



"Согласовано"
Заведующий МДОУ Детский сад № 28
С.В. Давыдова
20__ г.

"Утверждено"
Генеральный Директор
ООО "Комбинат социального питания"
Ивченко С.В.
15.05.15
20__ г.

Основное меню для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях возрастной группы 1-3 лет.

1 День

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мд, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	И, мг		F, мг	Se, мг
Завтрак																				
Каша "Пружба" молочная жидкая	150	4.7	2.8	25.3	150.1	0.10	0.40	9.40	0.00	0.10	88.40	26.00	104.40	0.70	0.80	158.00	31.90	0.00	0.00	38
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.80	14.60	0.00	0.10	128.80	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.80	0.00	0.00	378
Батончик к чаю	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00	
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14
Итого за прием пищи:	358	9.7	12.6	48.1	367.4	0.10	1.00	56.00	0.10	0.20	224.60	49.00	214.90	1.60	1.40	375.40	43.50	0.00	0.00	
2 Завтрак																				
Сок фруктовый	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	369
Итого за прием пищи:	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Обед																				
Суп с макаронными изделиями и курой	150/10	4.4	1.6	9.1	69.0	0.00	0.50	0.10	0.00	0.00	16.60	7.90	33.10	0.60	0.40	65.20	37.50	0.00	0.00	111
Калупса тушеная с курой	220	10.9	9.7	15.2	207.6	0.10	38.40	22.00	0.10	0.20	102.20	41.90	130.40	2.60	0.90	438.30	42.90	0.00	0.00	ПК
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00	349
Хлеб ржаной диетический	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	48.00	2.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	586	18.2	11.8	52.4	407.1	0.20	38.80	23.00	0.10	0.20	132.70	58.20	184.80	4.60	1.70	553.20	82.40	0.00	0.00	
Уплотненный полдник																				
Омлет натуральный	150	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.60	2.00	0.40	118.60	16.60	186.90	1.90	1.30	227.30	67.80	0.00	0.00	210
Сыр (порциями)	10	2.8	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15
Батончик к чаю	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00	
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376
Булочка с повидлой	50	4.6	5.1	28.6	179.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.40	6.30	37.80	0.50	0.30	56.10	25.10	0.00	0.00	424
Итого за прием пищи:	395	21.6	23.8	49.7	523.3	0.20	0.50	48.60	2.00	0.40	242.60	38.80	309.40	3.20	2.20	333.70	93.80	0.00	0.00	
Всего за день:		49.4	48.0	165.4	1362.8	0.50	40.40	127.60	2.20	0.80	600.10	146.00	719.10	9.40	5.30	1282	219.70	0.00	0.00	

