СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)

Категория: Детский сад

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 1								
94.1	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,20**	**4,73**	**15,84**	**127,71**	**9,47**
		Крупа манная	10,8/10,8	1,11	0,11	7,62	35,96	0,43
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
393	**ЗАВТРАК**	**Чай с лимоном**	**180/10/7**	**0,11**	**0,00**	**9,34**	**39,19**	**2,25**
		Вода	137,05/137,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лимон	7,31/6,39	0,06	0,01	0,19	2,17	1,57
		Сахар	9,14/9,14	0,00	0,00	9,13	36,48	0,50
		Вода	29,61/29,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,27/0,27	0,05	0,00	0,01	0,52	0,18
701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**7,75**	**8,65**	**39,97**	**271,3**	**16**
399.4	**ЗАВТРАК 2**	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	**150**	**0,75**	**0,00**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
		Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69,00	8,25
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**150**	**0,75**	**0**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
81	**ОБЕД**	**Суп картофельный с бобовыми**	**180**	**3,89**	**2,61**	**14,20**	**96,16**	**3,05**
		Картофель	55,45/36	0,72	0,14	5,87	27,72	1,50
		Лук	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,18

		Морковь	12,29/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,37
		Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04
		Горох шлифованный	14,58/14,4	2,95	0,29	7,13	42,91	0,66
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
205	**ОБЕД**	**Макаронные изделия отварные с маслом**	**130**	**3,22**	**3,63**	**19,50**	**123,38**	**4,55**
		Масло сливочное	4,94/4,94	0,06	3,04	0,08	27,96	2,46
		Макаронные изделия	38,05/38,05	4,30	0,80	26,48	130,13	2,09
260	**ОБЕД**	**Гуляш**	**70**	**10,19**	**11,75**	**2,02**	**154,70**	**21,91**
		Свинина, лопаточная часть	60,9/51,8	7,61	15,23	0,00	189,33	20,52
		Томат-паста	5,6/5,6	0,27	0,00	1,06	5,54	0,67
		Лук	8,4/7	0,10	0,01	0,57	2,87	0,18
		Мука пшеничная	1,4/1,4	0,14	0,02	0,97	4,68	0,05
		Масло растительное	3,5/3,5	0,00	3,50	0,00	31,46	0,49
20	**ОБЕД**	**Салат из белокочанной капусты**	**50**	**0,78**	**2,55**	**4,76**	**45,54**	**2,84**
		Капуста белокочанная	49,3/39,45	0,71	0,04	1,85	11,05	2,22
		Лук	6,25/5	0,07	0,01	0,41	2,05	0,13
		Сахар	2,5/2,5	0,00	0,00	2,50	9,98	0,14
		Масло растительное	2,5/2,5	0,00	2,50	0,00	22,48	0,35
		Вода	4,85/4,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
б/н	**ОБЕД**	**или ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ**	**50**	**1,40**	**0,00**	**0,65**	**8,05**	**1,76**
		Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	50/50	1,40	0,00	0,65	8,05	1,76
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
516	**ОБЕД**	**Кисель из концентрата плодового или ягодного**	**180**	**0,00**	**0,00**	**6,41**	**25,81**	**4,62**
		Кисель из концентрата	21,6/21,6	0,00	0,00	2,81	11,45	4,42
		Сахар	3,6/3,6	0,00	0,00	3,59	14,36	0,20
		Вода	171/171	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**23,11**	**21,09**	**67,96**	**555,89**	**40,8**
230	**ПОЛДНИК**	**Вареники ленивые (отварные)**	**120**	**15,55**	**12,55**	**17,93**	**312,54**	**36,35**
		Масло сливочное	4,99/4,99	0,06	3,07	0,08	28,24	2,48
		Яйцо	6,51/6,51	0,83	0,75	0,05	10,23	1,19

		Творог 9%	121,61/119,4	16,72	10,75	3,34	257,98	31,62
		Мука пшеничная	19/19	1,96	0,21	13,11	63,46	0,70
		Соль пищевая йодированная	0,27/0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	6,51/6,51	0,00	0,00	6,50	25,99	0,36
130	**ПОЛДНИК**	**Кофейный напиток на молоке**	**180**	**4,16**	**3,64**	**17,53**	**120,46**	**9,77**
		Сахар	10,8/10,8	0,00	0,00	10,78	43,09	0,59
		Кофейный напиток	1,8/1,8	0,25	0,26	0,27	4,46	1,42
		Вода	63/63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	135/135	3,92	3,38	6,48	72,90	7,76
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**300**	**19,71**	**16,19**	**35,46**	**433**	**46,12**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1555**	**51,32**	**45,93**	**158,54**	**1323,52**	**111,17**
День 2								
94.2	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,42**	**5,29**	**14,89**	**129,76**	**9,47**
		Овсяные хлопья "Геркулес"	10,8/10,8	1,33	0,67	6,67	38,02	0,43
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
392	**ЗАВТРАК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
3	**ЗАВТРАК**	**Бутерброды с сыром**	**45**	**4,68**	**4,83**	**14,96**	**122,32**	**9,63**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
		Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,31	0,06	21,22	1,86
		Сыр "Адыгейский"	12/11,25	2,23	2,23	0,17	29,70	5,98
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**405**	**10,15**	**10,12**	**39,32**	**290,4**	**19,8**
368	**ЗАВТРАК 2**	**Плоды и ягоды свежие**	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**44,00**	**5,7**
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**44**	**5,7**
57	**ОБЕД**	**Борщ с капустой и картофелем**	**180**	**2,34**	**3,26**	**13,99**	**95,49**	**6,8**
		Капуста белокочанная	45/36	0,65	0,04	1,69	10,08	2,03
		Картофель	45,07/36	0,72	0,14	5,87	27,72	1,22
		Свекла	38,4/28,8	0,43	0,03	2,53	12,10	1,15
		Томат-паста	3,6/3,6	0,17	0,00	0,68	3,56	0,43

