

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

 Т.А. Замулина

« 10 »  2023 год

Индивидуальный предприниматель

 Н.И. Звягина

« 10 »  2023 год

Индивидуальный предприниматель

 В.Б. Карпачев

« 10 »  2023 год

### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА


для организации питания детей обучающихся по программам начального общего образования, относящихся к льготным категориям, утвержденным постановлением администрации города Ставрополя от 29.04.2021 № 914 «Об утверждении Порядка обеспечения бесплатным горячим питанием отдельных категорий обучающихся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных общеобразовательных организациях города Ставрополя или предоставления их родителям (законным представителям) денежной компенсации его стоимости и финансовых норм питания за счет средств бюджета города Ставрополя»  
«на период с 01.09.2023 по 29.11.2023 – с 02.04.2024 по 31.05.2024 и с 30.11.2023 по 01.04.2024 2023/2024 учебного года»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель комитета образования администрации города Ставрополя

 Е.В. Волосовцова

Заместитель начальника отдела санитарного надзора  
Управления Роспотребнадзора по Ставропольскому краю

  
**Управление  
Роспотребнадзора  
по Ставропольскому краю**  
355008, г. Ставрополь, пер. Фадеева, 4

М.И. Сорокина

Заместитель руководителя комитета образования администрации города Ставрополя

 А.С. Тенн

Руководитель планово-экономического отдела комитета образования администрации города Ставрополя

 Н.А. Черниговская

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день.

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминизация							Минеральные вещества		
			Белок, г	Жиры, г	Углевода, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
<b>Обед</b>																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6			
2	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/230	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1			
3	БИТОЧКИ ИЗ ОВОЩЕЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	53,8	43,1	188,8	2,8			
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	13,2	45,3	1,0			
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	1,65	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,1	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
<b>Итого за обедом пища:</b>																	
		859	36,4	34,6	133,5	959,4		0,6	24,9	0,8	146,8	147,9	417,4	8,5			
<b>ПОЛДНИК (увлажненный)</b>																	
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и маслом сливочным	1/200/80	9,3	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9			
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	75,0	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>																	
		590	8,3	10,5	45,5	320,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,9			
<b>Всего за день:</b>																	
		1449	44,7	43,0	179,0	1280,3		0,8	24,9	0,9	179,8	171,9	503,4	10,5			

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминизация							Минеральные вещества		
			Белок, г	Жиры, г	Углевода, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
<b>Обед</b>																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4			
2	БОРОЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3			
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9			
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5			
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
<b>Итого за обедом пища:</b>																	
		899	32,0	22,8	106,1	780,7		0,5	152,5	0,2	157,5	152,5	450,3	6,7			
<b>ПОЛДНИК (увлажненный)</b>																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6			
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/197/8/32	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9			
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	13,5	1,5			
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>																	
		629	161,5	138,5	653,1	4521,4		11,5	359,5	12,6	706,8	1 089,2	2 151,7	50,8			
<b>Всего за день:</b>																	
		1528	193,5	161,4	759,2	5202,1		12,0	512,0	12,8	864,3	1 241,7	2 611,1	57,4			



№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества						
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>Обед</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с крутой гречкой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	35,1	1,0					
3	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с помидор	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 208, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8					
4	КАША ГРЕЧЕНАВА РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7					
5	Каша из яблок сушеных	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/30	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/30	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прессы пищи:		900	37,7	40,6	142,4	1 068,0		0,6	31,8	0,7	295,7	139,1	576,3	12,1					
<b>ПОЛДНИК (Уютный)</b>																			
1	КАША ЖЕЛТКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	1/200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6					
2	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/30	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/30	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прессы пищи:		520	19,4	23,1	95,9	681,1		0,4	2,6	0,2	120,1	226,7	364,0	4,9					
Всего за день:		1420	57,1	63,7	238,3	1 749,1		1,0	34,4	0,9	415,8	365,8	940,3	17,0					