Трёхм. лица, наименование блюда	Витаминизы										Минеральные вещества										№ приём-туры	
	Масса порции	Пищевые вещества		Зерно-белая масса		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В12, мкг	Сг, мг	Мо, мг	Р, мг	Ca, мг	P, мг	K, мг	Mg, мг	F, мг	I, мг	Se, мкг		
		Белок, г	Жиры, г	Углевод, мг	Жиры, г																	Углевод, мг
Завтрак																						
Каша из перловой крупы "Геркулес" молочная жидкая	130	4.1	2.3	15.2	0.10	0.40	10.10	0.03	0.10	87.19	27.50	103.30	0.62	0.65	172.50	32.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	34
Каша из перловой крупы "Геркулес" молочная жидкая	150	3.8	3.7	12.8	0.10	0.70	13.50	0.00	0.10	128.40	160.70	0.30	0.30	200.20	11.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2016
Биттон картофельный	28	1.9	0.7	12.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	21.30	0.30	0.30	0.20	32.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2018
Утка тушёная	40	4.8	4.0	32.8	0.00	0.00	0.10	0.30	0.10	18.70	3.00	81.40	0.60	0.40	36.10	8.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2019
Итого за приём пищи:	366	14.6	11.7	41.8	0.20	1.10	25.80	0.03	0.30	237.70	376.70	2.20	1.80	461.50	53.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
2. Завтрак																						
Картофельный салатик	150	4.4	4.8	48.5	0.00	1.10	35.00	0.00	0.30	184.00	21.00	142.50	0.20	0.30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2015
Итого за приём пищи:	150	4.4	4.8	48.5	0.00	1.10	35.00	0.00	0.30	184.00	21.00	142.50	0.20	0.30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Обед																						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной и сельдью	150/110	9.0	7.8	120.2	0.03	4.40	8.10	0.00	0.00	39.80	13.60	26.20	0.70	0.70	154.00	35.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	52
Супчик рыбный	50	8.6	5.1	0.6	0.20	0.30	13.50	0.00	0.10	35.70	21.70	716.50	0.30	0.30	213.50	50.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	400
Картофельное пюре	130	2.8	2.1	18.1	0.10	8.40	14.50	0.10	0.10	43.30	26.70	76.40	0.50	0.50	225.20	47.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2014
Салат натуральный свежий	30	0.2	0.5	0.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.00	4.31	8.00	0.10	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2015
Напиток из ягодок смородины (фрукты)	150	0.2	0.0	8.1	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	13.30	3.70	5.40	0.30	0.30	45.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71
Хлеб ржаной изоблуженный	24	2.4	0.4	12.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	8.80	31.30	1.40	0.40	49.00	7.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2015
Итого за приём пищи:	656	17.2	13.8	48.3	0.20	15.20	31.10	0.00	0.20	195.50	74.81	268.60	4.17	4.70	134	105.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Упорядоченный завтрак																						
Салатик морковный	120	2.4	9.4	20.7	0.00	0.20	28.70	0.20	0.20	168.50	27.40	222.30	1.10	0.60	166.00	1.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	223
Молоко стёртое	20	1.4	1.7	11.1	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	42.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2015
Чай с лимонами консервированный сахар	160	0.1	0.0	4.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.80	2.30	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2016
Биттон картофельный	26	1.8	0.7	12.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	8.80	31.30	0.50	0.20	32.80	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	98
Итого за приём пищи:	316	27.8	11.8	49.2	0.00	0.40	36.70	0.20	0.20	243.50	45.10	298.60	1.80	1.00	260.60	3.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Итого за день:	610	46.1	44.3	133.3	0.40	17.90	123.80	1.90	1.10	616.70	169.81	577.60	5.37	5.90	277.60	107.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	

КОНТРОЛЬ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ИЛИ 7602088879
г. Ярославль

3 день

Принят пища, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность блюда		Витамины							Макроэлементы вещества							№ рецептур													
	г	шт.	Жир, г	Углевод, г	белок, г	ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Сл. м.г	Мг, мг	Р, мг	Са, мг	К, мг	Л, мг	Е, мг	В6, мг	В12, мг	В9, мг	В5, мг	В7, мг	В10, мг	В11, мг	В12, мг	В13, мг							
Завтрак																																		
Минеральная вода	160	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
Каша из гречихи с маслом	180	1	4.8	10.2	1.0	16.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
Вареное яйцо	25	1	1.8	1.9	0.5	4.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Масло сливочное (порция)	6	1	0.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Итого за завтрак	363		12.8	13.4	1.5	22.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
2 завтрак																																		
Сок апельсиновый	150	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Итого за 2 завтрак	150		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Обед																																		
Суп овощной с рыбными консервами	170	1	5.2	12.6	0.9	28.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Пюре картофельное	350	1	8.3	24.5	2.1	56.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Компот из фруктов	150	1	0.3	14.4	0.0	34.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Хлеб ржаной подмаренный	36	1	2.4	0.1	0.1	12.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Итого за обед	606		16.3	51.6	3.1	129.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Уполотенный напиток																																		
Желе из фруктов	200	1	0.0	18.2	0.0	31.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Вареное яйцо	25	1	1.8	1.9	0.5	4.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Чай с медом	160	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Дрожжи пекарские	60	1	0.1	2.9	0.0	15.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Итого за уполотенный напиток	425		2.1	24.0	0.5	61.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Всего за день:			42.8	67.2	19.2	182.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

