | | | | | | | | 36,05 | | | | | | | | | | | | 1,37 | | | | | | | | | | | | | | | мясо | | | | | | | | | | | | 0,080 | | | | | | | | | | | |
| 378 | | Гуляш из говядины | | 0,070 | 6,81 | | | 3,97 | | | | | 2,23 | | | | | 72,48 | | | | | | | 0,058 | | | | | | 0,052 | | | | | | | | 0,745 | | | | | | | | | | | 32,91 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | картофель | | | | | | | | | | | | 0,160 | | | | | | | | | | | |
| 432 | | Отварные макароны | | 0,130 | 4,79 | | | 5,40 | | | | | 29,33 | | | | | 191,02 | | | | | | | 1,90 | | | | | | 0,0325 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 11,08 | | | | | | | | | | | | 0,920 | | | | | | | | | | | | | | | макароны | | | | | | | | | | | | 0,050 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,050 | 4,15 | | | 1,62 | | | | | 26,89 | | | | | 141,48 | | | | | | | 0,06 | | | | | | 0,02 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
| 517 | | Кисель | | 0,180 | 0,56 | | | 0,23 | | | | | 36,13 | | | | | 148,86 | | | | | | | 0,00 | | | | | | 0,02 | | | | | | | | 17,5 | | | | | | | | | | | 13,27 | | | | | | | | | | | | 0,95 | | | | | | | | | | | | | | | Масло раст | | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | | | | | | | 0,040 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Лук | | | | | | | | | | | | 0,035 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | кисель | | | | | | | | | | | | 0,016 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Мука | | | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Том паста | | | | | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **25,05** | | | **16,18** | | | | | **124,16** | | | | | **736,97** | | | | | | | **2,098** | | | | | | **0,174** | | | | | | | | **31,09** | | | | | | | | | | | **104,31** | | | | | | | | | | | | **4,44** | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ПОЛДНИК** | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| 313 | | Картофельное пюре | | 0,200 | 5,99 | | | 8,46 | | | | | 0,32 | | | | | 131,68 | | | | | | | 0,04 | | | | | | 0,20 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 41,40 | | | | | | | | | | | | 1,13 | | | | | | | | | | | | | | | молоко | | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
| 514 | | Салат из капусты | | 050 | 2,79 | | | 0,04 | | | | | 19,80 | | | | | 90,56 | | | | | | | 0,03 | | | | | | 0,07 | | | | | | | | 1,00 | | | | | | | | | | | 113,80 | | | | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,014 | 1,08 | | | 0,42 | | | | | 6,97 | | | | | 36,68 | | | | | | | 0,015 | | | | | | 0,004 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 2,8 | | | | | | | | | | | | 0,15 | | | | | | | | | | | | | | | Масло раст | | | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
| 505 | | Чай с сахаром | | 0,150 | 0,00 | | | 0,00 | | | | | 11,28 | | | | | 45,09 | | | | | | | 0,00 | | | | | | 0,00 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 4,05 | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | | | | | капуста | | | | | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | картофель | | | | | | | | | | | | 0,250 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Чай | | | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | морковка | | | | | | | | | | | | 0,025 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **9,86** | | | **8,92** | | | | | **38,37** | | | | | **304,01** | | | | | | | **0,08** | | | | | | **0,27** | | | | | | | | **1,0** | | | | | | | | | | | **162,05** | | | | | | | | | | | | **2,07** | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | **53,59** | | | **38,97** | | | | | **275,26** | | | | | **1695,6** | | | | | | | **2,544** | | | | | | **0,692** | | | | | | | | **33,56** | | | | | | | | | | | **463,49** | | | | | | | | | | | | **10,58** | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | **К/кал** | | | | | | | Витамины,мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва,мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| **В1** | | | | | | **В2** | | | | | | | **С** | | | | | | | | | | **Са** | | | | | | | | | | | | | **Fе** | | | | | | | | | | | | |
| **3 день** | | **1** | | 2 | 3 | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | 6 | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | | | | | | |
|  | | **1 ЗАВТРАК** | | сад | сад | | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | сад | | | | | | | | | | | |
| 262 | | Каша геркулесовая молочная | | 0,200 | 8,56 | | | | 13,73 | | | | | 31,57 | | | | | 286,19 | | | | | | | 0,18 | | | | | 0,17 | | | | | | | | 1,43 | | | | | | | | | 154,52 | | | | | | | | | | | | | 1,70 | | | | | | | | | | | | | | | Геркулес | | | | | | | | | | | | | 0,026 | | | | | | | | | | | |
| 514 | | Кофейный напиток | | 0,200 | 2,79 | | | | 0,04 | | | | | 19,80 | | | | | 90,56 | | | | | | | 0,03 | | | | | 0,07 | | | | | | | | 1,00 | | | | | | | | | 113,80 | | | | | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,040 | 4,4 | | | | 3,6 | | | | | 16,02 | | | | | 111,0 | | | | | | | 0,05 | | | | | 0,05 | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | 80,8 | | | | | | | | | | | | | 0,52 | | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
| 603 | | пряник | | 0,014 |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **17,25** | | | | **21,08** | | | | | **64,75** | | | | | **515,88** | | | | | | | **0,26** | | | | | **0,29** | | | | | | | | **2,11** | | | | | | | | | **352,71** | | | | | | | | | | | | | **2,73** | | | | | | | | | | | | | | | Какао | | | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | | **2 завтрак** | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Соль | | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | | сок | | 0,150 | 0,00 | | | | 0,26 | | | | | 13,23 | | | | | 65,82 | | | | | | | 0,14 | | | | | 0,01 | | | | | | | | 0,82 | | | | | | | | | 10,99 | | | | | | | | | | | | | 1,44 | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ОБЕД** | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Курица | | | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
| 171 | | Суп с лапшой из курицы | | 0,200 | 9,08 | | | | 7,26 | | | | | 20,96 | | | | | 165,7 | | | | | | | 0,03 | | | | | 0,02 | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | 8,21 | | | | | | | | | | | | | 0,35 | | | | | | | | | | | | | | | Лапша | | | | | | | | | | | | | 0,019 | | | | | | | | | | | |
| 391 | | Котлета мясная | | 0,070 | 12,54 | | | | 11,80 | | | | | 10,01 | | | | | 196,46 | | | | | | | 0,08 | | | | | 0,10 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 9,83 | | | | | | | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | | | | | | | | 0,070 | | | | | | | | | | | |