		Лук	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,18
		Морковь	12,1/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,36
		Соль пищевая йодированная	2,16/2,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Сахар	1,8/1,8	0,00	0,00	1,80	7,18	0,10
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	144/144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана 15,0% жирности	5,76/5,76	0,15	0,86	0,21	9,33	1,00
60	**ОБЕД**	**Рис отварной с овощами**	**130**	**3,33**	**3,72**	**26,34**	**152,55**	**5,92**
		Рис	39/39	2,92	1,01	24,30	118,17	2,93
		Лук	15,34/13	0,18	0,03	1,07	5,33	0,32
		Морковь	17,33/13	0,17	0,01	0,90	4,55	0,52
		Масло сливочное	4,33/4,33	0,06	2,66	0,07	24,50	2,15
		Вода	80,6/80,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
90	**ОБЕД**	**Рыба, тушенная в томате с овощами**	**70**	**8,01**	**3,96**	**3,11**	**80,52**	**17,77**
		Минтай	105/48,3	7,68	0,43	0,00	34,78	16,32
		Томат-паста	1,4/1,4	0,07	0,00	0,27	1,39	0,17
		Лук	7/5,88	0,08	0,01	0,48	2,41	0,15
		Морковь	18,67/14	0,18	0,01	0,97	4,90	0,56
		Сахар	1,4/1,4	0,00	0,00	1,40	5,59	0,08
		Масло растительное	3,5/3,5	0,00	3,50	0,00	31,46	0,49
		Вода	13,3/13,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
б/н	**ОБЕД**	**ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**	**50**	**0,20**	**0,03**	**0,62**	**3,50**	**1,00**
		Огурец, грунтовый	25/25	0,20	0,02	0,62	3,50	1,00
33	**ОБЕД**	**или Салат из свеклы**	**50**	**0,71**	**3,04**	**4,18**	**46,92**	**2,37**
		Свекла	64,85/47,5	0,71	0,05	4,18	19,95	1,95
		Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	0,42
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**19,62**	**14,85**	**102,48**	**622,24**	**36,8**
215	**ПОЛДНИК**	**Омлет натуральный**	**100**	**9,80**	**11,70**	**1,87**	**152,10**	**16,81**

		Масло сливочное	4,71/4,71	0,06	2,90	0,08	26,66	2,34
		Яйцо	70,59/70,59	8,96	8,12	0,49	110,83	12,91
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	27,06/27,06	0,78	0,68	1,30	14,61	1,56
700,1	**ПОЛДНИК**	**Хлеб ржаной**	**20**	**1,32**	**0,24**	**6,68**	**34,80**	**0,65**
		Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,65
400	**ПОЛДНИК**	**Молоко кипяченое**	**180**	**5,49**	**4,72**	**9,07**	**102,06**	**10,87**
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	189/189	5,48	4,72	9,07	102,06	10,87
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**300**	**16,61**	**16,66**	**17,62**	**288,96**	**28,33**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1515**	**46,78**	**42,03**	**169,22**	**1245,6**	**90,63**
День 3								
66	**ЗАВТРАК**	**Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")**	**180**	**5,85**	**7,36**	**23,81**	**185,98**	**12,13**
		Рис	9/9	0,68	0,23	5,61	27,27	0,68
		Пшено	9/9	1,03	0,30	5,98	30,78	0,39
		Соль пищевая йодированная	0,45/0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Сахар	5,4/5,4	0,00	0,00	5,39	21,55	0,30
		Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	2,68
		Вода	21,6/21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
392	**ЗАВТРАК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**8,34**	**11,28**	**48,07**	**328,7**	**17,11**
545	**ЗАВТРАК 2**	**Напиток апельсиновый или лимонный**	**180**	**0,13**	**0,02**	**22,00**	**91,08**	**4,29**
		Лимон	14,4/14,4	0,13	0,01	0,43	4,90	3,10
		Сахар	21,6/21,6	0,00	0,00	21,56	86,18	1,19
		Вода	189/189	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**180**	**0,13**	**0,02**	**22**	**91,08**	**4,29**
5/2	**ОБЕД**	**Свекольник со сметаной**	**180**	**1,75**	**3,44**	**11,65**	**84,80**	**5,32**

		Картофель	48,5/31,5	0,63	0,13	5,13	24,26	1,31
		Свекла	63,65/47,7	0,72	0,05	4,20	20,03	1,91
		Лук	9,63/8,1	0,11	0,02	0,66	3,32	0,20
		Морковь	9,6/7,2	0,09	0,01	0,50	2,52	0,29
		Соль пищевая йодированная	0,9/0,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Сахар	0,9/0,9	0,00	0,00	0,90	3,59	0,05
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Сметана 15,0% жирности	7,2/7,2	0,19	1,08	0,26	11,66	1,25
		Бульон мясной	144/144	1,44	0,00	0,00	5,76	0,00
321	**ОБЕД**	**Пюре картофельное**	**130**	**2,89**	**3,76**	**19,19**	**122,42**	**8,06**
		Картофель	171/111,15	2,22	0,44	18,12	85,59	4,62
		Масло сливочное	4,55/4,55	0,06	2,80	0,08	25,75	2,26
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20,54/20,54	0,60	0,51	0,99	11,09	1,18
305	**ОБЕД**	**Котлеты рубленые из птицы или кролика**	**70**	**22,27**	**3,87**	**7,72**	**154,90**	**31,43**
		Куриная грудка (филе)	89,95/87,5	20,65	1,66	0,35	98,88	26,89
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	13,12/13,12	1,05	0,13	6,44	31,24	0,78
		Сухари панировочные	7/7	0,00	0,00	0,00	0,00	1,40
		Масло сливочное	2,62/2,62	0,03	1,61	0,04	14,86	1,30
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	18,38/18,38	0,53	0,46	0,88	9,92	1,06
14	**ОБЕД**	**Салат из свежих помидоров с луком**	**50**	**0,56**	**3,09**	**2,36**	**40,57**	**2,84**
		Помидоры (томаты), грунтовые	42,35/36	0,40	0,07	1,37	8,64	2,12
		Лук	14,4/12,1	0,17	0,02	0,99	4,96	0,30
		Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	0,42
19	**ОБЕД**	**или Салат из соленых огурцов с луком**	**50**	**0,43**	**2,56**	**1,30**	**29,90**	**2,51**
		Лук	9,4/7,9	0,11	0,02	0,65	3,24	0,20
		Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	55,6/44,5	1,25	0,00	0,58	7,16	1,96
		Масло растительное	2,5/2,5	0,00	2,50	0,00	22,48	0,35
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11