ЧЕТВЕРГ 1 месяц

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества						
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>Обед</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4					
2	СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	81,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9					
3	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	23,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8					
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/30	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/30	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прессы пищи:		880	36,2	23,2	128,0	870,1	0,0	0,4	47,0	0,2	147,2	168,0	403,3	6,1					
<b>ПОЛДНИК (Уютный)</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	ОМЛЕТ с жареным картофелем в масле сливочном	1/180/10	12,6	32,4	18,8	430,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,4	224,2	2,8					
3	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИЛОНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/30	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/30	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прессы пищи:		560	21,5	34,8	85,0	754,1		0,4	105,6	235,4	50,0	133,7	311,6	5,4					
Всего за день:		1440	57,6	58,0	213,0	1 624,2		0,8	152,6	235,6	206,3	301,8	714,9	11,5					

ТАБЛИЦА 1. ПИЩЕВЫЕ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (покаждому)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ в картофельном соусе	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9					
3	ЭРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4					
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3					
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИТОННИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,1	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	855	29,1	30,4	125,0	887,6		0,5	144,7	31,5	123,1	161,4	386,1	13,8					
ПОДЛИНК (уволненный)																			
1	ВАРЕНИКИ ЛЕПЕВЫЕ отварные с молоком крученым	1/200/40	25,7	13,8	39,3	584,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5					
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	572	34,3	16,0	96,4	680,1		0,2	3,9	92,6	82,0	301,1	390,5	4,0					
	Всего за день:	1427	63,4	46,4	221,4	1567,7		0,7	148,6	124,1	205,1	462,5	776,6	17,8					

ПОДЛИНК 2. Десерт

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4					
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/230/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8					
3	ТОРТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с помидором	1/90/70	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4					
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ с маслом сливочным	1/180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6					
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	960	28,2	25,4	131,0	931,5		0,3	16,1	0,2	124,2	132,7	383,6	5,2					
ПОДЛИНК (уволненный)																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/197/8/32	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9					
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	607	22,1	16,6	89,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	299,1	3,2					
	Всего за день:	1567	50,3	41,9	226,8	1548,4		0,6	17,4	0,2	192,1	453,9	682,7	8,4					



СТОИМОСТЬ 2 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витаминизация							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
<b>Общая</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (покупные)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНИ РАДІСКИИ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2					
3	ПЕЧЕНЕЖИ Рыбные из шпината с соусом сметанным с томатами	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0					
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3					
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИТОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за пресек пищи:		930	29,0	32,2	126,3	932,3		0,5	156,5	29,3	143,3	235,3	490,3	6,7					
<b>ПОДЛИНИК (уволненный)</b>																			
1	ЗАЛЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком сухим	1/200/80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	-9,3	173,6	1,9					
2	ЧАЙ С ЛИМОНКОМ*	1/200/15/7	0,1	0,0	13,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за пресек пищи:		612	20,6	18,8	125,9	745,8		0,2	3,0	0,0	83,2	26,5	259,1	4,0					
Всего за день:		1542	49,6	48,0	252,2	1 678,1	0,0	0,7	159,5	29,3	226,5	261,8	739,4	10,7					

СРЕДНЯ 2 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витаминизация							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
<b>Общая</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4					
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БОБОВИДНО-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1					
3	Масло сливочное "Крестьянская" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0					
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0					
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за пресек пищи:		859	34,1	27,0	141,9	891,3		0,6	18,9	0,5	121,5	124,6	387,3	8,4					
<b>ПОДЛИНИК (уволненный)</b>																			
1	Каша жареная молочная на Грессевой крупе с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/200/10	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6					
2	КОБЕЯНИИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за пресек пищи:		520	18,0	22,6	87,1	634,7	0,0	0,3	2,6	0,2	104,6	237,0	327,8	4,9					
Всего за день:		1379	52,1	49,5	229,0	1 526,0	0,0	0,9	21,5	0,7	226,1	361,6	715,1	13,3					