| 431 | | Горошница | | 0,1340 | 20,47 | | | | 4,84 | | | | | 41,61 | | | | | 291,97 | | | | | | | 0,40 | | | | | 0,10 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 105,11 | | | | | | | | | | | | | 6,07 | | | | | | | | | | | | | | | Горох | | | | | | | | | | | | | 0,052 | | | | | | | | | | | |
| 528 | | Компот с с/ф | | 0,180 | 1,22 | | | | 0 | | | | | 26,11 | | | | | 109,36 | | | | | | | 0,00 | | | | | 0,00 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 0,61 | | | | | | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | | | | | | | | | Лук | | | | | | | | | | | | | 0,035 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,055 | 4,18 | | | | 0,44 | | | | | 27,06 | | | | | 129,25 | | | | | | | 0,06 | | | | | 0,02 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | | | | | | | | 0,045 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Масло рас | | | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | сухофрукты | | | | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **47,49** | | | | **24,34** | | | | | **125,75** | | | | | **892,74** | | | | | | | **0,71** | | | | | **0,25** | | | | | | | | **1,22** | | | | | | | | | **145,75** | | | | | | | | | | | | | **9,79** | | | | | | | | | | | | | | | Мука | | | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ПОЛДНИК** | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Сгущённое молоко | | | | | | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | |
| 326 | | Запеканка твороженная со сгущённым молоком | | 0,090 | 4,28 | | | | 4,28 | | | | | 22,71 | | | | | 125,24 | | | | | | | 0,02 | | | | | 0,08 | | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | | 33,19 | | | | | | | | | | | | | 0,49 | | | | | | | | | | | | | | | Творог | | | | | | | | | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | |
| 505 | | Чай сладкий | | 0,150 | 0,03 | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | 76,5 | | | | | | | 0,00 | | | | | 0,00 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 4,05 | | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | | | 0,025 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Яйцо | | | | | | | | | | | | | 0,012 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | чай | | | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | Масло рас | | | | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **4,31** | | | | **4,28** | | | | | **35,67** | | | | | **267,56** | | | | | | | **0,73** | | | | | **0,33** | | | | | | | | **1,27** | | | | | | | | | **182,99** | | | | | | | | | | | | | **10,93** | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | **69,16** | | | | **47,59** | | | | | **248,58** | | | | | **1750,68** | | | | | | | **1,7** | | | | | **0,87** | | | | | | | | **4,6** | | | | | | | | | **681,45** | | | | | | | | | | | | | **23,45** | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | Витамины мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | **К/кал** | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| В1 | | | | | | | | | В2 | | | | | | | С | | | | | | | | | | | Са | | | | | | | | | | | | | Fе | | | | | | | | | | | | | |
| **4 день** | | 1 | | 2 | 3 | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | 6 | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | | | | | | |
|  | | **1 ЗАВТРАК** | | сад | сад | | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | сад | | | | | | | | | | | |
| 277 | | Каша манная молочная | | 0,200 | 6,57 | | | | 9,11 | | | | | 41,01 | | | | | 277,59 | | | | | 0.07 | | | | | | | | | 0.20 | | | | | | | 0.91 | | | | | | | | | | | 156.56 | | | | | | | | | | | | | 0.37 | | | | | | | | | | | | | | манка | | | | | | | | | | | 0,022 | | | | | | | | | | | |
| 508 | | Какао | | 0,200 | 4,29 | | | | 3,75 | | | | | 17,16 | | | | | 118,69 | | | | | 0.03 | | | | | | | | | 0.07 | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | 117,39 | | | | | | | | | | | | | 0.51 | | | | | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,040 | 3,04 | | | | 0,32 | | | | | 19,68 | | | | | 94 | | | | | 0.04 | | | | | | | | | 0.01 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | | | | | | | | 0.44 | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Коф нап | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Соль | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **13,26** | | | | **7,86** | | | | | **73,84** | | | | | **423,6** | | | | | **0.16** | | | | | | | | | **0.29** | | | | | | | **1.91** | | | | | | | | | | | **285.03** | | | | | | | | | | | | | **1.43** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **2**  **завтрак** | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | фрукт | | 0,150 | 75 | | | | 0 | | | | | 0 | | | | | 85,2 | | | | | 0.017 | | | | | | | | | 0.017 | | | | | | | 3,4 | | | | | | | | | | | 11,9 | | | | | | | | | | | | | 0.34 | | | | | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ОБЕД** | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Курица | | | | | | | | | | | 0,065 | | | | | | | | | | | |
| 129 | | Икра кабачковая | | 0,040 | 0,48 | | | | 1,88 | | | | | 3,08 | | | | | 31,2 | | | | | 0.01 | | | | | | | | | 0.01 | | | | | | | 3.84 | | | | | | | | | | | 12.8 | | | | | | | | | | | | | 0.32 | | | | | | | | | | | | | | Капуста | | | | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | | | |
| 157 | | Борщ со смет на м/б | | 0,200 | 1,37 | | | | 3,53 | | | | | 5,72 | | | | | 172,15 | | | | | 0.06 | | | | | | | | | 0.05 | | | | | | | 15.21 | | | | | | | | | | | 18.56 | | | | | | | | | | | | | 0.65 | | | | | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | | | | | | 0,045 | | | | | | | | | | | |
| 415 | | Курица запеченная | | 0,080 | 6,92 | | | | 5,38 | | | | | 2,72 | | | | | 68,79 | | | | | 0.02 | | | | | | | | | 0.05 | | | | | | | 0.82 | | | | | | | | | | | 17.68 | | | | | | | | | | | | | 0.77 | | | | | | | | | | | | | | Лук | | | | | | | | | | | 0,035 | | | | | | | | | | | |
| 252 | | Гречка отварная | | 0,130 | 7,41 | | | | 6,79 | | | | | 6,40 | | | | | 223,38 | | | | | 0.18 | | | | | | | | | 0.09 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 1.86 | | | | | | | | | | | | | 3.93 | | | | | | | | | | | | | | Свекла | | | | | | | | | | | 0,050 | | | | | | | | | | | |