		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**32,93**	**17,56**	**96,46**	**675,85**	**51,26**
195	**ПОЛДНИК**	**Пудинг рисовый, манный, пшенный**	**120**	**5,39**	**6,41**	**31,14**	**203,24**	**11,99**
		Крупа манная	25,04/25,04	2,58	0,25	17,68	83,40	1,00
		Ванилин	0/0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Изюм	5,48/5,22	0,15	0,03	3,45	13,79	0,00
		Сахар	7,82/7,82	0,00	0,00	7,81	31,22	0,43
		Сухари панировочные	2,6/2,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,52
		Масло сливочное	5,22/5,22	0,07	3,21	0,09	29,55	2,60
		Повидло	24/24	0,00	0,00	0,00	0,00	2,44
		Яйцо	10,44/10,44	1,33	1,20	0,07	16,39	1,91
		Вода	41,74/41,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	39,13/39,13	1,13	0,98	1,88	21,13	2,25
		Сметана 15,0% жирности	4,8/4,8	0,12	0,72	0,17	7,78	0,84
397	**ПОЛДНИК**	**Какао с молоком**	**180**	**3,92**	**3,28**	**15,89**	**109,85**	**8,06**
		Какао-порошок	2/2	0,49	0,30	0,20	5,77	0,68
		Сахар	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	39,93	0,55
		Вода	79,99/79,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	118,8/118,8	3,45	2,97	5,70	64,15	6,83
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**300**	**9,31**	**9,69**	**47,03**	**313,09**	**20,05**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1585**	**50,71**	**38,55**	**213,56**	**1408,72**	**92,71**

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 4								
93	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с макаронными изделиями**	**180**	**5,72**	**4,91**	**18,23**	**140,99**	**9,83**
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Макаронные изделия	14,4/14,4	1,63	0,30	10,02	49,25	0,79
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79

6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
393	**ЗАВТРАК**	**Чай с лимоном**	**180/10/7**	**0,11**	**0,00**	**9,34**	**39,19**	**2,25**
		Вода	137,05/137,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лимон	7,31/6,39	0,06	0,01	0,19	2,17	1,57
		Сахар	9,14/9,14	0,00	0,00	9,13	36,48	0,50
		Вода	29,61/29,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,27/0,27	0,05	0,00	0,01	0,52	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**8,27**	**8,83**	**42,36**	**284,58**	**16,36**
368	**ЗАВТРАК 2**	**Плоды и ягоды свежие**	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**44,00**	**5,7**
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**44**	**5,7**
43	**ОБЕД**	**Суп рыбный**	**180**	**6,80**	**2,75**	**9,97**	**92,34**	**12,86**
		Минтай	64,8/33,84	5,38	0,30	0,00	24,36	10,07
		Картофель	62,31/37,8	0,76	0,15	6,16	29,11	1,68
		Пшено	3,6/3,6	0,41	0,12	2,39	12,31	0,15
		Лук	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,10	0,19
		Морковь	15,36/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	0,46
		Соль пищевая йодированная	0,63/0,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	216/216	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
165	**ОБЕД**	**Каша рассыпчатая**	**130**	**5,72**	**4,12**	**25,75**	**162,82**	**6,4**
		Гречневая крупа ядрица	44,98/44,98	5,67	1,48	25,68	138,54	4,27
		Соль пищевая йодированная	0,31/0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	4,29/4,29	0,06	2,64	0,07	24,28	2,13
		Вода	90,05/90,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
409	**ОБЕД**	**Птица отварная**	**70**	**16,50**	**11,40**	**0,40**	**170,00**	**23,5**
		Курица, 1 категории	112/100	18,20	18,40	0,00	238,00	23,40
		Морковь	3,2/2	0,03	0,00	0,14	0,70	0,10
15	**ОБЕД**	**Салат витаминный**	**50**	**0,75**	**2,25**	**5,41**	**44,17**	**3,54**
		Капуста белокочанная	42,5/34,15	0,61	0,03	1,61	9,56	1,91
		Яблоки	12,5/11,25	0,04	0,04	1,10	5,29	0,63
		Морковь	16,91/12,5	0,16	0,01	0,86	4,38	0,51
		Сахар	2,5/2,5	0,00	0,00	2,50	9,98	0,14
		Масло растительное	2,5/2,5	0,00	2,50	0,00	22,48	0,35
21/1	**ОБЕД**	**или Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом**	**50**	**0,66**	**5,04**	**3,75**	**63,15**	**2,53**