ЧЕТВЕРТ 2 недели

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества																
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витаминны					Минеральные вещества						
			Общ																
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3					
3	ЗРАНЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	11,6	13,5	13,8	234,0	№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4					
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5					
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИТОНИКА "Крестьянское" 72,5%	1/200	0,2	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прием пищи:			960	266	119,7	863,1		0,5	163,3	31,5	130,6	163,9	371,8	14,4					
ПОЛДНИК (уволненный)																			
1	Пудинг из творога (запеченный) со стучашным молоком	1/200/80	24,5	19,2	63,0	323,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8					
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/157	0,3	0,1	16,4	67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	5,4	8,6	10,8	1,1					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прием пищи:			612	33,0	124,8	836,7		0,3	4,1	113,1	95,2	375,6	476,3	4,9					
Всего за день:			1572	59,6	244,4	1 699,8		0,8	167,4	144,6	225,8	539,5	848,1	19,3					

ПЯТНИЦА 2 недели

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества																
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витаминны					Минеральные вещества						
			Общ																
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4					
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6					
3	БИТОЧКИ из тоwarzины с яблоком сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8					
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7					
5	Компот из свежих сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прием пищи:			859	38,0	131,1	1 059,8		0,4	5,1	47,3	170,1	142,1	494,4	7,4					
ПОЛДНИК (уволненный)																			
1	КАША ЖИРНАЯ МОЛОЧНАЯ из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	23,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9					
2	КАКАО С МОЛОКОМ "Крестьянское" 72,5%	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прием пищи:			520	18,0	23,1	95,9	667,3	0,0	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9					
Всего за день:			1379	56,0	227,0	1 727,1		0,7	7,8	47,4	270,9	447,3	861,6	13,3					

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ															
Итого		Пищевые вещества		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал		Витаминны				Минеральные вещества			
Итого за весь период		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал									
Среднее значение за период		68,4	62,6	2 784,2		19 702,8									
Итого		Витамины				Минеральные вещества									
Итого за весь период		В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг							
Среднее значение за период		1,9	124,6	596,5	3 012,7	4 607,9	9 393,3	179,3							
Итого		В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг							
Среднее значение за период		1,9	124,6	59,6	301,3	460,8	939,3	17,9							

\*можно готовить без добавления сахара, при замене сахара можно подсластить порционно (фосфорной) или в сахаре



ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день.

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зола, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг
<b>Обед</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	1/60	0,6	0,0	2,1		№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ	1/250	5,6	5,4	17,5		№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1					
3	ПИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/909	16,5	24,2	14,3		№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8					
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/150	5,4	0,7	34,7		№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0					
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4		№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прием пищи:		859	36,3	32,5	133,4			0,6	16,2	0,7	143,8	145,5	417,4	8,5					
<b>ПОЛДНИК (дети)</b>																			
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком сухим	1/200/80	9,3	7,2	53,6		№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9					
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8		№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	75,0		№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прием пищи:		590	8,3	10,5	45,5			0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,0					
Всего за день:		1449	44,6	42,9	178,9			0,8	16,2	0,8	176,8	169,5	503,4	10,5					

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зола, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг
<b>Обед</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (суп)	1/60	0,6	0,0	1,0		№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4					
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3		№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3					
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/80/9	17,1	8,2	0,9		№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9					
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2		№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5					
5	НАПИТОК ИЗ ШЛОДОВ ЛИМОННИКА	1/200	0,7	0,3	20,8		№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прием пищи:		899	32,0	22,7	105,6			0,5	150,7	0,2	154,7	147,3	449,7	6,7					
<b>ПОЛДНИК (дети)</b>																			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	1/60	0,6	0,0	2,1		№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/197/8/32	10,8	12,0	27,2		№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9					
3	ЧАЙ С ЛИМОННОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7		№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5					
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	75,0		№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прием пищи:		629	161,3	136,1	651,9			11,5	338,4	12,4	695,2	1 074,0	2 132,5	50,8					
Всего за день:		1528	193,3	160,9	757,4			12,0	489,1	12,6	849,9	1 221,3	2 582,3	57,4					

## СПЕЦИАЛ 1 человек

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обед	Зачетная ценность, ккал			№ рецептура	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пожирора)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с мукой рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0					
3	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с помидор	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8					
4	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7					
5	Каша из ячменя сушеного	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прессы пшени:	900	37,6	40,5	142,3	1 066,0		0,6	23,1	0,6	292,7	136,7	576,3	12,1					
	ПОЛДНИК (употребляемый)																		
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЦЫ	1/200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6					
2	КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	19,4	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прессы пшени:	520	19,4	23,1	95,9	681,1		0,4	2,6	0,2	120,1	226,7	364,0	4,9					
	Всего за день:	1420	57,0	63,6	238,2	1 747,1		1,0	25,7	0,8	412,8	363,4	940,3	17,0					