| 528 | | Компот | | 0,180 | 0,50 | | | | 0 | | | | | 24,66 | | | | | 100,65 | | | | | 0.009 | | | | | | | | | 0.009 | | | | | | | 0.27 | | | | | | | | | | | 50.73 | | | | | | | | | | | | | 1.42 | | | | | | | | | | | | | | Сметана | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,050 | 4,15 | | | | 1,62 | | | | | 26,89 | | | | | 141,48 | | | | | 0.06 | | | | | | | | | 0.02 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | | 0.60 | | | | | | | | | | | | | | Гречка | | | | | | | | | | | 0,048 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Сухофрукты | | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Томатная паста | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | | | | | | 0,160 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Масло рас | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **20,83** | | | | **19,2** | | | | | **69,47** | | | | | **737,65** | | | | | **0.34** | | | | | | | | | **0.23** | | | | | | | **20.14** | | | | | | | | | | | **112.63** | | | | | | | | | | | | | **7.69** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ПОЛДНИК** | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| 299 | | Суп вермишелевый б/м | | 0,200 | 5,71 | | | | 5,25 | | | | | 17,25 | | | | | 143,13 | | | | | 0.07 | | | | | | | | | 0.20 | | | | | | | 0,91 | | | | | | | | | | | 15,56 | | | | | | | | | | | | | 0,37 | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| 505 | | Чай сладкий | | 0,150 | 0,03 | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | 76,5 | | | | | 0.00 | | | | | | | | | 0.00 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 4.05 | | | | | | | | | | | | | 0.65 | | | | | | | | | | | | | | вермешель | | | | | | | | | | | 0,022 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,014 | 1,08 | | | | 0,42 | | | | | 6,97 | | | | | 36,68 | | | | | 0.015 | | | | | | | | | 0.004 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 2.8 | | | | | | | | | | | | | 0.15 | | | | | | | | | | | | | | Чай | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | |
| 604 | |  | | 0,025 | 1,87 | | | | 2,45 | | | | | 18,6 | | | | | 104,25 | | | | | 0,02 | | | | | | | | | 0,01 | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 7,25 | | | | | | | | | | | | | 0,53 | | | | | | | | | | | | | | сахар | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **8,69** | | | | **8,12** | | | | | **55,78** | | | | | **360,56** | | | | | **0.105** | | | | | | | | | **0,021** | | | | | | | **0.91** | | | | | | | | | | | **33,46** | | | | | | | | | | | | | **1..7** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | **42,78** | | | | **35,56** | | | | | **199,09** | | | | | **1522,04** | | | | | **0,60** | | | | | | | | | **0.73** | | | | | | | **82.38** | | | | | | | | | | | **447.56** | | | | | | | | | | | | | **10.54** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | **К/кал** | | | | | | | Витамины мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| В1 | | | | | | | | В2 | | | | | | | С | | | | | | | | | | | Са | | | | | | | | | | | | Fе | | | | | | | | | | | | | |
| **5 день** | | 1 | | 2 | 3 | | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | 6 | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **1 ЗАВТРАК** | | сад | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Рис | | | | | | | | | | 0,026 | | | | | | | | | | | |
| 255 | | Каша рисовая молочная | | 0,200 | 7,45 | | | | | 7,73 | | | | | 30,27 | | | | | 203,5 | | | | | | | 0.04 | | | | | | | | | 0.03 | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 6.65 | | | | | | | | | | | | 0.72 | | | | | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | | | | |
| 514 | | Кофейный напиток | | 0,200 | 2,79 | | | | | 0,04 | | | | | 19,80 | | | | | 90,56 | | | | | | | 0.03 | | | | | | | | | 0.07 | | | | 1,00 | | | | | | | | | | | | | 113,80 | | | | | | | | | | | | 0.14 | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | 0,013 | | | | | | | | | | | |
| 122/490 | | Хлеб с маслом | | 0,045 | 2,98 | | | | | 5,51 | | | | | 20,61 | | | | | 145,22 | | | | | | | 0.06 | | | | | | | | | 0.01 | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | 0.60 | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | | **0,008** | **14,72** | | | | | **16,99** | | | | | **68,04** | | | | | **467,41** | | | | | | | **0.13** | | | | | | | | | **0.11** | | | | **0.65** | | | | | | | | | | | | | **136.04** | | | | | | | | | | | | **1.83** | | | | | | | | | | | | | | Какао | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | | **2-завтрак** | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | сок | | 0,150 | 0,00 | | | | | 0,26 | | | | | 13,23 | | | | | 65,82 | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | 0,01 | | | | 0,82 | | | | | | | | | | | | | 10,99 | | | | | | | | | | | | 1,44 | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ОБЕД** | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| 165 | | Уха из свежей рыбы | | 0,200 | 9,86 | | | | | 4,04 | | | | | 16,88 | | | | | 157,76 | | | | | | | 0.19 | | | | | | | | | 0.14 | | | | 31.58 | | | | | | | | | | | | | 41.87 | | | | | | | | | | | | 1.69 | | | | | | | | | | | | | | Рыба свежая | | | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | |
| 308 | | Макароны с мясом | | 0,200 | 36,31 | | | | | 18,27 | | | | | 101,45 | | | | | 428,64 | | | | | | | 0.28 | | | | | | | | | 3.72 | | | | 1.31 | | | | | | | | | | | | | 65.41 | | | | | | | | | | | | 4.68 | | | | | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | | | | | 0,050 | | | | | | | | | | | |
| 3 | | Салат из капусты | | 0,050 | 0,82 | | | | | 5,05 | | | | | 4,81 | | | | | 68,43 | | | | | | | 0.01 | | | | | | | | | 0.02 | | | | 13.40 | | | | | | | | | | | | | 21.58 | | | | | | | | | | | | 0.30 | | | | | | | | | | | | | | Макароны | | | | | | | | | | 0,050 | | | | | | | | | | | |
| 517 | | Кисель | | 0,180 | 0,58 | | | | | 0,2 3 | | | | | 36,13 | | | | | 148,86 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | 0.02 | | | | 17.05 | | | | | | | | | | | | | 13.27 | | | | | | | | | | | | 0.95 | | | | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,050 | 4,15 | | | | | 1,62 | | | | | 26,89 | | | | | 141,48 | | | | | | | 0.06 | | | | | | | | | 0.02 | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | 0.60 | | | | | | | | | | | | | | Масло раст | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Капуста | | | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | перловка | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | кисель | | | | | | | | | | 0,018 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Лук | | | | | | | | | | 0,040 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | | | | | 0,055 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Сметана | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | | | | | 0,160 | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **51,72** | | | | | **29,21** | | | | | **186,16** | | | | | **945,17** | | | | | | | **0.54** | | | | | | | | | **3.92** | | | | **63.34** | | | | | | | | | | | | | **153.13** | | | | | | | | | | | | **8.22** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ПОЛДНИК** | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| 577 | | Булочка сахарная | | 0,070 | 5,55 | | | | | 5,84 | | | | | 41,66 | | | | | 241,40 | | | | | | | 0.09 | | | | | | | | | 0.04 | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 15.44 | | | | | | | | | | | | 0.77 | | | | | | | | | | | | | | Мука | | | | | | | | | | 0,080 | | | | | | | | | | | |