		Свекла	41,16/30,83	0,46	0,03	2,71	12,95	1,23
		Морковь	20/15	0,20	0,02	1,03	5,25	0,60
		Масло растительное	5/5	0,00	5,00	0,00	44,95	0,70
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**35,46**	**26,4**	**99,52**	**775,74**	**52,77**
5/12	**ПОЛДНИК**	**Ватрушка с творогом**	**80**	**9,79**	**11,11**	**35,20**	**303,10**	**15,76**
		Дрожжи хлебопекарные	2,46/2,46	0,31	0,07	0,00	1,85	1,94
		Мука пшеничная	30,77/30,77	3,17	0,33	21,23	102,77	1,14
		Соль пищевая йодированная	0,62/0,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Сахар	12,3/12,3	0,00	0,00	12,28	49,09	0,68
		Творог 9%	30,77/30,77	4,31	2,77	0,86	66,46	8,00
		Яйцо	12,3/12,3	1,56	1,41	0,09	19,32	2,25
		Масло растительное	6,15/6,15	0,00	6,15	0,00	55,31	0,86
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15,38/15,38	0,45	0,38	0,74	8,31	0,88
401	**ПОЛДНИК**	**Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран**	**180**	**5,22**	**4,50**	**7,20**	**95,40**	**10,99**
		Кефир 2,5% жирности	185/180	5,22	4,50	7,20	95,40	10,99
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**260**	**15,01**	**15,61**	**42,4**	**398,5**	**26,75**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1465**	**59,14**	**51,24**	**194,08**	**1502,82**	**101,58**
День 5								
94.5	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,76**	**5,09**	**17,78**	**140,99**	**9,66**
		Пшено	14,4/14,4	1,66	0,48	9,58	49,25	0,62
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
3	**ЗАВТРАК**	**Бутерброды с сыром**	**45**	**4,68**	**4,83**	**14,96**	**122,32**	**9,63**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
		Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,31	0,06	21,22	1,86

		Сыр "Адыгейский"	12/11,25	2,23	2,23	0,17	29,70	5,98
392	**ЗАВТРАК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**405**	**10,49**	**9,92**	**42,21**	**301,63**	**18,57**
399.4	**ЗАВТРАК 2**	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	**150**	**0,75**	**0,00**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
		Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69,00	8,25
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**150**	**0,75**	**0**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
67	**ОБЕД**	**Щи из свежей капусты с картофелем**	**180**	**1,57**	**3,38**	**7,02**	**65,70**	**5,29**
		Лавровый лист	0,01/0,01	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01
		Капуста белокочанная	45/36	0,65	0,04	1,69	10,08	2,03
		Картофель	33,23/21,6	0,43	0,09	3,52	16,63	0,90
		Томат-паста	1,8/1,8	0,09	0,00	0,34	1,78	0,22
		Лук	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,18
		Морковь	12,1/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,36
		Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	144/144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана 15,0% жирности	7,2/7,2	0,19	1,08	0,26	11,66	1,25
265	**ОБЕД**	**Плов**	**180**	**11,27**	**22,59**	**27,50**	**381,11**	**28,06**
		Свинина, лопаточная часть	68,4/52,79	7,76	15,52	0,00	192,96	23,05
		Томат-паста	4,86/4,86	0,23	0,00	0,92	4,81	0,58
		Рис	40,81/40,81	3,06	1,06	25,42	123,64	3,06
		Лук	7,2/5,99	0,08	0,01	0,49	2,46	0,15
		Морковь	12,81/9,59	0,12	0,01	0,66	3,36	0,38
		Масло растительное	5,99/5,99	0,00	5,99	0,00	53,89	0,84
б/н	**ОБЕД**	**ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**	**50**	**0,20**	**0,03**	**0,62**	**3,50**	**1,00**
		Огурец, грунтовый	25/25	0,20	0,02	0,62	3,50	1,00
33	**ОБЕД**	**или Салат из свеклы**	**50**	**0,71**	**3,04**	**4,18**	**46,92**	**2,37**
		Свекла	64,85/47,5	0,71	0,05	4,18	19,95	1,95
		Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	0,42
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82

701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**690**	**18,78**	**29,88**	**93,56**	**740,49**	**40,66**
213	**ПОЛДНИК**	**Яйца вареные**	**40**	**5,08**	**4,60**	**0,28**	**63,00**	**7,32**
		Яйцо	40/40	5,08	4,60	0,28	62,80	7,32
5	**ПОЛДНИК**	**Икра кабачковая**	**50**	**0,95**	**4,45**	**3,85**	**59,50**	**5,37**
		Икра кабачковая	52,7/50	0,00	0,00	0,00	0,00	5,37
700,1	**ПОЛДНИК**	**Хлеб ржаной**	**20**	**1,32**	**0,24**	**6,68**	**34,80**	**0,65**
		Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,65
393	**ПОЛДНИК**	**Чай с лимоном**	**180/10/7**	**0,11**	**0,00**	**9,34**	**39,19**	**2,25**
		Вода	137,05/137,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лимон	7,31/6,39	0,06	0,01	0,19	2,17	1,57
		Сахар	9,14/9,14	0,00	0,00	9,13	36,48	0,50
		Вода	29,61/29,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,27/0,27	0,05	0,00	0,01	0,52	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**290**	**7,46**	**9,29**	**20,15**	**196,49**	**15,59**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1535**	**37,48**	**49,09**	**171,07**	**1301,94**	**83,07**
День 6								
94.2	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,42**	**5,29**	**14,89**	**129,76**	**9,47**
		Овсяные хлопья "Геркулес"	10,8/10,8	1,33	0,67	6,67	38,02	0,43
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
393	**ЗАВТРАК**	**Чай с лимоном**	**180/10/7**	**0,11**	**0,00**	**9,34**	**39,19**	**2,25**
		Вода	137,05/137,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лимон	7,31/6,39	0,06	0,01	0,19	2,17	1,57
		Сахар	9,14/9,14	0,00	0,00	9,13	36,48	0,50