## ЧЕТВЕРГ 1 человек

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обед	Зачетная ценность, ккал			№ рецептура	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4					
2	ЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картошкой	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9					
3	ЦИВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8					
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прессы пшени:	880	36,2	23,1	127,5	866,5	0,0	0,4	45,2	0,2	144,4	162,8	393,7	6,1					
	ПОЛДНИК (употребляемый)																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	ОМЛЕТ с жареным картофелем и маслом сливочным	1/180/10	12,6	32,4	18,8	470,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,6	224,2	2,8					
3	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ЦИТРУСОВЫХ	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	0,1	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прессы пшени:	560	21,5	34,8	85,0	754,1		0,4	105,6	235,4	59,0	133,7	311,6	5,4					
	Всего за день:	1440	57,6	57,9	212,4	1 620,6		0,8	150,8	235,6	203,5	296,6	705,3	11,5					



№ п/п	Наименование блока	Вес блока	ПИТАНИЕ 1 НЕДЕЛИ																													
			Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества														
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренность, %	В1, мг	С, мг			А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15																		
																		<b>Общ</b>														
1	ОНОШИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пожирю)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6																		
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофельм	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9																		
3	ЭРАЙЗ рубленое в масле говяжья с мясом сливочным *Крестьянское* 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4																		
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с мясом сливочным *Крестьянское* 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3																		
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИТОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6																		
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
Итого за прием пищи:		855	29,0	30,3	124,9	885,6		0,5	136,0	31,4	120,1	159,0	386,1	13,8																		
																		<b>ПОЛДНИК (уплотненный)</b>														
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с молоком	1/200/40	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5																		
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/57	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5																		
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 278/31	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ *Крестьянское* 72,5%	1/10	0,1	8,3	75,0	340,1	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	2,0	2,0	0,0																		
Итого за прием пищи:		572	34,3	16,0	96,4	680,1		0,2	3,9	92,6	82,0	301,1	390,5	4,0																		
Всего за день:		1427	63,3	46,3	221,3	1565,7		0,7	139,9	124,0	202,1	460,1	776,6	17,8																		
																		<b>ПОУЛДНИК 2 неделя</b>														
№ п/п	Наименование блока	Вес блока	Общ																													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4																		
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8																		
3	ТЕФТЕЛИ в масле говяжья с соусом сметанным с томатом	1/90/70	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/31 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4																		
4	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с мяском	1/180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6																		
5	Копченая смесь сухобруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0																		
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
Итого за прием пищи:		960	28,2	25,3	130,5	927,9		0,3	14,3	0,2	121,4	127,5	374,0	5,2																		
																		<b>ПОУЛДНИК (уплотненный)</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6																		
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с мясом сливочным *Крестьянское* 72,5%	1/197/8/32	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9																		
3	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3																		
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0																		
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ *Крестьянское* 72,5%	1/10	0,1	8,3	75,0	340,1	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	2,0	2,0	0,0																		
Итого за прием пищи:		607	22,1	16,6	80,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	299,1	3,2																		
Всего за день:		1567	50,3	41,8	220,3	1544,8		0,6	15,6	0,2	189,3	448,7	673,1	8,4																		