СОУЗ «НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 760203809
С. МОСКВА

4 жетін

Түрлім түрі, қайырымдылық бірлестігі	Маска порция		Пішірме мөлшері		Уақыт		Жылытқыш		Жылытқыш		Жылытқыш		Жылытқыш		Жылытқыш		Жылытқыш		№ респонденті	Сборник респонденті
	Маска порция	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш	Жылытқыш		
Халықаралық мұрағат жүйесі	150	4.9	2.8	16.2	0.00	0.50	1.10	0.00	0.10	11.90	18.00	11.90	0.60	0.90	189.20	30.90	0.00	0.00	36	2015
Чай қалыңдығы	180	3.4	9.4	12.4	0.00	0.50	14.50	0.00	0.00	124.90	15.40	91.10	0.50	0.50	180.00	10.90	0.00	0.00	375	2015
Балқалмақтар	25	1.9	0.7	12.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	6.90	21.90	0.50	0.20	32.90	0.60	0.00	0.00	14	2015
Дәрігерлік препараттар	2	0.1	5.4	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.50	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за группу товаров:	363	8.4	12.7	42.2	0.00	1.10	57.90	0.10	0.20	249.10	46.70	229.90	1.40	1.30	383.20	44.30	0.00	0.00		
2. Заправка																				
Фрукты	190	0.2	0.4	12.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.90	10.40	14.30	2.80	0.20	381.40	2.80	0.00	0.00	100	2015
Итого за группу товаров:	190	0.4	0.6	12.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.90	10.40	14.30	2.80	0.20	381.40	2.80	0.00	0.00	100	2015
Общая																				
Суп картофельный с луком и сметаной	150	3.6	5.3	11.0	0.10	5.10	3.20	0.40	0.10	28.90	18.50	47.10	1.00	0.50	389.90	41.40	0.00	0.00	97	2015
Рис с овощами и морковью	200	10.8	9.4	20.8	0.10	23.20	23.40	0.70	0.20	64.90	44.90	144.70	2.20	0.70	718.40	40.00	0.00	0.00	143	2015
Салат с помидорами и огурцами	50	0.3	0.1	1.1	0.00	7.50	0.10	0.00	0.00	4.20	6.90	7.50	0.40	0.10	62.00	0.60	0.00	0.00	71	2015
Каша из овсяной крупы	100	0.4	0.1	13.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	6.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	94	2015	
Хлеб ржаной изюмный	36	2.4	0.4	12.0	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	16.50	6.90	51.30	1.40	0.40	46.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за группу товаров:	566	17.6	16.3	60.3	0.10	35.80	26.70	0.50	0.30	110.70	77.10	250.90	4.60	1.70	729.50	84.00	0.00	0.00		
Употребленный персонал																				
Буланг удерживать	140	21.6	7.7	31.9	0.00	0.40	28.50	0.20	0.30	178.40	28.60	232.90	1.00	0.80	212.30	6.60	0.00	0.00	222	2015
Фрукты изюмные	20	0.1	0.0	3.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.00	1.00	1.20	0.10	0.00	15.60	0.00	0.00	0.00	30	2015
Итого за группу товаров:	160	21.7	7.7	35.7	0.00	0.40	28.50	0.20	0.30	180.40	29.60	234.10	1.10	0.90	227.90	6.60	0.00	0.00	252	2015
Итого за группу товаров:	330	22.2	14.6	47.8	0.00	0.40	26.50	0.20	0.30	182.40	30.60	235.30	1.20	1.00	233.40	7.20	0.00	0.00	282	2015
Итого за группу товаров:	50.3	43.1	161.0	1.387.6	0.50	50.30	111.10	0.90	0.80	570.10	128.90	751.90	10.50	3.70	1.000.00	107.00	0.00	0.00		