		Вода	29,61/29,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,27/0,27	0,05	0,00	0,01	0,52	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**7,97**	**9,21**	**39,02**	**273,35**	**16**
399.4	**ЗАВТРАК 2**	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	**150**	**0,75**	**0,00**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
		Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69,00	8,25
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**150**	**0,75**	**0**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
57	**ОБЕД**	**Борщ с капустой и картофелем**	**180**	**2,34**	**3,26**	**13,99**	**95,49**	**6,8**
		Капуста белокочанная	45/36	0,65	0,04	1,69	10,08	2,03
		Картофель	45,07/36	0,72	0,14	5,87	27,72	1,22
		Свекла	38,4/28,8	0,43	0,03	2,53	12,10	1,15
		Томат-паста	3,6/3,6	0,17	0,00	0,68	3,56	0,43
		Лук	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,18
		Морковь	12,1/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,36
		Соль пищевая йодированная	2,16/2,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Сахар	1,8/1,8	0,00	0,00	1,80	7,18	0,10
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	144/144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана 15,0% жирности	5,76/5,76	0,15	0,86	0,21	9,33	1,00
165	**ОБЕД**	**Каша рассыпчатая**	**130**	**5,72**	**4,12**	**25,75**	**162,82**	**6,4**
		Гречневая крупа ядрица	44,98/44,98	5,67	1,48	25,68	138,54	4,27
		Соль пищевая йодированная	0,31/0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Масло сливочное	4,29/4,29	0,06	2,64	0,07	24,28	2,13
		Вода	90,05/90,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
256	**ОБЕД**	**Мясо тушеное**	**70**	**8,07**	**18,75**	**2,32**	**232,45**	**21,83**
		Свинина, лопаточная часть	60,9/51,8	7,61	15,23	0,00	189,33	20,52
		Томат-паста	4,9/4,9	0,24	0,00	0,93	4,85	0,59
		Лук	3,5/2,8	0,04	0,01	0,23	1,15	0,07
		Морковь	3,73/2,8	0,04	0,00	0,19	0,98	0,11
		Мука пшеничная	1,4/1,4	0,14	0,02	0,97	4,68	0,05
		Масло растительное	3,5/3,5	0,00	3,50	0,00	31,46	0,49
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
15	**ОБЕД**	**Салат из свежих помидоров и огурцов**	**50**	**0,49**	**3,08**	**1,84**	**37,64**	**2,87**
		Огурец, грунтовый	21,9/17,5	0,14	0,02	0,44	2,45	0,88
		Помидоры (томаты), грунтовые	28,25/24	0,26	0,05	0,91	5,76	1,41

		Лук	7,5/6	0,08	0,01	0,49	2,46	0,16
		Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	0,42
19	**ОБЕД**	**или Салат из соленых огурцов с луком**	**50**	**0,43**	**2,56**	**1,30**	**29,90**	**2,51**
		Лук	9,4/7,9	0,11	0,02	0,65	3,24	0,20
		Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	55,6/44,5	1,25	0,00	0,58	7,16	1,96
		Масло растительное	2,5/2,5	0,00	2,50	0,00	22,48	0,35
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
516	**ОБЕД**	**Кисель из концентрата плодового или ягодного**	**180**	**0,00**	**0,00**	**6,41**	**25,81**	**4,62**
		Кисель из концентрата	21,6/21,6	0,00	0,00	2,81	11,45	4,42
		Сахар	3,6/3,6	0,00	0,00	3,59	14,36	0,20
		Вода	171/171	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**20,68**	**32,32**	**72,03**	**686,36**	**47,1**
237	**ПОЛДНИК**	**Запеканка из творога**	**120**	**16,14**	**12,92**	**14,50**	**311,30**	**33,11**
		Крупа манная	5,54/5,54	0,57	0,06	3,91	18,46	0,22
		Сахар	7,38/7,38	0,00	0,00	7,37	29,45	0,41
		Сухари панировочные	3,7/3,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,74
		Масло сливочное	3,7/3,7	0,05	2,27	0,06	20,92	1,84
		Творог 9%	109,92/106,8	14,95	9,61	2,99	230,69	28,58
		Яйцо	3,7/3,7	0,47	0,43	0,03	5,80	0,68
		Сметана 15,0% жирности	3,7/3,7	0,10	0,55	0,13	5,99	0,64
130	**ПОЛДНИК**	**Кофейный напиток на молоке**	**180**	**4,16**	**3,64**	**17,53**	**120,46**	**9,77**
		Сахар	10,8/10,8	0,00	0,00	10,78	43,09	0,59
		Кофейный напиток	1,8/1,8	0,25	0,26	0,27	4,46	1,42
		Вода	63/63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	135/135	3,92	3,38	6,48	72,90	7,76
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**300**	**20,3**	**16,56**	**32,03**	**431,76**	**42,88**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1555**	**49,7**	**58,09**	**158,23**	**1454,8**	**114,23**

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 7								

94,3	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,18**	**4,99**	**17,17**	**135,38**	**10,12**
		Рис	14,4/14,4	1,08	0,37	8,97	43,63	1,08
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	54/54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
392	**ЗАВТРАК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**7,67**	**8,91**	**41,43**	**278,1**	**15,1**
545	**ЗАВТРАК 2**	**Напиток апельсиновый или лимонный**	**180**	**0,13**	**0,02**	**22,00**	**91,08**	**4,29**
		Лимон	14,4/14,4	0,13	0,01	0,43	4,90	3,10
		Сахар	21,6/21,6	0,00	0,00	21,56	86,18	1,19
		Вода	189/189	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**180**	**0,13**	**0,02**	**22**	**91,08**	**4,29**
39	**ОБЕД**	**Суп крестьянский со сметаной**	**180**	**2,29**	**3,71**	**14,67**	**101,65**	**4,47**
		Картофель	83,08/50,4	1,01	0,20	8,22	38,81	2,24
		Пшено	7,2/7,2	0,83	0,24	4,79	24,62	0,31
		Лук	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,10	0,19
		Морковь	15,36/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	0,46
		Соль пищевая йодированная	1,8/1,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	216/216	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана 15,0% жирности	5,4/5,4	0,14	0,81	0,19	8,75	0,94
132	**ОБЕД**	**Капуста тушеная**	**150**	**3,78**	**4,73**	**16,23**	**124,90**	**11,42**
		Капуста белокочанная	206/165	2,97	0,16	7,76	46,20	9,27
		Томат-паста	4,99/4,99	0,24	0,00	0,95	4,95	0,60
		Лук	13,01/10,99	0,15	0,02	0,90	4,51	0,27
		Морковь	10,67/7,99	0,10	0,01	0,55	2,80	0,32

		Мука пшеничная	3/3	0,31	0,03	2,07	10,02	0,11
		Сахар	4,01/4,01	0,00	0,00	4,00	15,98	0,22
		Масло растительное	4,5/4,5	0,00	4,50	0,00	40,46	0,63
409	**ОБЕД**	**Птица отварная**	**70**	**16,50**	**11,40**	**0,40**	**170,00**	**23,5**
		Курица, 1 категории	112/100	18,20	18,40	0,00	238,00	23,40
		Морковь	3,2/2	0,03	0,00	0,14	0,70	0,10
б/н	**ОБЕД**	**ПОМИДОР СВЕЖИЙ**	**50**	**0,15**	**0,05**	**0,55**	**3,60**	**0,00**
		Томат	4,76/4,51	0,22	0,00	0,95	4,47	0,00
б/н	**ОБЕД**	**или ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ**	**50**	**1,40**	**0,00**	**0,65**	**8,05**	**1,76**
		Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	50/50	1,40	0,00	0,65	8,05	1,76
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**730**	**29,15**	**20,73**	**86,74**	**651,46**	**45,09**
215	**ПОЛДНИК**	**Омлет натуральный**	**100**	**9,80**	**11,70**	**1,87**	**152,10**	**16,81**
		Масло сливочное	4,71/4,71	0,06	2,90	0,08	26,66	2,34
		Яйцо	70,59/70,59	8,96	8,12	0,49	110,83	12,91
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	27,06/27,06	0,78	0,68	1,30	14,61	1,56
400	**ПОЛДНИК**	**Молоко кипяченое**	**180**	**5,49**	**4,72**	**9,07**	**102,06**	**10,87**
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	189/189	5,48	4,72	9,07	102,06	10,87
700,1	**ПОЛДНИК**	**Хлеб ржаной**	**20**	**1,32**	**0,24**	**6,68**	**34,80**	**0,65**
		Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**300**	**16,61**	**16,66**	**17,62**	**288,96**	**28,33**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1605**	**53,56**	**46,32**	**167,79**	**1309,6**	**92,81**
День 8								
94.1	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,20**	**4,73**	**15,84**	**127,71**	**9,47**
		Крупа манная	10,8/10,8	1,11	0,11	7,62	35,96	0,43
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
3	**ЗАВТРАК**	**Бутерброды с сыром**	**45**	**4,68**	**4,83**	**14,96**	**122,32**	**9,63**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
		Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,31	0,06	21,22	1,86
		Сыр "Адыгейский"	12/11,25	2,23	2,23	0,17	29,70	5,98
392	**ЗАВТРАК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**405**	**9,93**	**9,56**	**40,27**	**288,35**	**19,8**
368	**ЗАВТРАК 2**	**Плоды и ягоды свежие**	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**44,00**	**5,7**
		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**44**	**5,7**
43	**ОБЕД**	**Суп рыбный**	**180**	**6,80**	**2,75**	**9,97**	**92,34**	**14,54**
		Минтай	64,8/33,84	5,38	0,30	0,00	24,36	10,07
		Картофель	62,31/37,8	0,76	0,15	6,16	29,11	1,68
		Пшено	3,6/3,6	0,41	0,12	2,39	12,31	0,15
		Лук	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,10	0,19
		Морковь	15,36/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	0,46
		Соль пищевая йодированная	0,63/0,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	216/216	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
205	**ОБЕД**	**Макаронные изделия отварные с маслом**	**130**	**3,22**	**3,63**	**19,50**	**123,38**	**4,55**
		Масло сливочное	4,94/4,94	0,06	3,04	0,08	27,96	2,46
		Макаронные изделия	38,05/38,05	4,30	0,80	26,48	130,13	2,09
282	**ОБЕД**	**Котлеты, биточки, шницели рубленые**	**70**	**10,37**	**20,93**	**6,89**	**282,93**	**26,97**
		Свинина, лопаточная часть	64,4/60,2	8,85	17,70	0,00	220,03	21,70
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	12,25/12,25	0,98	0,12	6,01	29,16	0,73
		Сухари панировочные	7/7	0,00	0,00	0,00	0,00	1,40
		Масло сливочное	4,38/4,38	0,06	2,69	0,07	24,76	2,18
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	16,62/16,62	0,48	0,42	0,80	8,98	0,96
б/н	**ОБЕД**	**ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**	**50**	**0,20**	**0,03**	**0,62**	**3,50**	**1,00**
		Огурец, грунтовый	25/25	0,20	0,02	0,62	3,50	1,00

21/1	**ОБЕД**	**или Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом**	**50**	**0,66**	**5,04**	**3,75**	**63,15**	**2,53**
		Свекла	41,16/30,83	0,46	0,03	2,71	12,95	1,23
		Морковь	20/15	0,20	0,02	1,03	5,25	0,60
		Масло растительное	5/5	0,00	5,00	0,00	44,95	0,70
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**26,28**	**33,22**	**94,97**	**808,56**	**53,53**
585	**ПОЛДНИК**	**Булочка молочная**	**80**	**7,80**	**3,75**	**53,69**	**284,50**	**5,82**
		Ванилин	0/0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Дрожжи хлебопекарные	0,77/0,77	0,10	0,02	0,00	0,58	0,61
		Мука пшеничная	61,6/61,6	6,34	0,67	42,50	205,74	2,28
		Мука пшеничная	2,4/2,4	0,25	0,03	1,66	8,02	0,09
		Соль пищевая йодированная	0,77/0,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Сахар	8/8	0,00	0,00	7,98	31,92	0,44
		Яйцо	1,44/1,44	0,18	0,17	0,01	2,26	0,26
		Масло растительное	2,08/2,08	0,00	2,08	0,00	18,70	0,29
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	32/32	0,93	0,80	1,54	17,28	1,84
401	**ПОЛДНИК**	**Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран**	**180**	**5,22**	**4,50**	**7,20**	**95,40**	**10,99**
		Кефир 2,5% жирности	185/180	5,22	4,50	7,20	95,40	10,99
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**260**	**13,02**	**8,25**	**60,89**	**379,9**	**16,81**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1475**	**49,63**	**51,43**	**205,93**	**1520,81**	**95,84**
День 9								
94	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с крупой**	**180**	**5,90**	**5,09**	**16,43**	**136,10**	**10,41**
		Гречневая крупа ядрица	14,4/14,4	1,81	0,48	8,22	44,35	1,37
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07

701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
392	**ЗАВТРАК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**8,39**	**9,01**	**40,69**	**278,82**	**15,39**
399.4	**ЗАВТРАК 2**	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	**150**	**0,75**	**0,00**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
		Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69,00	8,25
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**150**	**0,75**	**0**	**15,15**	**63,33**	**8,25**
81	**ОБЕД**	**Суп картофельный с бобовыми**	**180**	**3,89**	**2,61**	**14,20**	**96,16**	**3,05**
		Картофель	55,45/36	0,72	0,14	5,87	27,72	1,50
		Лук	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,18
		Морковь	12,29/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,37
		Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04
		Горох шлифованный	14,58/14,4	2,95	0,29	7,13	42,91	0,66
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	126/126	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
114	**ОБЕД**	**Плов с курицей**	**180**	**26,39**	**8,89**	**28,78**	**301,32**	**38,04**
		Куриная грудка (филе)	108,49/95,99	22,65	1,82	0,38	108,47	32,44
		Томат-паста	9,59/9,59	0,46	0,00	1,82	9,50	1,15
		Рис	40,81/40,81	3,06	1,06	25,42	123,64	3,06
		Лук	7,56/5,99	0,08	0,01	0,49	2,46	0,16
		Морковь	12,81/9,59	0,12	0,01	0,66	3,36	0,38
		Соль пищевая йодированная	0,36/0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
		Масло растительное	5,99/5,99	0,00	5,99	0,00	53,89	0,84
		Вода	163,31/163,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
13	**ОБЕД**	**Салат из капусты и моркови с растительным маслом**	**60**	**0,99**	**3,65**	**2,92**	**49,16**	**3,59**
		Капуста белокочанная	60/48	0,86	0,05	2,26	13,44	2,70
		Морковь	12,8/9,6	0,12	0,01	0,66	3,36	0,38
		Соль пищевая йодированная	0,6/0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01

		Масло растительное	3,6/3,6	0,00	3,60	0,00	32,36	0,50
5	**ОБЕД**	**Икра кабачковая**	**50**	**0,95**	**4,45**	**3,85**	**59,50**	**5,37**
		Икра кабачковая	52,7/50	0,00	0,00	0,00	0,00	5,37
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11
		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**36,85**	**18,81**	**103,69**	**731,66**	**53,99**
45	**ПОЛДНИК**	**Винегрет овощной**	**100**	**1,36**	**6,17**	**8,43**	**95,59**	**4,6**
		Картофель	39,69/25	0,50	0,10	4,07	19,25	1,07
		Свекла	27,2/20	0,30	0,02	1,76	8,40	0,82
		Лук	18,8/15	0,21	0,03	1,23	6,15	0,39
		Морковь	20,16/15	0,20	0,02	1,03	5,25	0,60
		Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	25/20	0,56	0,00	0,26	3,22	0,88
		Масло растительное	6/6	0,00	5,99	0,00	53,94	0,84
22	**ПОЛДНИК**	**или Салат из картофеля с солеными огурцами**	**60**	**8,19**	**31,26**	**51,42**	**519,60**	**2,8**
		Картофель	37,94/24	0,48	0,10	3,91	18,48	1,02
		Лук	3,78/3	0,04	0,01	0,25	1,23	0,08
		Морковь	16,38/12	0,16	0,01	0,83	4,20	0,49
		Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	22,5/18	0,50	0,00	0,23	2,90	0,79
		Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	0,42
242	**ПОЛДНИК**	**Рыба отварная**	**50**	**10,20**	**0,58**	**0,38**	**47,83**	**10,65**
		Минтай	67,5/63,75	10,14	0,57	0,00	45,90	10,49
		Лук	3,75/3,12	0,04	0,01	0,26	1,28	0,08
		Морковь	2,67/1,88	0,02	0,00	0,13	0,66	0,08
28	**ПОЛДНИК**	**или Сельдь с луком и растительным маслом**	**45**	**5,57**	**5,41**	**0,90**	**74,66**	**4,79**
		Лук	11,7/9,9	0,14	0,02	0,81	4,06	0,25
		Сельдь с/с	32,4/32,4	5,67	0,65	0,00	28,51	4,16

		Масло растительное	2,7/2,7	0,00	2,70	0,00	24,27	0,38
700,1	**ПОЛДНИК**	**Хлеб ржаной**	**20**	**1,32**	**0,24**	**6,68**	**34,80**	**0,65**
		Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,65
392	**ПОЛДНИК**	**Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**	**180/10**	**0,05**	**0,00**	**9,47**	**38,32**	**0,7**
		Вода	142,11/142,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сахар	9,47/9,47	0,00	0,00	9,45	37,78	0,52
		Вода	30,7/30,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,28/0,28	0,06	0,00	0,01	0,54	0,18
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**455**	**26,69**	**43,66**	**77,28**	**810,8**	**16,6**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1710**	**72,68**	**71,48**	**236,81**	**1884,61**	**94,23**