| 505 | | Чай сладкий | | 0,150 | 0,03 | | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | 76,5 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | 0.00 | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | | | 4.05 | | | | | | | | | | | | 0.65 | | | | | | | | | | | | | | Яйцо | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Чай | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | 0,022 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Масло растительное | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Дрожжи | | | | | | | | | | 0,002 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | | | | | 0,037 | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **5,58** | | | | | **5,84** | | | | | **54,62** | | | | | **317,9** | | | | | | | **0.09** | | | | | | | | | **0.04** | | | | **0.00** | | | | | | | | | | | | | **19.49** | | | | | | | | | | | | **1.42** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | **72,02** | | | | | **52,04** | | | | | **308,82** | | | | | **1730,48** | | | | | | | **0.76** | | | | | | | **4.07** | | | | | | **63.99** | | | | | | | | | | | | | **308.66** | | | | | | | | | | | | **11.47** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | К/кал | | | | | | | Витамины мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| В1 | | | | | | | В2 | | | | | | | **С** | | | | | | | | | | | Са | | | | | | | | | | | | | Fе | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Вторая неделя** | | | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1 день** | | 1 | | 2 | 3 | | | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | 6 | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | 7 | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | | **1 ЗАВТРАК** | | сад | сад | | | | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Лапша | | | | | | | | | | | 0,018 | | | | | | | | | | | | |
| 171 | | Суп с лапшой | | 0,200 | 2.23 | | | | | | 4.66 | | | | | 11.15 | | | | | 139.56 | | | | | | | 0.03 | | | | | | | 0.03 | | | | | | 0.4 | | | | | | | | | | | 8.21 | | | | | | | | | | | | | | | 0.35 | | | | | | | | | | | сыр | | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | | |
| 507 | | Чай сладкий | | 0,200 | 1.45 | | | | | | 1.25 | | | | | 17.44 | | | | | 87.12 | | | | | | | 0.02 | | | | | | | 0.08 | | | | | | 0.65 | | | | | | | | | | | 65.40 | | | | | | | | | | | | | | | 0.92 | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | | | | |
| 122/ | | Хлеб с сыром | | 0,040 | 4.4 | | | | | | 3.62 | | | | | 16.02 | | | | | 111.0 | | | | | | | 0.05 | | | | | | | 0.05 | | | | | | 0.03 | | | | | | | | | | | 80.8 | | | | | | | | | | | | | | | 0.52 | | | | | | | | | | | Чай | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | 0,014 |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **8.08** | | | | | | **9.53** | | | | | **44.61** | | | | | **337.68** | | | | | | | **0.1** | | | | | | | **0.16** | | | | | | **1.08** | | | | | | | | | | | **74.13** | | | | | | | | | | | | | | | **1.79** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | | **2 завтрак** | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | | фрукт | | 0,200 | 0.8 | | | | | | 0 | | | | | 22.6 | | | | | 92 | | | | | | | 0.14 | | | | | | | 0.01 | | | | | | 0.8 2 | | | | | | | | | | | 10.99 | | | | | | | | | | | | | | | 1.44 | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | | **ОБЕД** | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| 160 | | Суп с клецками на м/б | | 0,200 | 7.12 | | | | | | 4.15 | | | | | 16.89 | | | | | 195.89 | | | | | | | 0.05 | | | | | | | 0.03 | | | | | | 6.28 | | | | | | | | | | | 7.93 | | | | | | | | | | | | | | | 0.41 | | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | | | | | | 0,080 | | | | | | | | | | | | |
| 210 | | Рагу овощное с мясом | | 0,200 | 3.43 | | | | | | 14.50 | | | | | 16.85 | | | | | 245.70 | | | | | | | 0.10 | | | | | | | 0.10 | | | | | | 13.34 | | | | | | | | | | | 58.61 | | | | | | | | | | | | | | | 1.20 | | | | | | | | | | | Мука | | | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | | | | |
| 528 | | Компот из свежих фруктов | | 0,180 | 0.58 | | | | | | 0.23 | | | | | 36.13 | | | | | 148.86 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | 0.02 | | | | | | 17.5 | | | | | | | | | | | 13.27 | | | | | | | | | | | | | | | 0.95 | | | | | | | | | | | Яйцо | | | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,050 | 4.15 | | | | | | 1.62 | | | | | 26.89 | | | | | 141.48 | | | | | | | 0.06 | | | | | | | 0.02 | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | | | | 0.60 | | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | | | | | | 0,300 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Капуста | | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Лук | | | | | | | | | | | 0,035 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | | | | | | 0,045 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Масло раст | | | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | | | | | | 0,400 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | лимон | | | | | | | | | | | 0,006 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | 0,012 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | апельсин | | | | | | | | | | | 0,006 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | соль | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **15.28** | | | | | | **20.5** | | | | | **96.76** | | | | | **731.93** | | | | | | | **0.35** | | | | | | | **0.18** | | | | | | **37.94** | | | | | | | | | | | **101.8** | | | | | | | | | | | | | | | **4.6** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | | **ПОЛДНИК** | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| 275 | | Каша Дружба молочная | | 0,200 | 5.27 | | | | | | 11.31 | | | | | 22.69 | | | | | 215.2 | | | | | | | 0.09 | | | | | | | 0.17 | | | | | | 1.33 | | | | | | | | | | | 126.49 | | | | | | | | | | | | | | | 0.56 | | | | | | | | | | | Рис | | | | | | | | | | | 0,010 | | | | | | | | | | | | |
| 505 | | Чай сладкий | | 0,150 | 0.03 | | | | | | 0 | | | | | 12.96 | | | | | 76.5 | | | | | | | 0.00 | | | | | | | 0.00 | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 4.05 | | | | | | | | | | | | | | | 0.65 | | | | | | | | | | | Пшено | | | | | | | | | | | 0,013 | | | | | | | | | | | | |