Сборник респонденті
1. 2015

5. День

Приобретение, наименование, бренд	Глицериновые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витаминный состав						Интерпретация результатов						№ референс-туров	Сборный результат	
	Масса порции	Виска, г	Жироз, г	Углевод, мг, %	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мкг	В9, мкг	Са, мг	Мg, мг	Fe, мкг	Zn, мкг	К, мкг	F, мкг			So, мкг
Завтрак																			
Каша манная молочная 400г/кг	150	3.8	2.4	17.1	0.00	0.40	10.13	0.00	0.19	62.80	12.40	0.30	0.30	0.30	0.40	142.20	31.60	0.00	
Каша манная молочная 400г/кг	150	4.5	4.5	15.4	0.00	0.80	16.70	0.00	0.10	60.80	21.70	0.30	0.30	0.40	140.50	14.00	0.00		
Каша манная молочная 400г/кг	25	1.6	0.7	12.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.50	0.20	0.20	0.20	32.80	0.00	0.00		
Булочка сахарная	4	0.1	0.1	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за завтрак (порция)	375	10.5	8.8	46.5	0.00	1.20	26.80	0.00	0.20	134.00	42.40	0.30	0.30	0.40	417.00	46.30	0.00		
2 Завтрак																			
Сок апельсиновый	150	0.9	0.2	15.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.80	6.00	0.00	0.00	0.00	180.00	1.30	0.00		
Итого за завтрак	150	0.9	0.2	15.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.80	6.00	0.00	0.00	0.00	180.00	1.30	0.00		
Обед																			
Суп овощной "Кремлевский"	300	1.3	1.6	7.2	0.00	0.00	0.30	0.00	0.00	20.00	16.50	0.00	0.00	0.00	34.20	0.00	0.00		
Пельмени с-сметаной	300	7.9	2.9	2.5	11.8	0.10	6.30	0.00	0.00	14.90	8.70	0.00	0.00	0.00	151.10	19.80	0.00		
Макаронные изделия (тварь)	110	4.8	3.0	29.4	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	20.00	8.10	0.00	0.00	0.00	52.40	0.00	0.00		
Напиток из пакетов "Океан"	150	0.2	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	0.00	0.00	0.00	49.00	0.00	0.00		
Хлеб ржаной (порция)	30	2.4	0.4	12.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.50	6.80	0.00	0.00	1.40	0.00	0.00			
Итого за обед (порция)	990	18.4	10.9	60.3	0.00	0.10	13.00	0.00	0.00	64.60	42.30	0.00	0.00	0.00	350.40	10.70	0.00		
Уплотненный рацион																			
Горючее рабочее с-супом	300	2.9	6.9	10.5	0.00	0.00	1.10	0.00	0.00	28.20	25.10	0.00	0.00	0.00	230.20	89.10	0.00		
Каша манная молочная	150	2.9	4.1	18.1	0.00	0.80	14.50	0.00	0.10	48.60	14.70	0.00	0.00	0.00	625.20	51.70	0.00		
Булочка сахарная	25	1.9	0.7	12.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.90	8.30	0.00	0.00	0.00	32.80	0.00	0.00		
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	0.00	0.00	10.40	0.00	0.00			
Кандиловское изделие	10	1.0	0.2	10.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за обед (порция)	623	14.7	17.5	52.2	0.00	0.10	9.50	0.00	0.10	85.10	62.30	0.00	0.00	0.00	548.00	141.70	0.00		
Всего за день:	422	42.3	17.5	108.6	0.00	1.30	104.30	0.00	0.30	446.20	163.30	0.00	0.00	0.00	1000.00	100.00	0.00		

СООБЩЕНИЕ
 19.09.2015
 15:55

6 день

Применения каменноватых блюд	Масса порции	Жиры		Углеводы		Средн. ден. энергетическая ценность		Витамины								Минеральные вещества						№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	А, мкг	В1, мкг	В2, мкг	С, мкг	Р, мкг	Ca, мкг	Mg, мкг	Fe, мкг	Zn, мкг	K, мкг	Na, мкг	Cl, мкг	Br, мкг	Se, мкг			
Завтрак																						
Каша гречневая молочная нежирная	150	2,9	2,5	10,3	30,3	0,43	0,70	0,00	0,10	82,86	17,79	84,10	0,70	0,50	153,28	31,30	0,00	0,00	0,00			
Чай с молоком	200	3,9	3,8	13,5	41,5	0,70	0,50	0,00	0,10	146,50	20,00	104,60	0,80	0,50	222,46	12,20	0,00	0,00	0,00			
Ватрушка (нес.)	80	2,3	0,6	15,4	46,1	0,00	0,00	0,00	0,00	6,50	8,50	25,30	0,60	0,50	39,50	1,10	0,00	0,00	0,00			
Масло сливочное (полужирное)	8	0,1	0,1	0,1	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	1,10	0,60	2,40	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за завтрак:	308	10,2	7,0	39,4	118,4	1,13	1,70	0,00	0,20	237,36	47,99	226,60	2,10	1,50	418,10	44,60	0,00	0,00	0,00			
2 Завтрак																						
Сок березовый	150	0,0	0,0	15,7	46,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за второй завтрак:	150	0,0	0,0	15,7	46,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																						
Суп картофельный с фасолью (с соусом томатным)	650	1,6	2,4	11,9	37,0	0,10	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,28	0,67	281,00	36,60	0,00	0,00	0,00			
Рыба, тушеная с овощами	600	3,4	5,4	19,7	54,0	1,50	0,40	0,00	0,10	37,88	39,80	130,10	0,70	0,90	327,70	120,50	0,00	0,00	0,00			
Рис отварной	110	3,2	0,7	33,9	97,9	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,50	0,60	45,60	68,40	0,00	0,00	0,00			
Наливай из смеси сухих фруктов	150	0,4	0,1	13,4	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб ржаной (подрумяненный)	80	2,1	0,4	12,0	32,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,34	1,40	0,48	43,00	2,80	0,00	0,00	0,00			
Итого за обед:	646	13,7	9,0	70,9	206,6	1,50	0,40	0,00	0,10	38,88	79,80	274,70	2,60	2,50	705,10	222,70	0,00	0,00	0,00			
Упорный обед																						
Закуска из овощей	720	9,4	20,7	29,7	80,0	0,20	0,20	0,00	0,00	198,50	27,40	292,20	1,10	0,50	198,50	1,80	0,00	0,00	0,00			
Фруктовый салат	20	0,1	0,0	0,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Биточки, сыр	30	2,8	0,9	15,4	43,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Чай с сахаром сладкий без сахара	150	0,1	0,0	4,5	12,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за обед:	730	12,4	21,6	50,2	136,9	0,20	0,20	0,00	0,00	198,50	27,40	292,20	1,10	0,50	198,50	1,80	0,00	0,00	0,00			
Всего за день:		64,8	38,6	185,2	506,6	3,13	5,80	0,00	0,40	628,14	175,98	723,40	5,40	5,00	1622,70	272,70	0,00	0,00	0,00			