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 10								
93	**ЗАВТРАК**	**Суп молочный с макаронными изделиями**	**180**	**5,72**	**4,91**	**18,23**	**140,99**	**9,83**
		Сахар	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,75	0,08
		Макаронные изделия	14,4/14,4	1,63	0,30	10,02	49,25	0,79
		Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	1,11	0,03	10,19	0,89
		Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	140,4/140,4	4,07	3,51	6,74	75,82	8,07
393	**ЗАВТРАК**	**Чай с лимоном**	**180/10/7**	**0,11**	**0,00**	**9,34**	**39,19**	**2,25**
		Вода	137,05/137,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Лимон	7,31/6,39	0,06	0,01	0,19	2,17	1,57
		Сахар	9,14/9,14	0,00	0,00	9,13	36,48	0,50
		Вода	29,61/29,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Чай высшего сорта	0,27/0,27	0,05	0,00	0,01	0,52	0,18
701	**ЗАВТРАК**	**Хлеб пшеничный**	**30**	**2,40**	**0,30**	**14,73**	**71,40**	**1,79**
		Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,40	0,30	14,73	71,40	1,79
6	**ЗАВТРАК**	**Масло (порциями)**	**5**	**0,04**	**3,62**	**0,06**	**33,00**	**2,49**
		Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,30	2,49
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**395**	**8,27**	**8,83**	**42,36**	**284,58**	**16,36**
368	**ЗАВТРАК 2**	**Плоды и ягоды свежие**	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**44,00**	**5,7**

		Яблоки	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**44**	**5,7**
67	**ОБЕД**	**Щи из свежей капусты с картофелем**	**180**	**1,57**	**3,38**	**7,02**	**65,70**	**5,29**
		Лавровый лист	0,01/0,01	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01
		Капуста белокочанная	45/36	0,65	0,04	1,69	10,08	2,03
		Картофель	33,23/21,6	0,43	0,09	3,52	16,63	0,90
		Томат-паста	1,8/1,8	0,09	0,00	0,34	1,78	0,22
		Лук	8,64/7,2	0,10	0,01	0,59	2,95	0,18
		Морковь	12,1/9	0,12	0,01	0,62	3,15	0,36
		Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04
		Масло растительное	2,16/2,16	0,00	2,16	0,00	19,42	0,30
		Вода	144/144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана 15,0% жирности	7,2/7,2	0,19	1,08	0,26	11,66	1,25
321	**ОБЕД**	**Пюре картофельное**	**130**	**2,89**	**3,76**	**19,19**	**122,42**	**8,06**
		Картофель	171/111,15	2,22	0,44	18,12	85,59	4,62
		Масло сливочное	4,55/4,55	0,06	2,80	0,08	25,75	2,26
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20,54/20,54	0,60	0,51	0,99	11,09	1,18
301	**ОБЕД**	**Птица тушеная**	**70**	**8,23**	**7,55**	**2,06**	**108,93**	**23,19**
		Курица, 1 категории	103,25/91,43	16,64	16,82	0,00	217,61	21,57
		Вода	26,25/26,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Сметана 15,0% жирности	8,75/8,75	0,23	1,31	0,32	14,18	1,52
		Мука пшеничная	2,62/2,62	0,27	0,03	1,81	8,77	0,10
		Соль пищевая йодированная	0,28/0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
14	**ОБЕД**	**Салат из свежих помидоров с луком**	**50**	**0,56**	**3,09**	**2,36**	**40,57**	**2,84**
		Помидоры (томаты), грунтовые	42,35/36	0,40	0,07	1,37	8,64	2,12
		Лук	14,4/12,1	0,17	0,02	0,99	4,96	0,30
		Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	0,42
53	**ОБЕД**	**или Салат из свеклы с солеными огурцами**	**50**	**0,63**	**2,55**	**3,42**	**39,31**	**2,22**
		Огурец соленый	12,5/10	0,08	0,01	0,17	1,30	0,38
		Свекла	49,6/37	0,56	0,04	3,26	15,54	1,49
		Масло растительное	2,5/2,5	0,00	2,50	0,00	22,48	0,35
700	**ОБЕД**	**Хлеб ржаной**	**25**	**1,65**	**0,30**	**8,35**	**43,50**	**0,82**
		Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,30	8,35	43,50	0,82
376	**ОБЕД**	**Компот из сушеных фруктов**	**180**	**1,40**	**0,29**	**33,82**	**141,01**	**1,87**
		Сахар	10,98/10,98	0,00	0,00	10,96	43,81	0,60
		Кислота лимонная пищевая	0,18/0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11

		Сухофрукты (ассорти)	11,88/36	1,40	0,29	22,86	97,20	1,16
		Вода	182,7/182,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
701.1	**ОБЕД**	**Хлеб пшеничный**	**25**	**1,98**	**0,25**	**12,07**	**58,75**	**1,25**
		Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	25/25	1,98	0,25	12,08	58,75	1,25
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**710**	**18,91**	**21,17**	**88,29**	**620,19**	**45,54**
213	**ПОЛДНИК**	**Яйца вареные**	**40**	**5,08**	**4,60**	**0,28**	**63,00**	**7,32**
		Яйцо	40/40	5,08	4,60	0,28	62,80	7,32
5	**ПОЛДНИК**	**Икра кабачковая**	**50**	**0,95**	**4,45**	**3,85**	**59,50**	**5,37**
		Икра кабачковая	52,7/50	0,00	0,00	0,00	0,00	5,37
700,1	**ПОЛДНИК**	**Хлеб ржаной**	**20**	**1,32**	**0,24**	**6,68**	**34,80**	**0,65**
		Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,65
397	**ПОЛДНИК**	**Какао с молоком**	**180**	**3,92**	**3,28**	**15,89**	**109,85**	**8,06**
		Какао-порошок	2/2	0,49	0,30	0,20	5,77	0,68
		Сахар	10,01/10,01	0,00	0,00	9,99	39,93	0,55
		Вода	79,99/79,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	118,8/118,8	3,45	2,97	5,70	64,15	6,83
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			**290**	**11,27**	**12,57**	**26,7**	**267,15**	**21,4**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			**1495**	**38,85**	**42,97**	**167,15**	**1215,92**	**89**
Среднее значение за период			**1549,5**	**50,98**	**49,71**	**184,24**	**1416,83**	**96,5**
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности				**14,39**	**31,58**	**52,01**		