| 122 | | Хлеб | | 0,014 | 1.08 | | | | | | 0.42 | | | | | 6.97 | | | | | 36.6 8 | | | | | | | 0.015 | | | | | | | 0.004 | | | | | | 0.00 | | | | | | | | | | | 2.8 | | | | | | | | | | | | | | | 0.15 | | | | | | | | | | | Масло | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | | | | | | 0,150 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | Чай | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО** | |  | **6.38** | | | | | | **11.73** | | | | | **42.62** | | | | | **328.38** | | | | | | | **0.10** | | | | | | | **0.17** | | | | | | **1.33** | | | | | | | | | | | **133.34** | | | | | | | | | | | | | | | **1.36** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | **30.54** | | | | | | **41.76** | | | | | **206.59** | | | | | **1489.99** | | | | | | | **0.55** | | | | | | | **0.51** | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | | Наименование блюд | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | |  | | | | | | **Б** | | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | | | | **К/кал** | | | | | | | | Витамины мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | В1 | | | | | | | | | | | | | | | В2 | | | | | | | | | | | | | С | | | | | | | | | | | | | Са | | | | | | | | | | | | Fе | | | | | | | | | |  | | | | | |
| **2 день** | 1 | | 2 | | | 3 | | | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | | 6 | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | **1 ЗАВТРАК** | | сад | | | сад | | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | сад | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Ячка | | | | | | 0,026 | | | |
| 259 | Каша ячневая молочная | | 0,200 | | | 6,57 | | | | | | 9,11 | | | | | 41,01 | | | | | | 277,59 | | | | | | | 0,13 | | | | | | | | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | 53,39 | | | | | | | | | | | | 1,19 | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | 0,150 | | | |
| 508 | Чай сладкий | | 0,200 | | | 4,29 | | | | | | 3,75 | | | | | 17,16 | | | | | | 118,69 | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | | | | | 117,39 | | | | | | | | | | | | 0,51 | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | 0,005 | | | |
| 122 | Хлеб с джемом | | 0,040 | | | 3,04 | | | | | | 0,32 | | | | | 19,6 8 | | | | | | 94 | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | | | | | | | 0,44 | | | | | | | | | | чай | | | | | | 0,003 | | | |
| 602 |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | 0,020 | | | |
|  | **ИТОГО** | |  | | | **12,98** | | | | | | **10,16** | | | | | **96,72** | | | | | | **536,49** | | | | | | | **0,21** | | | | | | | | | | | | | | | **0,14** | | | | | | | | | | | **1,0** | | | | | | | | | | | | | | | **178,71** | | | | | | | | | | | | **2,1** | | | | | | | | | | джем | | | | | | 0,018 | | | |
|  | **2 завтрак** | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | Снежок | | 0,130 | | | 4,2 | | | | | | 4,8 | | | | | 13,65 | | | | | | 116,25 | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | | | | | 0,22 | | | | | | | | | | | 1,05 | | | | | | | | | | | | | | | 180 | | | | | | | | | | | | 0,15 | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | **ОБЕД** | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Соль | | | | | | 0,005 | | | |
| 147 | Рассольник на м/б | | 0,200 | | | 9,03 | | | | | | 4,78 | | | | | 45,71 | | | | | | 217,41 | | | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | 6,03 | | | | | | | | | | | | | | | 11,24 | | | | | | | | | | | | 0,67 | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | 0,020 | | | |
| 3 | Салат им морск капусты | | 0,050 | | | 0,82 | | | | | | 5,05 | | | | | 4,81 | | | | | | 68,43 | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | | | | | 0,02 | | | | | | | | | | | 13,40 | | | | | | | | | | | | | | | 21,58 | | | | | | | | | | | | 0,30 | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | 0,160 | | | |
| 349 | Запеченная рыба с овощами | | 0,070 | | | 6,81 | | | | | | 3,97 | | | | | 2,23 | | | | | | 72,48 | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | | | | 0,74 | | | | | | | | | | | | | | | 32,91 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | Морс Капуста | | | | | | 0,020 | | | |
| 189 | Рис отварной | | 0,130 | | | 4,16 | | | | | | 6,98 | | | | | 32,05 | | | | | | 204,74 | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | | | | | | 0,12 | | | | | | | | | | | 16,54 | | | | | | | | | | | | | | | 53,58 | | | | | | | | | | | | 0,99 | | | | | | | | | | Свежая рыба | | | | | | 0,100 | | | |
| 517 | Кисель | | 0,180 | | | 1,22 | | | | | | 0 | | | | | 26,11 | | | | | | 109,36 | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | 0,61 | | | | | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | | | | Лук | | | | | | 0,045 | | | |
| 122 | Хлеб | | 0,050 | | | 4,15 | | | | | | 1,62 | | | | | 26,8 9 | | | | | | 141,4 8 | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | | | | | | | 0,02 | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | 0,065 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | 0,005 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Масло раст | | | | | | 0,008 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Сметана | | | | | | 0,006 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Кисель | | | | | | 0,018 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Перловка | | | | | | 0,008 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | 0,010 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | рис | | | | | | 0,05 | | | |
|  | **ИТОГО** | |  | | | **26,19** | | | | | | **22,4** | | | | | **137,8** | | | | | | **813,9** | | | | | | | **0,38** | | | | | | | | | | | | | | | **0,47** | | | | | | | | | | | **37,76** | | | | | | | | | | | | | | | **289,34** | | | | | | | | | | | | **3,4** | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | **ПОЛДНИК** | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 173 | Суп картофельный | | 0,200 | | | 5,71 | | | | | | 5,25 | | | | | 17,25 | | | | | | 143,13 | | | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | 9,6 | | | | | | | | | | | | | | | | 10,34 | | | | | | | | | | | | 0,66 | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | 0,150 | | | |
| 505 | Чай сладкий | | 0,150 | | | 0,03 | | | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | | 76,5 | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | | 4,05 | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | Лук | | | | | | 0,012 | | | |
| 122/490 | Хлеб | | 0,019 | | | 2,98 | | | | | | 5,5 1 | | | | | 20,61 | | | | | | 145,22 | | | | | | | 0,02 | | | | | | | | | | | | | | | 0,013 | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | | 4,76 | | | | | | | | | | | | 0,22 | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | 0,015 | | | |