Составлено в шт. М. П. 10.08.09
 М. П. 10.08.09
 Г. Илославль

7 день.

Примечание, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность		Витамины		Минеральные вещества										№ Сборник рецептур		
	Белок, г	Жир, г	Углевод, г	ккал	ккал	ккал	А, мг	С, мг	В1, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг			
Каша гречневая молочная	150	4,4	2,9	127,3	9,10	0,40	57,0	0,00	0,10	81,70	34,20	69,70	0,60	1,60	159,80	32,20	0,90	0,00	0,00	32	2010
Каша гречневая молочная	100	4,5	4,5	134,4	0,10	0,80	48,70	0,00	0,10	168,90	21,70	121,00	0,40	0,60	240,50	14,00	0,60	0,00	0,00	37,8	2010
Сыр (пармезан)	12	1,3	0,9	107,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,40	6,88	17,00	0,40	0,10	26,20	0,90	0,00	0,00	0,00	15	2015
Итого за утренний прием	302	11,1	11,1	467,2	390,9	0,20	1,30	56,00	0,00	374,90	56,90	310,90	1,40	1,70	497,90	46,90	0,00	0,00	0,00		
2. Завтрак																					
Несладкое печенье (вафель)	169	4,4	2,8	80	8,8	0,00	1,10	30,00	0,00	146,20	21,00	142,70	0,20	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010
Итого за утренний прием	789	24,4	24,4	627	888,8	0,00	1,10	30,00	0,00	360,20	24,00	142,70	0,20	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
Рисовый суп с говядиной и картофелем	150	1,5	2,2	10,4	89,4	0,10	4,00	3,20	0,00	22,70	15,90	63,30	0,90	0,20	297,90	36,20	0,90	0,00	0,00	95	2015
Каша гречневая молочная	300	7,9	5,6	26	113,8	0,10	8,20	6,40	0,00	14,90	8,70	122,10	2,60	2,30	151,10	16,80	0,90	0,00	0,00	255	2015
Салат из овощей с заправкой	10	0,5	0,1	30,0	162,0	0,20	0,00	8,40	0,10	16,10	95,00	161,50	3,80	1,10	68,50	33,30	0,80	0,00	0,00	171	2015
Итого за обед	150	0,2	0,6	1,1	7,2	0,00	0,00	0,00	0,00	4,20	6,07	7,80	0,20	0,10	67,30	1,60	0,00	0,00	0,00	71	2015
Хлеб зерновой бездрожжевой	36	2,4	0,4	12,0	62,8	0,10	0,00	0,00	0,00	18,20	3,70	9,40	0,50	0,00	48,90	0,00	0,00	0,00	0,00	346	2015
Итого за обед	536	10,1	12,5	52,2	475,6	0,60	17,80	22,10	0,10	8,60	136,10	263,70	3,90	1,40	46,00	2,00	0,00	0,00	0,00		
Утренний полдник																					
Колбаса "Росток"	70	0,7	11,0	3,0	153,7	0,10	1,30	14,20	0,00	16,60	10,50	101,70	1,20	0,10	63,60	24,10	0,00	0,00	0,00	171	2022
Сметанная каша	150	2,9	4,1	16,1	128,8	0,10	3,40	14,50	0,10	48,30	24,70	75,40	0,90	0,50	625,20	47,70	0,00	0,00	0,00	128	2015
Чай с сахаром	50	2,3	0,9	15,4	76,6	0,00	0,00	0,00	0,00	6,80	0,90	25,90	0,80	0,20	39,50	1,10	0,00	0,00	0,00		
Итого за полдник	150	5,9	6,0	45,5	183,3	0,00	0,00	0,00	0,00	8,10	2,80	3,30	0,20	0,90	104,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2015
Итого за вечерний прием	488	21,5	19,5	64,3	497,6	0,30	9,70	35,10	0,10	20,10	110,00	64,30	283,90	4,00	1,30	802,30	81,30	0,00	0,00	104	2010
Всего за день	66,4	48,2	108,3	143,20	0,20	25,90	143,20	0,20	1,50	750,90	279,90	1078,40	10,00	13,30	1600,00	100,00	0,00	0,00	0,00		