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витаминный состав					Минеральный состав				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг
<b>Обед</b>																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ свежие (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70/2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6			
2	РАССОЛЫВАННЫЕ ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96/2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2			
3	ТЕЧЕТЕЛЬНЫЕ рыбные из минтая с соусом сметанным с творогом	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331/2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0			
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312/2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3			
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388/2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>930</b>	<b>28,9</b>	<b>32,1</b>	<b>126,2</b>	<b>930,3</b>		<b>0,5</b>	<b>147,8</b>	<b>29,2</b>	<b>140,3</b>	<b>232,9</b>	<b>480,3</b>	<b>6,7</b>			
<b>ПОЛДНИК (употреблять)</b>																	
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с мяском сушеным	1/200/80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188/2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	-9,3	173,6	1,9			
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/157	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377/2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14/2015г.	0,0	0,0	0,1	2,0	1,0	2,0	0,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>612</b>	<b>20,6</b>	<b>15,4</b>	<b>125,9</b>	<b>745,8</b>		<b>0,2</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>83,2</b>	<b>26,5</b>	<b>259,1</b>	<b>4,0</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>1542</b>	<b>49,5</b>	<b>47,9</b>	<b>252,1</b>	<b>1 676,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,7</b>	<b>150,8</b>	<b>29,2</b>	<b>223,5</b>	<b>259,4</b>	<b>739,4</b>	<b>10,7</b>			

СРЕДНЯЯ 2 недели

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витаминный состав					Минеральный состав				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг
<b>Обед</b>																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ свежие (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70/2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4			
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОВОДЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102/2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1			
3	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ БОВОДИЯ-ЦЫПЛЯТ с мяском сушеным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295/2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0			
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с мяском сушеном "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309/2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0			
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342/2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>859</b>	<b>34,1</b>	<b>26,9</b>	<b>141,4</b>	<b>887,7</b>		<b>0,6</b>	<b>17,1</b>	<b>0,5</b>	<b>118,7</b>	<b>119,4</b>	<b>377,7</b>	<b>8,4</b>			
<b>ПОЛДНИК (употреблять)</b>																	
1	Каша яловая молочная из гречневой крупы с мяском сушеном "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183/2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6			
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379/2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14/2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>520</b>	<b>18,0</b>	<b>22,6</b>	<b>87,1</b>	<b>634,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>2,6</b>	<b>0,2</b>	<b>104,6</b>	<b>237,0</b>	<b>327,8</b>	<b>4,9</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>1379</b>	<b>52,1</b>	<b>49,4</b>	<b>228,5</b>	<b>1 522,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,9</b>	<b>19,7</b>	<b>0,7</b>	<b>223,3</b>	<b>356,4</b>	<b>705,5</b>	<b>13,3</b>			



ЧЕТВЕРТ 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества												
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины						Минеральные вещества	
			Общ												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ: соевые (говюшоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3	
3	ЭРАЗИ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5	
5	"Крестьянское" 72,5%	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
Итого за прием пищи:			960	26,5	28,0	861,1		0,5	154,6	31,4	127,6	161,5	371,8	14,4	
ПОЛДНИК (указанный)															
1	Пудинг из творога (сливочный) со сухими сливочными хлопьями	1/200/80	24,5	19,2	63,0	523,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8	
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/157	0,3	0,1	16,4	67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	5,4	8,6	10,8	1,1	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
Итого за прием пищи:			612	33,0	124,8	836,7		0,3	4,1	113,1	98,2	375,6	476,3	4,9	
Всего за день:			1572	59,5	244,3	1 697,8		0,8	158,7	144,5	222,8	537,1	848,1	19,3	

ПЯТНИЦА 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества												
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины						Минеральные вещества	
			Общ												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ: соевые (свурда)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6	
3	ВЯЦОНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рисованная с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7	
5	Компот из свежих сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
Итого за прием пищи:			859	38,0	130,6	1 056,2		0,4	3,2	47,3	167,3	136,9	484,8	7,4	
ПОЛДНИК (указанный)															
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЛИ РИСОВОЙ КРУПЦЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	33,8	160,2	191,2	2,9	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
Итого за прием пищи:			520	18,0	95,9	667,3	0,0	0,3	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9	
Всего за день:			1379	56,0	64,3	226,5	1 723,5		0,7	5,9	47,4	268,1	442,1	822,0	13,3

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Итого за весь период	683,1	624,3	2 779,9	19 663,6			
Среднее значение за период	68,3	62,4	278,0	1 966,4			
Итого	Минеральные вещества						
	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
Итого за весь период	18,8	1 172,5	595,8	2 972,1	4 554,7	9 326,1	179,3
Среднее значение за период	1,9	117,3	59,6	297,2	455,5	932,6	17,9

\* можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подливать по желанию (фруктоза) или в сахаре