|  | печенье | | 0,008 | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Чай | | | | | | 0,003 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | 0,015 | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | **ИТОГО** | |  | | | **8,72** | | | | | | **10,76** | | | | | **50,82** | | | | | | **364,85** | | | | | | | **0,09** | | | | | | | | | | | | | | | **0,053** | | | | | | | | | | **9,6** | | | | | | | | | | | | | | | | **19,15** | | | | | | | | | | | | **1,53** | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | |  | | | **52,09** | | | | | | **48,12** | | | | | **298,99** | | | | | | **1831,49** | | | | | | | **0,68** | | | | | | | | | | | | | | | **0,66** | | | | | | | | | | **48,36** | | | | | | | | | | | | | | | | **487,2** | | | | | | | | | | | | **7,03** | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  |  | |  | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| № рецептуры | Наименование блюд | | выход | | | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | |  | **Б** | | | | | | | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | | | | **К/кал** | | | | | | | | Витамины мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | |  | | | | | |
| В1 | | | | | | | | В2 | | | | | | | | | | | С | | | | | | | | | | | | | | Са | | | | | | | | | | | | | Fе | | | | | | | | | |
| **3 день** | 1 | | | | | 2 | 3 | | | | | | | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | | | | 6 | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | **ЗАВТРАК** | | | | | сад | сад | | | | | | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | | | сад | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | геркулес | | | | | 0,026 | | | |
| 256 | Каша геркулесовая молочная | | | | | 0,200 | 8,84 | | | | | | | | | | 10,82 | | | | | 48,83 | | | | | | | | 334,72 | | | | | | | | 0,23 | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | 21,81 | | | | | | | | | | | | | 2,08 | | | | | | | | | Масло слив | | | | | 0,013 | | | |
| 514 | Кофейный напиток | | | | | 0,200 | 4,29 | | | | | | | | | | 3,75 | | | | | 17,16 | | | | | | | | 118,89 | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | | | | 117,39 | | | | | | | | | | | | | 0,51 | | | | | | | | | Молоко | | | | | 0,250 | | | |
| 122/490 | Хлеб с маслом | | | | | 0,045 | 2,98 | | | | | | | | | | 5,51 | | | | | 20,61 | | | | | | | | 145,22 | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | какао | | | | | 0,008 | | | |
|  |  | | | | | 0,008 |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Сахар | | | | | 0,020 | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | **14,61** | | | | | | | | | | **16,37** | | | | | **89,24** | | | | | | | | **570,5** | | | | | | | | **0,32** | | | | | | | **0,11** | | | | | | | | | | | | | **1,0** | | | | | | | | | | | | | | **147,61** | | | | | | | | | | | | | **2,82** | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | **2 завтрак** | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | Сок | | | | | 0,20 0 | 75 | | | | | | | | | | 0 | | | | | 0 | | | | | | | | 82,5 | | | | | | | | 0,017 | | | | | | | 0,017 | | | | | | | | | | | | | 3,4 | | | | | | | | | | | | | | 11,9 | | | | | | | | | | | | | 0,34 | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | **ОБЕД** | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Соль | | | | | 0,005 | | | |
| 1 |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Мясо | | | | | 0,090 | | | |
| 158 | Суп гороховый на м/б | | | | | 0,200 | 11,28 | | | | | | | | | | 3,67 | | | | | 37,35 | | | | | | | | 218,99 | | | | | | | | 0,08 | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | | | | | | 9,81 | | | | | | | | | | | | | | 14,42 | | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | Горох | | | | | 0,008 | | | |
| 435 | Макароны отварные, тефтели | | | | | 0,200 | 12,3 | | | | | | | | | | 7,86 | | | | | 11,05 | | | | | | | | 163,24 | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | 0,12 | | | | | | | | | | | | | 34 | | | | | | | | | | | | | | 115,3 | | | | | | | | | | | | | 4,32 | | | | | | | | | Картофель | | | | | 0,160 | | | |
| 522 | Компот | | | | | 0,180 | 0,50 | | | | | | | | | | 0 | | | | | 24,66 | | | | | | | | 100,65 | | | | | | | | 0,01 | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | | | | | 50,73 | | | | | | | | | | | | | 1,42 | | | | | | | | | Лук | | | | | 0,035 | | | |
| 122 | Хлеб | | | | | 0,050 | 4,15 | | | | | | | | | | 1,62 | | | | | 26,89 | | | | | | | | 141,48 | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | 0,02 | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | Морковь | | | | | 0,045 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Масло слив | | | | | 0,005 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Масло раст | | | | | 0,008 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Сухофрукты | | | | | 0,010 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Сахар | | | | | 0,015 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | яйцо | | | | | 0,002 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | рис | | | | | 0,008 | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | **28,8** | | | | | | | | | | **18,2** | | | | | **105,26** | | | | | | | | **694,36** | | | | | | | | **0,22** | | | | | | | **0,24** | | | | | | | | | | | | | **54,8** | | | | | | | | | | | | | | **218,35** | | | | | | | | | | | | | **7,77** | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | **ПОЛДНИК** | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
| 553 | Кребел | | | | | 0,070 | 7,33 | | | | | | | | | | 1,7 | | | | | 50,6 | | | | | | | | 207,0 | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | 12,64 | | | | | | | | | | | | | 0,67 | | | | | | | | | Мука | | | | | 0,080 | | | |
| 505 | Чай слад | | | | | 0,150 | 0,03 | | | | | | | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | | | | 76,5 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | 4,05 | | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | Сахар | | | | | 0,015 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Чай | | | | | 0,003 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | Масло раст | | | | | 0,013 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | дрожжи | | | | | 0,001 | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | **7,36** | | | | | | | | | | **1,7** | | | | | **63,56** | | | | | | | | **283,5** | | | | | | | | **0,09** | | | | | | | **0,03** | | | | | | | | | | | | | **0,00** | | | | | | | | | | | | | | **16,69** | | | | | | | | | | | | | **1,32** | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | | | |  | **125,77** | | | | | | | | | | **36,27** | | | | | **/258,06** | | | | | | | | **1630,86** | | | | | | | | **0,63** | | | | | | | **0,38** | | | | | | | | | | | | | **55,8** | | | | | | | | | | | | | | **382,65** | | | | | | | | | | | | | **11,91** | | | | | | | | |  | | | | |  | | | |