УТВЕРЖДЕНО
И.И. ИВАНОВ
15.05.2015

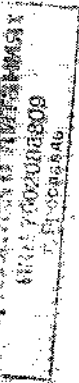
В действии

Масса продукции	Пищевые вещества		Земельно-лесная категория, кв. м		Витаминизация		Минеральные вещества										№ инвентаризации	Сборник рецептур	
	Белки, г	Жиры, г	Хлебная кв. м	Лесная кв. м	С, мг	А, мг	Л, мг	В, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	U, мг	Ca, мг			S, мг
Завтрак																			
Суп мясной с картофелем и капустой	150	4,6	4,3	14,8	0,00	0,00	17,30	0,00	0,10	124,50	16,80	0,30	0,80	180,40	47,00	0,10	0,00	2015	
Яблоко с мажурой	300	4,4	4,2	13,2	0,18	0,18	16,20	0,00	0,10	144,40	28,00	0,60	0,10	238,20	12,20	0,00	0,00	2015	
Батон бородинский	20	1,5	0,6	10,3	0,00	0,00	0,00	0,00	4,40	17,00	0,40	0,00	0,10	3,20	0,70	0,00	0,00	2015	
Яблоко с мажурой	40	4,8	4,0	13,6	0,00	0,00	0,00	0,10	10,70	3,80	0,40	0,00	0,40	85,00	1,00	0,00	0,00	2015	
Итого за завтрак:	390	15,3	13,1	38,6	0,18	0,18	33,50	0,00	0,30	295,00	51,80	2,10	1,00	510,80	67,60	0,00	0,00		
2 Завтрак																			
Сыр-фруктовый	150	0,0	0,0	15,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2015	
Итого за завтрак:	150	0,0	0,0	15,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																			
Супенка по-польски со сметаной	150	9,4	3,6	6,5	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	23,60	13,20	4,40	0,60	233,30	28,00	0,00	0,00	2014	
Судачья котлета	60	7,7	9,8	0,6	0,00	0,00	22,00	0,40	0,10	25,50	6,50	6,70	0,20	40,00	16,20	0,00	0,00	2014	
Картофель тушеный	110	3,3	2,5	17,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	21,90	26,00	6,10	1,10	657,60	49,80	0,00	0,00	2010	
Компот плодово-ягодный с сахаром	150	0,3	0,1	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,00	7,10	17,50	0,80	0,00	126,10	1,00	0,00	2011	
Хлеб ржаной изоблуженый	20	2,4	0,4	12,0	0,00	0,00	0,00	0,00	6,80	31,30	1,40	0,40	0,20	2,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за обед:	496	18,1	16,3	51,2	0,00	0,00	12,10	0,40	0,30	94,60	28,50	4,30	1,90	1,848	107,00	0,00	0,00		
Узловатный полдник																			
Каша овсяная с яблоком и сметаной	150	4,7	5,7	17,6	140,5	0,10	0,40	20,50	0,10	69,80	44,80	11,20	1,40	0,70	191,70	31,80	0,00	0,00	2015
Чай с сахаром (подогрев)	10	0,3	0,3	0,1	66,1	0,00	0,00	40,00	0,20	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00	
Батон бородинский	25	1,9	0,7	12,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,80	8,30	21,30	0,50	32,80	0,80	0,00	0,00	0,00	
Чай с сахаром (подогрев)	150	0,1	0,0	4,5	18,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	2,60	2,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Пирог "Яблочный"	50	2,6	7,7	24,3	180,0	0,00	0,00	0,00	0,00	18,30	6,20	31,30	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за узловатный полдник:	345	9,6	21,4	65,4	479,4	0,10	0,40	61,00	0,40	125,10	60,70	18,30	2,40	1,700	253,00	33,60	0,00	0,00	
Итого за день:	410	40,8	50,8	154,4	1,318	0,40	13,90	121,00	1,70	514,60	174,90	65,40	9,00	4,30	1,265,50	102,60	0,00	0,00	

№ 1700218503
 02.04.2015

9 день

Прим. пинок, наименование блюда	Масса порции		Жиры		Углеводы		Землепользование		Землепользование		Витамины		Макроэлементы												№ сборник рецептур								
	Белок, г	Жир, г	Углевод, г	Вит. А, мкг	Вит. С, мкг	Вит. Е, мкг	Вит. В1, мкг	Вит. В2, мкг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	К, мг	L, мг	E, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Mg, мг	K, мг	Na, мг	Cl, мг	S, мг										
																								Вит. В12, мкг		Вит. В6, мкг	Вит. В9, мкг	Вит. В5, мкг	Вит. В15, мкг	Вит. В17, мкг	Вит. В18, мкг	Вит. В19, мкг	Вит. В20, мкг
Завтрак																																	
Каша из гречки с маслом, "Горбушка" молочная, жареная	150	4.1	3.3	115.2	8.10	0.40	10.10	0.00	0.10	87.10	27.50	105.50	0.60	0.20	172.50	32.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	24	2015	
Чай с сахаром	40	3.4	3.4	12.4	0.00	0.00	14.00	0.00	0.10	128.90	18.40	17.10	0.10	0.10	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	378	2015
Батон белгородский	20	1.3	0.6	10.3	0.00	0.00	9.00	0.00	0.00	4.40	6.00	7.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015
Мастика сливочная (порционная)	6	0.1	0.6	0.1	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.80	0.00	2.40	0.00	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого за завтрак	216	9.9	13.6	222.6	8.10	0.40	56.10	0.10	0.20	233.30	50.90	215.50	1.10	0.40	300.90	44.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
2 завтрак																																	
Сем. фруктовое	150	0.6	0.2	15.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	0.00	0.10	160.00	1.50	0.10	160.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого за завтрак	150	0.6	0.2	15.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	0.00	0.10	160.00	1.50	0.10	160.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Обед																																	
Суп картофельный с мясом	170	3.1	1.6	12.0	0.30	0.10	5.90	0.20	0.00	26.70	24.20	26.50	1.00	0.20	508.10	74.00	0.20	508.10	74.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ау на гарнир	50	7.8	7.9	12.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.04	10.10	11.10	11.70	1.10	0.10	32.70	20.80	0.00	32.70	20.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Макаронный гарнир с овощами	110	4.6	3.0	28.3	0.70	0.20	9.70	0.10	0.00	20.80	8.20	34.20	0.70	0.20	52.80	44.60	0.20	52.80	44.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Напиток из смеси фруктов	150	0.4	0.1	15.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	1.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб ржачий подорожный	26	2.4	0.4	12.0	0.10	0.10	0.00	0.00	0.00	6.80	6.80	1.40	0.40	0.40	48.00	2.00	0.00	48.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого за обед	516	20.9	13.2	64.1	0.80	0.40	30.90	0.30	0.10	69.10	56.70	225.70	2.20	0.40	661.00	142.00	0.20	661.00	142.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Углепительный напиток																																	
Зеленый чай	120	24.5	9.4	20.7	0.00	0.20	35.70	0.20	0.00	169.90	17.40	232.30	1.10	0.60	106.90	1.60	0.00	106.90	1.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	75.00	1.40	0.00	75.00	1.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Чай с мятой с сахаром и лимоном	150	0.1	0.0	4.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.90	2.90	0.20	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Батон белгородский	20	1.8	0.6	10.3	0.00	0.00	9.00	0.00	0.00	4.40	6.00	7.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	26.20	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Печенье	10	1.0	0.2	10.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого за напиток	328	28.8	12.9	67.3	0.00	0.20	36.70	0.20	0.00	247.50	48.40	286.40	1.30	0.80	274.10	3.70	0.00	274.10	3.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Всего за день:	987	44.4	36.2	442.6	1.00	0.60	102.70	0.40	0.20	555.40	165.60	746.40	2.50	1.20	1505.00	165.00	0.20	1505.00	165.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00



10 день

Применяемые препараты	Полноценная сыворотка		Зверобой		Витаминизированная сыворотка		Минерально-витаминизированная сыворотка										№ рецептур
	Масса порошка	Жирный	Жирный	Масса	В1, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	Ca, мг	Na, мг	Cl, мг	Сумма	
Каша овсяная молочная жидкая	150	3,8	2,6	17,1	0,07	0,06	32,93	12,40	72,30	0,20	0,40	142,50	21,60	0,30	0,00	2010	
Коричневый напиток из молока	180	4,5	4,5	129,5	0,10	0,00	163,90	31,70	171,90	0,20	0,20	240,50	14,00	0,00	0,00	2016	
Ванна витаминизированная	20	1,5	0,3	10,3	0,10	0,00	4,40	6,80	1,00	0,10	36,20	0,70	0,00	0,00	0,00	2015	
Масло сливочное (пастеризованное)	8	0,1	5,8	2,1	0,00	0,00	1,00	0,10	2,40	0,00	0,60	1,20	0,00	0,00	0,00	2015	
Итого за прием пищи:	358	9,9	13,6	42,8	0,10	0,00	262,96	40,70	213,90	0,40	1,10	419,40	46,30	0,00	0,00		
2-й завтрак																	
Фрукты	130	0,5	0,5	12,7	0,00	0,00	20,80	10,40	14,30	2,80	0,20	261,40	2,60	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	130	0,5	0,5	12,7	0,00	0,00	20,80	10,40	14,30	2,80	0,20	261,40	2,60	0,00	0,00		
Обед																	
Борщ из свежей капусты с картофелем, свеклой и сметаной	190	3,1	7,9	123,5	0,00	0,00	31,70	14,40	20,90	0,70	0,20	205,10	30,90	0,00	0,00	2015	
Картофельный суп	70	8,5	4,0	12,3	0,10	0,00	24,40	31,00	122,60	4,20	0,60	240,00	85,00	0,00	0,00	2015	
Кисель фруктовый	180	2,3	4,1	18,1	0,10	0,10	45,60	24,70	70,40	0,90	0,80	825,20	51,70	0,00	0,00	2015	
Салат из овощей	30	0,2	0,6	0,6	0,00	0,00	5,00	0,31	0,05	0,17	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	2015	
Суп с сельдью	150	0,2	0,0	0,1	0,00	0,00	16,20	3,70	5,40	0,50	0,00	45,00	0,00	0,00	0,00	2015	
Напиток из травяной смеси	25	2,4	0,4	12,0	0,00	0,00	6,50	8,80	31,30	1,40	0,40	48,00	2,00	0,00	0,00	2015	
Хлеб ржаной бородинский	878	17,2	17,2	98,6	0,30	0,10	126,49	64,69	274,85	4,87	1,70	1,185	178,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	1440	10,7	13,4	33,3	0,10	0,10	300,00	145,50	163,70	1,60	1,10	156,50	90,90	0,00	0,00	2015	
Сметана (жирная)	10	2,8	2,8	34,4	0,00	0,00	50,00	5,00	61,00	0,10	0,40	5,50	0,00	0,00	0,00	2015	
Сливки (жирные)	30	2,3	0,8	7,6	0,00	0,00	8,60	9,90	25,50	0,80	0,20	80,00	1,10	0,00	0,00	2015	
Батон бородинский	150	0,1	0,0	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2015	
Чай с сахаром	50	4,4	8,5	24,2	0,10	0,00	18,60	6,80	41,00	0,40	0,20	64,50	20,90	0,00	0,00	2004	
Итого за прием пищи:	280	20,1	22,4	62,2	0,20	0,00	268,20	138,20	178,20	1,60	0,60	180,40	42,90	0,00	0,00		
Всего за день:																	
	477	64,0	178,8	1463,8	0,60	0,10	945,66	174,97	795,93	11,77	4,00	1250,34	119,30	0,00	0,00		

СОЛНЦЕВОГО РАЙОНА
УЛ. ПУШКИНА
Г. ЯКОУБОВСКИЙ

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						
	Велич, г	Жиры, г	Углеводч., г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	И, мг	Е, мг
Итого за весь период	510,8	475,5	1728,0	13820,7	5,08	246,54	1 433,20	10,10	8,00	5 882,49	1 780,32	100,24	48,20	18 615,80	2 361,90	0,00	0,00
Среднее значение за период	51,1	47,6	172,8	1 382,1	0,50	24,66	113,30	1,00	0,80	585,25	178,03	10,02	4,82	1 861,58	236,20	0,00	0,00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14,8	31,0	64,2														

КОМБИЛИТТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ИНН 602088600
г. Йошкар-Ола

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей 1-3 лет	Завтрак		Обед		Уплотненный полдник 373
	Завтрак	Обед	Завтрак	Обед	
	367	146	540	373	