| № рецептуры | Наименование блюд | | | | | выход | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Витамины мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Минеральные в-ва мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |
| **В1** | | | | | | | | | | | | | | | | | **В2** | | | | | | | | | | | | **С** | | | | | | | | | | | **Са** | | | | | | | | | | | | **Fе** | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | | **Б** | | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | | | | **К/кал** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |
| **4 день** | 1 | | | | | 2 | | | | | | 3 | | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | | | | 6 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  | **ЗАВТРАК** | | | | | сад | | | | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | | | сад | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Молоко | | | | | | | 0,250 | | | |
| 277 | Каша манная молочная | | | | | 0,200 | | | | | | 8,3 | | | | | 7,73 | | | | | 31,07 | | | | | | | | 226,44 | | | | | | | | 0,08 | | | | | | | | | 0,17 | | | | | | | | | | | | 1,38 | | | | | | | | | | | 132,77 | | | | | | | | | | | | 0,44 | | | | | | | | | | Манка | | | | | | | 0,022 | | | |
| 508 | Какао | | | | | 0,200 | | | | | | 2,79 | | | | | 0,04 | | | | | 19,18 | | | | | | | | 90,56 | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | | 1,00 | | | | | | | | | | | 113,80 | | | | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | 0,005 | | | |
| 122/ | Хлеб с джемом | | | | | 0,040 | | | | | | 3,26 | | | | | 1,22 | | | | | 21,09 | | | | | | | | 129,0 | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | 0,016 | | | | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | 0,020 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Кфейный напиток | | | | | | | 0,008 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Джем | | | | | | | 0,018 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | | | | | | **15,85** | | | | | **12,7** | | | | | **69,32** | | | | | | | | **474,33** | | | | | | | | **0,17** | | | | | | | | | **0,26** | | | | | | | | | | | | **2,03** | | | | | | | | | | | **262,16** | | | | | | | | | | | | **1,55** | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  | **2 завтрак** | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  | фрукт | | | | | 0,200 | | | | | | 0,8 | | | | | 0 | | | | | 22,6 | | | | | | | | 92 | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | | 0,82 | | | | | | | | | | | 10,99 | | | | | | | | | | | | 1,44 | | | | | | | | | | Соль | | | | | | | 0,005 | | | |
|  | **ОБЕД** | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Мясо | | | | | | | 0,02 | | | |
|  | Салат овощной | | | | | 0,050 | | | | | | 0,62 | | | | | 4,44 | | | | | 5,15 | | | | | | | | 89 | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | 0,02 | | | | | | | | | | | | 3,94 | | | | | | | | | | | 8,18 | | | | | | | | | | | | 0,35 | | | | | | | | | | Овощи | | | | | | | 0,030 | | | |
| 142 | Щи на м/б | | | | | 0,200 | | | | | | 9,96 | | | | | 7,23 | | | | | 71,82 | | | | | | | | 227,72 | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | | 10,71 | | | | | | | | | | | 23,82 | | | | | | | | | | | | 0,88 | | | | | | | | | | Капуста | | | | | | | 0,050 | | | |
| 415 | Курица запеченная | | | | | 0,070 | | | | | | 6,92 | | | | | 5,38 | | | | | 2,72 | | | | | | | | 68,79 | | | | | | | | 0,01 | | | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | | | | | 0,72 | | | | | | | | | | | 15,47 | | | | | | | | | | | | 0,68 | | | | | | | | | | Картофель | | | | | | | 0,160 | | | |
| 439 | Отварная перловка | | | | | 0,130 | | | | | | 3,97 | | | | | 5,30 | | | | | 17,69 | | | | | | | | 156,89 | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | 0,12 | | | | | | | | | | | | 16,54 | | | | | | | | | | | 53,58 | | | | | | | | | | | | 0,99 | | | | | | | | | | Курица | | | | | | | 0,080 | | | |
| 528 | Компот | | | | | 0,180 | | | | | | 1,22 | | | | | 0 | | | | | 26,11 | | | | | | | | 109,36 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 0,61 | | | | | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | | | | Сметана | | | | | | | 0,009 | | | |
| 122 | Хлеб | | | | | 0,050 | | | | | | 4,15 | | | | | 1,62 | | | | | 26,89 | | | | | | | | 141,8 | | | | | | | | 0,06 | | | | | | | | | 0,02 | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | | | | | | Лук | | | | | | | 0,045 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Морковь | | | | | | | 0,055 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | 0,005 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Масло раст | | | | | | | 0,008 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | сухофрукты | | | | | | | 0,010 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | 0,015 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | перловка | | | | | | | 0,045 | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | | | | | | **26,84** | | | | | **23,97** | | | | | **150,38** | | | | | | | | **793,56** | | | | | | | | **0,43** | | | | | | | | | **0,26** | | | | | | | | | | | | **32,73** | | | | | | | | | | | **123,65** | | | | | | | | | | | | **5,03** | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
|  | **ПОЛДНИК** | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | |
| 432 | Макароны отварные с сыром | | | | | 0,150 | | | | | | 5,79 | | | | | 5,77 | | | | | 27,92 | | | | | | | | 214,56 | | | | | | | | 2,20 | | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 12,79 | | | | | | | | | | | | 1,06 | | | | | | | | | | Макароны | | | | | | | 0,050 | | | |
| 505 | Чай сладкий | | | | | 0,150 | | | | | | 0,03 | | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | | | | 76,5 | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 4,05 | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | Масло слив | | | | | | | 0,005 | | | |
| 122 | Хлеб | | | | | 0,014 | | | | | | 1,08 | | | | | 0,42 | | | | | 6,97 | | | | | | | | 36,68 | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | 2, 8 | | | | | | | | | | | | 0,15 | | | | | | | | | | Сыр | | | | | | | 0,008 | | | |
| 604 |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Сахар | | | | | | | 0,015 | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | Чай | | | | | | | 0,003 | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | | | | | | **8,77** | | | | | **8,64** | | | | | **66,45** | | | | | | | | **431,99** | | | | | | | | **2,24** | | | | | | | | | **0,05** | | | | | | | | | | | | **0,00** | | | | | | | | | | | **26,89** | | | | | | | | | | | | **2,39** | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | | | |  | | | | | | **52,26** | | | | | **45,31** | | | | | **308,75** | | | | | | | | **1791,88** | | | | | | | | **2,84** | | | | | | | | **0,57** | | | | | | | | | | | | | **34,76** | | | | | | | | | | | **412,7** | | | | | | | | | | | | **8,97** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| № рецептуры | Наименование блюд | | | | | выход | | | | | | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Б** | | | | | **Ж** | | | | | **У** | | | | | | | | **К/кал** | | | | | | | | Витамины мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные в-ва мг | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |
| В1 | | | | | | В2 | | | | | | | | | | | | | С | | | | | | | | | | | | Са | | | | | | | | | | | | Fе | | | | |
| **5 день** | 1 | | | | | 2 | | | | | | 3 | | | | | 4 | | | | | 5 | | | | | | | | 6 | | | | | | | |  | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | 8 | | | | | | | |
|  | **ЗАВТРАК** | | | | | сад | | | | | | сад | | | | | сад | | | | | сад | | | | | | | | сад | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |
| 180 | Омлет | | | | | 0,200 | | | | | | 6,0 | | | | | 6,91 | | | | | 21,91 | | | | | | | | 168,99 | | | | | | | | 0,08 | | | | | 0,20 | | | | | | | | | | | | | | 2,99 | | | | | | | | | | | | 148,56 | | | | | | | | | | | | 0,49 | | | | | Молоко | | | | | | | | | 0,160 | | | | | | | |
| 514 | Кофейный напиток | | | | | 0,200 | | | | | | 4,29 | | | | | 3,75 | | | | | 17,16 | | | | | | | | 118,89 | | | | | | | | 0,03 | | | | | 0,07 | | | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | | | | | | | | 117,39 | | | | | | | | | | | | 0,51 | | | | | Масло слив | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | |
| 122/490 | Хлеб с маслом | | | | | 0,045 | | | | | | 2,98 | | | | | 5,51 | | | | | 20,61 | | | | | | | | 145,22 | | | | | | | | 0,06 | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | 0,60 | | | | | Сахар | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | |
|  |  | | | | | 0,008 | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | какао | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | яйцо | | | | | | | | | 0,004 | | | | | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | | | | | | **11,77** | | | | | **12,46** | | | | | **62,32** | | | | | | | | **404,77** | | | | | | | | **0,17** | | | | | **0,28** | | | | | | | | | | | | | | **3,99** | | | | | | | | | | | | **274,36** | | | | | | | | | | | | **1,23** | | | | | Масло рост | | | | | | | | | 0.004 | | | | | | | |
|  | **2 завтрак** | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | СОК | | | | | 0,20 0 | | | | | | 75 | | | | | 0 | | | | | 0 | | | | | | | | 82,5 | | | | | | | | 0,017 | | | | | 0,017 | | | | | | | | | | | | | | 3,4 | | | | | | | | | | | | 11,9 | | | | | | | | | | | | 0,34 | | | | | Соль | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | |
|  | **ОБЕД** | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Мясо | | | | | | | | | 0,080 | | | | | | | |
| 65 | Салат из овощей | | | | | 0,050 | | | | | | 1,65 | | | | | 5,95 | | | | | 33,45 | | | | | | | | 77,11 | | | | | | | | 0,01 | | | | | 0,04 | | | | | | | | | | | | | | 3,76 | | | | | | | | | | | | 50,4 | | | | | | | | | | | | 0,75 | | | | | овощи | | | | | | | | | 0,030 | | | | | | | |
| 163 | Суп «Мозайка» на м/б | | | | | 0,200 | | | | | | 13,81 | | | | | 11,2 | | | | | 30,07 | | | | | | | | 222,99 | | | | | | | | 0,09 | | | | | 0,05 | | | | | | | | | | | | | | 12,4 | | | | | | | | | | | | 11,93 | | | | | | | | | | | | 0,76 | | | | | Масло слив | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | |
| 380 | Плов с мясом | | | | | 0,200 | | | | | | 21,83 | | | | | 17,00 | | | | | 30,67 | | | | | | | | 363 | | | | | | | | 0,05 | | | | | 0,11 | | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | 15,29 | | | | | | | | | | | | 2,87 | | | | | Масло раст | | | | | | | | | 0,008 | | | | | | | |
| 517 | Кисель | | | | | 0,180 | | | | | | 0,50 | | | | | 0 | | | | | 22,66 | | | | | | | | 100,65 | | | | | | | | 0,01 | | | | | 0,01 | | | | | | | | | | | | | | 0, 14 | | | | | | | | | | | | 50,73 | | | | | | | | | | | | 1,42 | | | | | Яйцо | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | |
| 122 | Хлеб | | | | | 0,050 | | | | | | 3,07/4,15 | | | | | 1,2/1,62 | | | | | 26,89 | | | | | | | | 141,48 | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Картофель | | | | | | | | | 0,160 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Рис | | | | | | | | | 0,050 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Зел горошек | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | кисель | | | | | | | | | 0,016 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Морковь | | | | | | | | | 0,065 | | | | | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | | | | | | **41,94** | | | | | **35,77** | | | | | **116,4** | | | | | | | | **905,23** | | | | | | | | **0,18** | | | | | **0,23** | | | | | | | | | | | | | | **19,7** | | | | | | | | | | | | **140,25** | | | | | | | | | | | | **6,14** | | | | | Лук | | | | | | | | | 0,050 | | | | | | | |
|  | **ПОЛДНИК** | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | сахар | | | | | | | | | 0.010 | | | | | | | |
| 597 | Рулет с повидлом | | | | | 0,075 | | | | | | 2,94 | | | | | 12,87 | | | | | 41,80 | | | | | | | | 294,81 | | | | | | | | 0,05 | | | | | 0,05 | | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | 19,48 | | | | | | | | | | | | 0,84 | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |
| 505 | Чай сладкий | | | | | 0,150 | | | | | | 0,03 | | | | | 0 | | | | | 12,96 | | | | | | | | 76,5 | | | | | | | | 0,00 | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | 4,05 | | | | | | | | | | | | 0,65 | | | | | Сахар | | | | | | | | | 0,020 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Мука | | | | | | | | | 0,080 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Яйцо | | | | | | | | | 0,005 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Масло рост | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | повидло | | | | | | | | | 0.008 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | Молоко | | | | | | | | | 0,040 | | | | | | | |
|  | **ИТОГО** | | | | |  | | | | | | **2,97** | | | | | **12,87** | | | | | **54,76** | | | | | | | | **371,31** | | | | | | | | **0,05** | | | | | **0,05** | | | | | | | | | | | | | | **0,00** | | | | | | | | | | | | **23,53** | | | | | | | | | | | | **1,49** | | | | | чай | | | | | | | | | 0,003 | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | | | |  | | | | | | **131,68** | | | | | **61,1** | | | | | **233,48** | | | | | | | | **1763,81** | | | | | | | | **0,4** | | | | | **0,56** | | | | | | | | | | | **23,69** | | | | | | | | | | | | | | **438,14** | | | | | | | | | | | | **8,86** | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |