СОГЛАСОВАНО:
Заместитель начальника ТО
Управления Роспотребнадзора
по СК в Шпаковском районе
_____(В.В.Евтеева)
«____» _____ 2019 год

УТВЕРЖДАЮ:
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 12»
Директор _____ (О.И Приходько)
(подпись)
«____» _____ 2019 год

ПРИМЕРНОЕ 18-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ЛАГЕРЯХ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД ЛЕТНИХ КАНИКУЛ 2019 ГОДА

Меню составлено на основании:
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005 года издания;
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 года издания;
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2014 года издания;
- сборника методических указаний организации питания в дошкольных образовательных учреждениях, 2007 год издания.

Главный технолог казенного учреждения «Центр по техническому обслуживанию, капитальному ремонту и безопасности образовательных учреждений Шпаковского муниципального района»

Н.В.Котова

№рецепт.	Наименование блюд	масса порции	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	эн.ценность	минеральные вещества(мг)					витамины(мг)				
									K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
	1 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
172/2005	**Хлопья кукурузные с молоком**	**200**			**6,384**	**6,192**	**19,78**	**184,128**	**255,2**	**210,24**	**22,4**	**144**	**1,952**	**0**	**0,18**	**0**	**0**	**3,35**
	хлопья кукурузные		16,2	16,2	1,904	1,072	12,26	91,328	21,6	18,24	0	0	1,952	0	0,073	0	0	1,272
	молоко		193	184	5,152	5,888	8,648	106,72	268,64	220,8	25,76	165,6	0	0	0	0	0	2,392
	итого																	
7/2005	**Бутерброд горячий с сыром**	**50**			**10,11**	**5,328**	**54,6**	**133,98**	**58,92**	**163,98**	**11,64**	**106,5**	**0,48**	**0,032**	**0**	**0,057**	**0,522**	**0,42**
	сыр" Российский"		16	15	3,45	4,35	0	54	20	156	0	81,6	0	0,032	0	0,057	0,06	0,42
	масло сливочное"Крестьянское"		6	6	4,35	0,078	39,66	1,38	1,3	0,18	1,1	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
944/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	**200**																
942/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0
	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого				**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
	Итого за завтрак				**16,594**	**11,52**	**89,58**	**378,108**	**338,42**	**379,92**	**37,04**	**256,1**	**2,832**	**0,032**	**0,18**	**0,057**	**0,522**	**6,57**
	ОБЕД																	
82/2005	**Борщ со свежей капустой и картофелем**	**250**			**1,83**	**5,15**	**13,4**	**103,97**	**362,8**	**33,59**	**24,55**	**50,1**	**1,02**	**0**	**0**	**0**	**0,39**	**20,85**
	свекла		50	40	0,6	0,04	4,0	16,8	115,2	14,8	8,8	17,2	0,56	0	0	0	0	4
	капуста белокачанная свежая		25	20	0,36	0,02	0,9	5,4	60	9,6	3,2	6,2	0,12	0	0	0	0	9
	картофель		26,7	20	0,4	0,08	3,5	16,0	113,6	2	4,6	11,6	0,18	0	0	0	0,26	4
	морковь		15,7	12,5	0,16	0,01	1,1	4,3	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,9	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	томатная паста		3	3	0,17	0	0,8	3,7	31,5	0,72	1,8	2,4	0	0	0	0	0	1,6
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0,0	45,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		2,5	2,5	0	0	2,5	9,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,006	0,006	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода или бульон		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
305/2014	**Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным**	**60/5**			**17,587**	**1,4647**	**61,67**	**97,225**	**153,087**	**8,282**	**45,673**	**90,112**	**0,897**	**31,01**	**0,031**	**0,031**	**5,007**	**0,797**
	филе птицы(полуфабрикат)		45	44,3	10,455	0,8417	0,177	50,059	129,356	3,544	38,098	75,753	0,62	31,01	0,031	0,031	4,74	0,797
	хлеб пшеничный		11,3	11,3	0,8701	0,339	5,627	29,606	14,351	2,938	3,955	9,379	0,181	0	0	0	0,174	0
	вода		15,8	15,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сухари панировочные		6	6	0,462	0,18	2,988	15,72	7,62	1,56	2,1	4,98	0,096	0	0	0	0,092	0
	масло сливочное"Крестьянское"		8	8	5,8	0,104	52,88	1,84	1,8	0,24	1,5	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
309/2005	**Макаронные изделия отварные**	**180**			**10,932**	**0,7551**	**84,3**	**207,693**	**77,274**	**11,205**	**10,989**	**53,244**	**0,734**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**

	макаронные изделия в/с		61,2	61,2	6,3648	0,6732	42,66	206,244	75,9	11,016	9,792	53,244	0,734	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	4,5675	0,0819	41,64	1,449	1,4	0,189	1,2	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
71/2005	**помидор свежий**	**20**	26	20	**0,156**	**0,052**	**1,092**	**5,174**	**75,4**	**3,64**	**5,2**	**6,76**	**0,234**	**0**	**0,016**	**0,01**	**0,013**	**6,5**
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
г/п	**Фрукты (бананы)**	**200**	1шт.	200	**3**	**1**	**42**	**192**	**696**	**16**	**84**	**56**	**0,18**	**0**	**0**	**0**	**0**	**20**
	Итого за обед				**37,135**	**14,062**	**244,3**	**824,862**	**1422,06**	**87,717**	**189,11**	**305,12**	**4,035**	**31,01**	**0,047**	**0,041**	**5,872**	**48,39**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**53,729**	**25,582**	**333,8**	**1202,97**	**1760,48**	**467,637**	**226,15**	**561,22**	**6,867**	**31,04**	**0,227**	**0,098**	**6,394**	**54,96**
	2 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
395/2005	**Варенники полуфабрикат промышленного производства**	**200**			**28,8**	**15,03**	**77,64**	**562,6**	**1567**	**107,4**	**66,6**	**327,6**	**3,39**	**0,16**	**0,2**	**0,8**	**10,6**	**22,4**
	Варенники полуфабрикат промышленного производства с фаршем картофельным		176,2	176,2	28,8	8,1425	77,52	499,805	1564,82	105,31	66,315	325,8	3,39	0,16	0,2	0,8	10,6	22,4
	соль йодированная		3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9,5	9,5	0	6,89	0,12	62,80	2,19	2,09	0,29	1,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	итого																	
1/2005	**Бутерброд с маслом**	**40**			**9,56**	**2,13**	**81,04**	**80,9**	**40,3**	**8,1**	**12,4**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	масло сливочное"Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**38,46**	**17,16**	**173,7**	**701,2**	**1620,2**	**118,4**	**81,2**	**356,62**	**4,27**	**0,16**	**0,2**	**0,8**	**11,06**	**22,4**
	ОБЕД																	
102/2005	**Суп картофельный с бобовыми**	**250**			**4,39**	**5,64**	**20,61**	**151,05**	**475**	**29**	**35**	**88,0**	**2**	**0**	**0**	**0**	**1**	**12**
	картофель		67	50	1	0,2	8,65	40	284	5	11,15	29,0	0,45	0	0,06	0,035	0,65	10
	горох лущеный		20,3	20,3	3,09	0,43	10	57,75	148,4	18	17,9	45,9	1,42	0	0	0	0,48	0
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,91	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	морковь		15,8	12,5	0,16	0,01	1,05	4,25	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		175	175	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	

618/2009	**Тефтели с соусом красным основным**	**60**			**9,4**	**11,33**	**15,22**	**203,14**	**240,3**	**21,21**	**21,79**	**104,6**	**1,54**	**0**	**0,015**	**0,08**	**2,23**	**4,4**
	говядина(котлетное мясо)б/к		38	38	7,07	6,08	0	83	123,5	3,42	8,36	71,44	1,03	0	0	0,08	1,78	0
	вода		12	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный		8	8	0,7	0,8	4,5	23,6	11,5	2,35	3,15	7,5	0,15	0	0,015	0	0,14	0
	лук репчатый		24	20	0,28	0	1,64	8,2	35	6,2	2,8	11,6	0,16	0	0	0	0,04	2
	масло растительное подсолнечное		3	3	0	3	0	26,97	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	мука пшеничная		4	4	0,41	0	2,76	13,36	7,04	4,6	0	0	0	0	0	0	0,05	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
759/2009	Соус красный основной	**50**			*0,47*	*1*	*3,16*	*24*	*31,7*	*2,32*	*3,74*	*7,0*	*0,1*	*0*	*0*	*0*	*0,11*	*1,2*
	вода		50	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		1	1	0	1	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	мука пшеничная в/с		2,5	2,5	0,3	0	1,7	8,4	4,4	0,6	1,1	2,9	0,05	0	0	0	0,03	0
	томатная паста		2	2	0,1	0	0,4	2	17,5	0,4	1	1,36	0,05	0	0	0	0,04	0,9
	морковь		5	4	0,06	0	0,28	1,4	8	1	1,5	2,2	0	0	0	0	0,04	0,2
	лук репчатый		1,2	1	0,01	0	0,08	0,41	1,75	0,31	0,14	0,58	0	0	0	0	0	0,1
	сахар-песок		0,75	0,75	0	0	0,7	2,8	0,02	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,02	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
302/2005	**Каша пшеничная рассыпчатая**	**180**			**8,75**	**4,5675**	**50,34**	**269,843**	**1,449**	**1,386**	**0,189**	**194,4**	**4,69**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	крупа пшеничная		70	70	8,75	0	50,26	228,2	0,0	0	0,0	193,2	4,69	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	0	4,57	0,08	41,64	1,45	1,39	0,19	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
- г/п	**Шоколад молочный**	**1 шт./20**		20	**2,02**	**8,3**	**12,52**	**134,5**	**19**	**136**	**48,6**	**1**	**58,8**	**0,45**	**0**	**0,013**	**0,07**	**0**
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
	Итого за обед				**28,62**	**35,528**	**142,3**	**984,833**	**869,249**	**214,996**	**131,78**	**459,6**	**68,5**	**0,5**	**0,03**	**0,113**	**3,862**	**22,04**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**67,1**	**52,7**	**315,9**	**1686,0**	**2489,4**	**333,4**	**213,0**	**816,2**	**72,8**	**0,7**	**0,2**	**0,9**	**14,9**	**44,4**
	3 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
223/2005	**Запеканка из творога со сгущенным молоком**	**200**			**32,314**	**16,518**	**92,02**	**480,5642**	**397,116**	**407,824**	**56,4**	**445,93**	**0,957**	**0**	**0**	**0**	**0,088**	**0**
	творог н/ж		134,3	131,4	21,944	11,826	2,628	204,0642	147,168	215,496	30,222	289,08	0,526	0	0	0	0	0
	крупа манная		8,6	8,6	0,8858	0,086	5,839	28,208	10,32	1,72	2,58	7,224	0,198	0	0	0	0	0
	сахар-песок		11,4	11,4	0	0	11,38	43,206	0,342	0,228	0	0	0	0	0	0	0	0

	соль йодированная		1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	яйцо куриное, гр.		5,7	5,7	0,7239	0,6555	0	8,949	7,98	3,135	0,684	10,944	0,143	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		5,7	5,7	4,1325	0,0741	37,68	1,311	1,3	0,171	1,1	0	0	0	0	0	0	0
	сухари панировочные		5,7	5,7	0,4389	0,171	2,839	14,934	7,239	1,482	1,995	4,731	0,091	0	0	0	0,088	0
	сметана		5,7	5,7	0,1425	0,855	0,194	11,742	6,213	4,902	0,456	3,42	0	0	0	0	0	0
	молоко сгущенное с сахаром		57	57	4,047	2,85	31,46	168,15	216,6	180,69	19,38	130,53	0	0	0	0	0	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**32,414**	**16,518**	**107**	**538,2642**	**410,016**	**410,724**	**58,6**	**450,05**	**1,357**	**0**	**0**	**0**	**0,088**	**0**
	ОБЕД																	
96/2005	**Рассольник ленинградский со сметаной**	**250**			**3,08**	**6,1**	**17,29**	**138,55**	**482,2**	**20,2**	**50,5**	**29,98**	**0,41**	**0,09**	**0**	**0**	**1,15**	**16,75**
	картофель		100	75	1,5	0,3	12,23	57,75	426	7,5	43,5	0,68	0	0,09	0	0	0,98	15
	крупа(перловая)		5	5	0,63	0	3,6	16,3	0	0	0	13,8	0,34	0	0	0	0,07	0
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0,07	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		6,3	5	0	0	0,41	2,05	8,75	1,55	0,7	2,9	0	0	0	0	0	0,5
	огурцы соленые		16,8	15	0,12	0	0,26	1,95	21,15	3,45	2,1	3,6	0	0	0	0	0	0,75
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		187,5	187,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сметана		5	5	0,7	0,8	0,1	12	6,3	5	0,4	3,5	0	0	0	0	0	0
	итого																	
229/2005	**Рыба ,тушеная в томате с овощами**	**60/60**			**19,9**	**14,771**	**7,8**	**250**	**965,86**	**103,62**	**123,9**	**501,4**	**2,21**	**2,94**	**0,24**	**0,24**	**2,938**	**6,63**
	минтай		147,6	74,4	11,83	0,6696	0	53,568	312,48	29,76	40,92	178,56	0,595	0	0	0	0,967	0
	морковь		32,4	25,2	0,4	0	2,3	11,8	63	16	12	17,3	0,4	2,8	0,02	0,02	0,3	1,35
	вода		19	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лук репчатый		14,4	10,8	0,1512	0	0,886	4,428	18,9	3,348	1,512	6,264	0	0	0	0	0	1,08
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар -песок		2	2	0	0	3,1	12,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	томатная паста		4	4	0,3	0	1,2	6,5	52,7	4,7	1,8	4	0,14	0,12	0	0	0,05	2,7
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,01	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
53/2007	**Картофель отварной, запеченный с растительным маслом**	**150**			**3,39**	**5,1735**	**27,63**	**170,97**	**962,76**	**16,95**	**38,985**	**98,31**	**1,526**	**0**	**0**	**0**	**2,204**	**33,9**
	картофель		282,5	169,5	3,39	0,678	27,63	130,515	962,76	17,0	38,985	98,3	1,526	0	0	0	2,204	33,9
	масло растительное подсолнечное		4,5	4,5	0	4,4955	0	40,455	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
71/2005	**помидор свежий**	**20**	26	20	**0,156**	**0,052**	**1,092**	**5,174**	**75,4**	**3,64**	**5,2**	**6,76**	**0,234**	**0**	**0,016**	**0,01**	**0,013**	**6,5**
r/n	**Фрукты свежие (яблоко)**		1шт	**200**	**0,9**	**0**	**22,8**	**101**	**499**	**35**	**21**	**23**	**4,8**	**0,07**	**0,02**	**0,06**	**0,65**	**28**
r/n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**

г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
	Итого за обед				**31,056**	**31,737**	**118,4**	**884,494**	**3042,72**	**194,41**	**258,29**	**708,35**	**10,15**	**3,1**	**0,276**	**0,31**	**7,417**	**92,02**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**63,47**	**48,254**	**225,4**	**1422,758**	**3452,74**	**605,134**	**316,89**	**1158,4**	**11,51**	**3,1**	**0,276**	**0,31**	**7,504**	**92,02**
	4 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
438/2009	**Омлет натуральный**	**110**			**18,25**	**10,29**	**67,51**	**145,3**	**158**	**80,3**	**15,7**	**180,6**	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,39**
	яйцо куриное ,гр		80	80	10,16	9,2	0	125,6	112	44	9,6	153,6	2	0	0	0	0	0
	молоко		30	30	0,84	0,96	1,41	17,4	43,8	36,0	4,2	27,0	0	0	0	0	0	0,39
	соль йодированная		1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное "Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
50/2009	**Консервы овощные закусочные(порции)**	**50**			**0,95**	**4,45**	**3,85**	**59,5**	**157,5**	**20,5**	**7,5**	**18,5**	**0,35**	**0**	**0**	**0**	**0**	**3,5**
	икра кабачковая		53	50	0,95	4,45	3,85	59,5	157,5	20,5	7,5	18,5	0,35	0	0	0	0	3,5
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**0,9**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
944/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	**200**			**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
942/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0
	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**21,61**	**15,64**	**101,5**	**343,4**	**377,9**	**114,3**	**36,7**	**229,6**	**3,23**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**6,69**
	ОБЕД																	
88/2005	**Щи из свежей капусты с картофелем**	**250**			**1,9061**	**5,1482**	**10,22**	**96,41**	**400,919**	**30,805**	**22,529**	**49,065**	**0,384**	**0**	**0**	**0**	**0,655**	**28,95**
	капуста белокачанная		53,8	42	0,756	0	1,974	11,76	126	20,16	6,72	13,02	0	0	0	0	0	18,9
-	картофель		50	38,3	0,766	0,1532	6,243	29,491	217,544	3,8	8,809	22,2	0,345	0	0	0	0,498	7,66
	морковь		16,7	12,5	0,1625	0	0,863	4,375	25	3,375	4,75	6,875	0	0	0	0	0,125	0,625
	лук репчатый		12,5	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	томатная паста		1,7	1,7	0,0816	0	0,323	1,734	14,875	0,34	0,85	1,156	0,039	0	0	0	0,032	0,765
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
291/2005	**Плов из птицы**	**60/150**			**33,9**	**36,6**	**53**	**671,6**	**601,7**	**73,5**	**88,9**	**663,2**	**7,53**	**2,01**	**0,2**	**0,3**	**8,29**	**4,4**
	цыпленок-бройлер		115,2	81,6	28,4	21,9	0	299,2	460,8	38,4	61,4	572,2	5,8	0,13	0,13	0,27	6,9	0
	масло растительное подсолнечное		8,4	8,4	0	14	0	126	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	морковь		15	12	0,2	0	1,1	5,6	40	10,2	7,6	11	0,24	1,8	0,01	0,01	0,2	1
	томатная паста		2,4	2,4	0,2	0	0,8	4,1	35,12	3,1	1,2	0,1	0,08	0	0	0,04	1,8	0

	лук репчатый		12	10,5	0,2	0	1,1	5,7	28	5,0	2,2	9,3	0,13	0	0	0	0,03	1,6
	крупа рисовая		52,5	52,5	4,9	0,7	50	231	37,8	16,8	16,5	68	1,26	0	0,06	0,02	1,12	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
г/п	**Фрукты (апельсины)**	**200**	1шт.	**200**	**1,25**	**0**	**21**	**95**	**492,5**	**85**	**32,5**	**57,5**	**0,75**	**0,13**	**0,1**	**0,08**	**0,5**	**200**
	Итого за обед				**41,216**	**47,438**	**122,8**	**1043,01**	**1640,92**	**219,225**	**172,33**	**845,49**	**10,5**	**2,19**	**0,315**	**0,4**	**10,01**	**238,8**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**62,826**	**63,078**	**224,3**	**1386,41**	**2018,82**	**333,525**	**209,03**	**1075,1**	**13,73**	**2,19**	**0,315**	**0,4**	**10,47**	**245,4**
	5 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
183/2005	**Каша жидкая молочная из гречневой крупы**	**200**			**14,676**	**5,3918**	**102,5**	**252,799**	**249,061**	**178,8**	**55,204**	**223,04**	**2,912**	**0**	**0**	**0**	**1,525**	**1,655**
	гречневая крупа		36,4	36,4	4,5864	1,2012	22,60	121,94	61	25,5	35,672	108,47	2,912	0	0	0	1,525	0
	молоко		127,3	127,3	3,5644	4,0736	5,983	73,834	185,858	152,8	17,822	114,6	0	0	0	0	0	1,655
	вода		27,3	27,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		14,5	14,5	0	0	14,47	54,955	0,435	0,29	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,6	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9	9	6,525	0,117	59,49	2,07	2,0	0,27	1,7	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
1/2005	**Бутерброд с маслом**	**40**			**9,56**	**2,13**	**81,04**	**80,9**	**40,3**	**8,1**	**12,4**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	масло сливочное"Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
944/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	**200**			**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
942/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0
-	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**24,336**	**7,5218**	**198,8**	**393,699**	**313,661**	**192,6**	**70,604**	**253,54**	**3,792**	**0**	**0**	**0**	**1,987**	**4,455**
	ОБЕД																	
108/2005	**Суп картофельный с клецками**	**250**			**4,93**	**6,28**	**24,97**	**177,7**	**411,01**	**56,94**	**30,65**	**103**	**1,01**	**0**	**0,09**	**0,035**	**0,99**	**11,9**
	картофель		66,7	50	1	0,2	8,15	38,5	284	5	11,5	29	0,45	0	0,06	0,035	0,65	10
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	масло растительное		2,5	2,5	0	2,5	0	22,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	бульон или вода		187,5	187,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
109/2005	Клёцки готовые			**65**	3,66	3,58	15,31	109,1	89,51	46,14	13,95	62,7	0,56	0	0,03	0	0,24	0,4

	мука пшеничная в/с		20	20	2,06	0,22	13,8	66,8	35,2	4,8	8,8	23	0,42	0	0,03	0	0,24	0
	масло сливочное"Крестьянское"		2,3	2,3	0	1,7	0,03	15,2	0,53	0,5	0,069	0,44	0	0	0	0	0	0
	яйцо куриное, гр.		5,7	5,7	0,72	0,66	0	8,9	7,98	3,14	0,68	11	0,14	0	0	0	0	0
	молоко		31,4	31,4	0,88	1	1,48	18,2	45,8	37,7	4,4	28,26	0	0	0	0	0	0,4
	соль йодированная		0,6	0,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
536/2009	**Сосиска отварная**	**60**			**6,6**	**14,34**	**0**	**156,6**	**132**	**21**	**12**	**95,4**	**1,08**	**0**	**0**	**0**	**1,38**	**0**
	сосиска"Молочная"		61,8	60	6,6	14,34	0,0	156,6	132	21,0	12	95,4	1,08	0	0	0	1,38	0
	итого																	
309/2005	**Макаронные изделия отварные**	**180**			**10,932**	**0,7551**	**84,3**	**207,693**	**77,274**	**11,205**	**10,989**	**53,244**	**0,734**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	макаронные изделия в/с		61,2	61,2	6,3648	0,6732	42,66	206,244	75,9	11,016	9,792	53,244	0,734	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	4,5675	0,0819	41,64	1,449	1,4	0,189	1,2	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
г/п	**Зефир фруктовый**	**50**		**50**	**0,4**	**0**	**39,2**	**152**	**112**	**9,3**	**4,1**	**25**	**0,1**	**0**	**0**	**0**	**0,02**	**0**
	Итого за обед				**26,492**	**27,015**	**190,2**	**912,793**	**789,784**	**113,445**	**76,439**	**325,54**	**3,894**	**0**	**0,09**	**0,035**	**2,852**	**12,14**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**50,828**	**34,537**	**389**	**1306,492**	**1103,45**	**306,045**	**147,04**	**579,09**	**7,686**	**0**	**0,09**	**0,035**	**4,839**	**16,59**
	6 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
182/2005	**Каша жидкая молочная из рисовой крупы**	**200**			**12,626**	**3,9596**	**95,75**	**204,275**	**182,369**	**129,5**	**42,086**	**165,94**	**2,256**	**0**	**0**	**0**	**1,182**	**1,183**
	крупа рисовая		28,2	28,2	3,5532	0,9306	17,51	94,47	47	19,7	27,636	84,036	2,256	0	0	0	1,182	0
	молоко		91	91	2,548	2,912	4,277	52,78	132,86	109,2	12,74	81,9	0	0	0	0	0	1,183
	вода		68,2	68,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		14,5	14,5	0	0	14,47	54,955	0,435	0,29	0	0	0	0	0	0	0	0
-	соль йодированная		1,4	1,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9	9	6,525	0,117	59,49	2,07	2,0	0,27	1,7	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
8/2005	**Бутерброд горячий с колбасой**	**60**			**7,61**	**9,4**	**15,11**	**168,4**	**117,7**	**115,6**	**15,65**	**114,7**	**0,93**	**0,021**	**0**	**0,038**	**0,502**	**0,78**
	колбаса варено-копченая		16	15	3	4,5	0	52,5	52,5	1,5	3,75	33	0,45	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	сыр "Российский"		10,5	10	2,3	2,9	0	36	13	104	0	54,4	0	0,021	0	0,038	0,04	0,28
	огурцы консервированные		17	10	0	0	0,17	1,3	14	2,3	1,4	2,4	0	0	0	0	0	0,5
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	итого																	
	Итого за завтрак				**20,336**	**13,36**	**125,9**	**430,375**	**312,969**	**248**	**59,936**	**284,76**	**3,586**	**0,021**	**0**	**0,038**	**1,684**	**1,963**
	ОБЕД																	
82/2005	**Борщ со свежей капустой и картофелем**	**250**			**1,83**	**5,15**	**13,4**	**103,97**	**362,8**	**33,59**	**24,55**	**50,1**	**1,02**	**0**	**0**	**0**	**0,39**	**20,85**
	свекла		50	40	0,6	0,04	4,0	16,8	115,2	14,8	8,8	17,2	0,56	0	0	0	0	4
	капуста белокачанная свежая		25	20	0,36	0,02	0,9	5,4	60	9,6	3,2	6,2	0,12	0	0	0	0	9
	картофель		26,7	20	0,4	0,08	3,5	16,0	113,6	2	4,6	11,6	0,18	0	0	0	0,26	4
	морковь		15,7	12,5	0,16	0,01	1,1	4,3	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,9	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	томатная паста		3	3	0,17	0	0,8	3,7	31,5	0,72	1,8	2,4	0	0	0	0	0	1,6
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0,0	45,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		2,5	2,5	0	0	2,5	9,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,006	0,006	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода или бульон		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
292/2005	**Птица, тушеная в соусе с овощами**	**75/75**			**33,42**	**39,05**	**28,85**	**607,65**	**1144**	**75,8**	**81,2**	**354,2**	**3,37**	**0,05**	**0,28**	**0,32**	**10,69**	**30,1**
	цыпленок-бройлер		148,5	106,5	26,6	22,9	0	312,4	355,12	20	27	227,2	1,8	0,05	0,13	0,21	8,7	2,8
	масло растительное подсолнечное		9	9	0	12	0	107,9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	картофель		100,5	75	2	0,4	16,3	77	568	10	23	58	0,9	0	0,12	0,07	1,3	20
	морковь		48	37,5	0,65	0	3,45	17,5	100	13,5	19	27,5	0,35	0	0,03	0,035	0,5	2,5
	лук репчатый		18	15	0,28	0	1,64	8,2	35	6,2	2,8	11,6	0,16	0	0	0	0	2
	горошек зеленый консервированный		12	7,5	0,3	0	0,65	4	9,9	2	2,1	6,2	0	0	0	0	0,07	1
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
331/2005	Соус сметанный с томатом	**75**																
	сметана		18,8	18,8	0,6	3,75	0,85	51,5	27,3	21,5	2	15	0	0	0	0	0	0
	мука пшеничная в/с		5,6	5,6	0,8	0	5,2	25,05	13,2	1,8	3,3	8,63	0,16	0	0	0	0,09	0
	вода		56,3	56,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	томатная паста		3	3	0,19	0	0,76	4,1	35	0,8	2	0,09	0	0	0	0	0,03	1,8
	соль йодированная		0,8	0,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
-	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Фрукты (бананы)**	**200**	1шт.	200	**3**	**1**	**42**	**192**	**696**	**16**	**84**	**56**	**0,18**	**0**	**0**	**0**	**0**	**20**
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	Итого за обед				**41,88**	**50,84**	**126**	**1122,42**	**2260,3**	**140,39**	**208,45**	**509,2**	**5,54**	**0,05**	**0,28**	**0,32**	**11,54**	**71,19**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**62,216**	**64,2**	**251,9**	**1552,795**	**2573,27**	**388,39**	**268,39**	**793,96**	**9,126**	**0,071**	**0,28**	**0,358**	**13,23**	**73,15**
	7 ДЕНЬ																	

	ЗАВТРАК																	
/2005	**Пельмени полуфабрикат промышленного производства**		**200**		**22,8**	**29,2**	**38**	**497,3**	**389,6**	**34,37**	**31,7**	**232,1**	**3,1**	**0,05**	**0,3**	**0,2**	**2,9**	**0,4**
	пельмени полуфабрикат промышленного производства		176,2	176,2	22,8	22	38	431,2	387,3	32,17	31,4	230,2	3,1	0,05	0,3	0,2	2,9	0,4
	соль йодированная		3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9,5	9,5	0	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0
	итого																	
005	**Бутерброд горячий с сыром**	**50**			**10,11**	**5,328**	**54,6**	**133,98**	**58,92**	**163,98**	**11,64**	**106,5**	**0,48**	**0,032**	**0**	**0,057**	**0,522**	**0,42**
	сыр" Российский"		16	15	3,45	4,35	0	54	20	156	0	81,6	0	0,032	0	0,057	0,06	0,42
	масло сливочное"Крестьянское"		6	6	4,35	0,078	39,66	1,38	1,3	0,18	1,1	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
76/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**33,01**	**34,528**	**107,6**	**688,98**	**461,42**	**201,25**	**45,54**	**342,72**	**3,98**	**0,082**	**0,3**	**0,257**	**3,422**	**0,82**
	ОБЕД																	
102/2005	**Суп картофельный с бобовыми**	**250**			**4,39**	**5,64**	**20,61**	**151,05**	**475**	**29**	**35**	**88,0**	**2**	**0**	**0**	**0**	**1**	**12**
	картофель		67	50	1	0,2	8,65	40	284	5	11,15	29,0	0,45	0	0,06	0,035	0,65	10
	горох лущеный		20,3	20,3	3,09	0,43	10	57,75	148,4	18	17,9	45,9	1,42	0	0	0	0,48	0
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,91	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	морковь		15,8	12,5	0,16	0,01	1,05	4,25	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		175	175	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
260/2005	**Гуляш**	**50/50**			**15,194**	**17,657**	**2,808**	**231,53**	**305,77**	**11,33**	**21,26**	**158,8**	**2,249**	**0**	**0**	**0**	**3,713**	**2,44**
	говядина б/к		79	79	14,694	12,64	0	172,536	256,75	7,11	17,38	148,52	2,133	0	0	0	3,713	0
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	томатная паста		3,2	3,2	0,1536	0	0,608	3,264	28	0,64	1,6	2,176	0,074	0	0	0	0	1,44
	мука пшеничная		2	2	0,206	0,022	1,38	6,68	3,52	0,48	0,88	2,3	0,042	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
302/2005	**Каша рассыпчатая гречневая**	**180**																
	крупа гречневая		82,8	82,8	10,433	2,7324	51,42	277,38	138,276	57,96	81,144	246,74	6,624	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6	6	0	4,35	0	39,66	1,38	1,32	0,18	1,14	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
r/n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
r/n	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
r/n	**Мармелад**		50	**50**	**0**	**0**	**39,7**	**160,5**	**2**	**2**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	Итого за обед				**23,644**	**28,987**	**106,7**	**769,38**	**916,27**	**69,73**	**83,46**	**318,4**	**5,719**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**5,275**	**20,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**56,654**	**63,515**	**214,3**	**1458,36**	**1377,69**	**270,98**	**129**	**661,12**	**9,699**	**0,132**	**0,315**	**0,277**	**8,697**	**20,9**
	8 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
219/2005	**Сырники из творога с молоком сгущенным**	**150/50**			**30,712**	**25,187**	**48,12**	**543,292**	**419,94**	**423,145**	**61,754**	**479,07**	**1,135**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	творог н/ж		145,7	143	23,881	12,87	2,86	222,079	160,16	234,52	32,89	314,6	0,572	0	0	0	0	0
	мука пшеничная		20	20	2,06	0,22	13,8	66,8	35,2	4,8	8,8	23	0,42	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,6	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	яйцо куриное, гр.		5,7	5,7	0,7239	0,6555	0	8,949	7,98	3,135	0,684	10,944	0,143	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		8,6	8,6	0	8,5914	0	77,314	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	молоко сгущенное с сахаром		57	57	4,047	2,85	31,46	168,15	216,6	180,69	19,38	130,53	0	0	0	0	0	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**30,812**	**25,187**	**63,12**	**600,992**	**432,84**	**426,045**	**63,954**	**483,19**	**1,535**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	ОБЕД																	
103/2005	**Суп картофельный с макаронными изделиями**	**250**		**250**	**2,81**	**2,9075**	**20,71**	**121,525**	**475,9**	**15,1**	**24,05**	**63,5**	**0,795**	**0**	**0**	**0**	**1,075**	**16,5**
	картофель		100	75	1,5	0,3	12,23	57,75	426	7,5	17,25	43,5	0,675	0	0	0	0,975	15
	макароны или лапша или вермишель		10	10	1,04	0,11	6,97	33,7	12,4	1,8	1,6	8,7	0,12	0	0	0	0	0
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	масло растительное подсолнечное		2,5	2,5	0	2,4975	0	22,475	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		175	175	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
229/2005	**Рыба ,тушеная в томате с овощами**	**60/60**			**19,9**	**14,771**	**7,8**	**250**	**965,86**	**103,62**	**123,9**	**501,4**	**2,21**	**2,94**	**0,24**	**0,24**	**2,938**	**6,63**
	минтай		147,6	74,4	11,83	0,6696	0	53,568	312,48	29,76	40,92	178,56	0,595	0	0	0	0,967	0
	морковь		32,4	25,2	0,4	0	2,3	11,8	63	16	12	17,3	0,4	2,8	0,02	0,02	0,3	1,35
	вода		19	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лук репчатый		14,4	10,8	0,1512	0	0,886	4,428	18,9	3,348	1,512	6,264	0	0	0	0	0	1,08
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар -песок		2	2	0	0	3,1	12,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	томатная паста		4	4	0,3	0	1,2	6,5	52,7	4,7	1,8	4	0,14	0,12	0	0	0,05	2,7
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,01	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Каша пшеничная рассыпчатая	**180**			**8,75**	**4,5675**	**50,34**	**269,843**	**1,449**	**1,386**	**0,189**	**194,4**	**4,69**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	крупа пшеничная		70	70	8,75	0	50,26	228,2	0,0	0	0,0	193,2	4,69	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	0	4,57	0,08	41,64	1,45	1,39	0,19	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	итого																	
	Компот из смеси сухофруктов	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
	помидор свежий	**20**	26	20	**0,156**	**0,052**	**1,092**	**5,174**	**75,4**	**3,64**	**5,2**	**6,76**	**0,234**	**0**	**0,016**	**0,01**	**0,013**	**6,5**
	Хлеб пшеничный йодированный	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	Хлеб ржаной	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	Фрукты свежие (яблоко)	**200**	1шт	**200**	**0,9**	**0**	**22,8**	**101**	**499**	**35**	**21**	**23**	**4,8**	**0,07**	**0,02**	**0,06**	**0,65**	**28**
	Итого за обед				**36,146**	**27,938**	**144,5**	**966,342**	**2075,11**	**173,746**	**193,04**	**837,96**	**13,7**	**3,01**	**0,276**	**0,31**	**5,138**	**57,87**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**66,958**	**53,125**	**207,6**	**1567,334**	**2507,95**	**599,791**	**256,99**	**1321,2**	**15,23**	**3,01**	**0,276**	**0,31**	**5,138**	**57,87**
	9 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
400,401/ 2005	**Оладьи с повидлом**	**150/15**			**13,74**	**15,88**	**89**	**557,39**	**352,2**	**149,37**	**59,96**	**216,2**	**2,56**	**0,02**	**0,21**	**0,23**	**1,3**	**1,3**
	мука пшеничная в/с		84,7	84,7	10,3	1,1	69	334	176	24	44	115	2,1	0	0,17	0,08	1,2	0
	яйцо куриное, гр.		4	4	0,64	0,58	0	7,89	7	2,75	0,6	9,6	0,13	0	0	0	0	0
	молоко		84,7	84,7	2,8	3,2	4,7	58	146	120	14	90	0,1	0,02	0,04	0,15	0,1	1,3
	дрожжи пекарские сухие		0,6	0,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		3	3	0	0	3,6	13,6	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,6	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		9	9	0	11	0	98,9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	повидло		15	15	0	0	11,7	45	23,2	2,52	1,26	1,62	0,23	0	0	0	0	0
	итого																	
944/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	**200**			**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
942/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0
	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**13,84**	**15,88**	**104,2**	**617,39**	**376,5**	**155,07**	**62,96**	**221,8**	**2,96**	**0,02**	**0,21**	**0,23**	**1,3**	**4,1**
	ОБЕД																	
96/2005	**Рассольник ленинградский со сметаной**	**250**			**3,08**	**6,1**	**17,29**	**138,55**	**482,2**	**20,2**	**50,5**	**29,98**	**0,41**	**0,09**	**0**	**0**	**1,15**	**16,75**

	картофель		100	75	1,5	0,3	12,23	57,75	426	7,5	43,5	0,68	0	0,09	0	0	0,98	15
	крупа(перловая)		5	5	0,63	0	3,6	16,3	0	0	0	13,8	0,34	0	0	0	0,07	0
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0,07	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		6,3	5	0	0	0,41	2,05	8,75	1,55	0,7	2,9	0	0	0	0	0	0,5
	огурцы соленые		16,8	15	0,12	0	0,26	1,95	21,15	3,45	2,1	3,6	0	0	0	0	0	0,75
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		187,5	187,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сметана		5	5	0,7	0,8	0,1	12	6,3	5	0,4	3,5	0	0	0	0	0	0
	итого																	
306/2014	**Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным**	**60/5**			**17,587**	**1,4647**	**61,67**	**97,225**	**153,087**	**8,282**	**45,673**	**90,112**	**0,897**	**31,01**	**0,031**	**0,031**	**5,007**	**0,797**
	филе птицы(полуфабрикат)		45	44,3	10,455	0,8417	0,177	50,059	129,356	3,544	38,098	75,753	0,62	31,01	0,031	0,031	4,74	0,797
	хлеб пшеничный 1сорт		11,3	11,3	0,8701	0,339	5,627	29,606	14,351	2,938	3,955	9,379	0,181	0	0	0	0,174	0
	вода		15,8	15,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сухари панировочные		6	6	0,462	0,18	2,988	15,72	7,62	1,56	2,1	4,98	0,096	0	0	0	0,092	0
	масло сливочное"Крестьянское"		8	8	5,8	0,104	52,88	1,84	1,8	0,24	1,5	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
312/2005	**Пюре картофельное**	**180**			**3,8732**	**6,0919**	**26,5**	**176,618**	**917,065**	**50,856**	**39,562**	**116,02**	**1,385**	**0**	**0**	**0**	**2,001**	**31,15**
	картофель		205,2	153,9	3,078	0,6156	25,09	118,503	874,152	15,4	35,397	89,3	1,385	0	0	0	2,001	30,78
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	0	4,5675	0,082	41,643	1,449	1,4	0,189	1,2	0	0	0	0	0	0
	молоко		28,4	28,4	0,7952	0,9088	1,335	16,472	41,464	34,1	3,976	25,6	0	0	0	0	0	0,369
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**35,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
г/п	**Фрукты (апельсины)**	**200**	1шт.	**200**	**1,25**	**0**	**21**	**95**	**492,5**	**85**	**32,5**	**57,5**	**0,75**	**0,13**	**0,1**	**0,08**	**0,5**	**200**
-	**Итого за обед**				**29,95**	**19,347**	**165**	**687,393**	**2190,65**	**194,238**	**196,64**	**369,33**	**5,282**	**31,28**	**0,146**	**0,131**	**9,219**	**254,1**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**43,79**	**35,227**	**269,2**	**1304,783**	**2567,15**	**349,308**	**259,6**	**591,13**	**8,242**	**31,3**	**0,356**	**0,361**	**10,52**	**258,2**
	10 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
415/2009	**Макароны с сыром**	**200**			**10,278**	**10,026**	**38,13**	**289,052**	**94,85**	**218,928**	**8,886**	**157,3**	**0,66**	**0,04**	**0**	**0,08**	**0,08**	**0,56**
	макаронные изделия		60	60	6,24	0,66	41,82	202,2	74,4	10,8	9,6	52,2	0,72	0	0	0	0	0
	сыр" Российский"		18,6	17,2	3,956	4,988	0	61,92	22	178,88	0	93,568	0	0,036	0	0,065	0,069	0,482
	масло сливочное"Крестьянское"		10,3	10,3	0	7,4675	0,134	68,083	2,369	2,3	0,309	2,0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0,0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
1/2005	**Бутерброд с маслом**	**40**			**9,56**	**2,13**	**81,04**	**80,9**	**40,3**	**8,1**	**12,4**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	масло сливочное"Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0

	итого																		
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**19,938**	**12,156**	**134,2**	**427,652**	**148,05**	**229,928**	**23,486**	**186,32**	**1,54**	**0,04**	**0**	**0,08**	**0,542**	**0,56**
	ОБЕД																	
200/2009	**Суп картофельный с рыбной консервой**	**250**			**5,0225**	**3,5506**	**18,95**	**128,566**	**677,76**	**39,625**	**36,81**	**102,11**	**0,963**	**0**	**0**	**0**	**2,091**	**22,9**
	картофель		142,5	107	2,14	0,428	17,44	82,39	607,76	10,7	24,61	62,1	0,963	0	0	0	1,391	21,4
	морковь		12	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		11,4	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	масло растительное подсолнечное		2,4	2,4	0	2,3976	0	21,576	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		166,3	166,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0,0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	консерва рыбная(лосось,сайра,горбуша)		13	12,5	2,6125	0,725	0	17	32,5	23,125	7	28,8	0	0	0	0	0,6	0
	итого																	
636/2009	**Сосиска отварная**	**60**			**6,6**	**14,34**	**0**	**156,6**	**132**	**21**	**12**	**95,4**	**1,08**	**0**	**0**	**0**	**1,38**	**0**
	сосиска"Молочная"		61,8	60	6,6	14,34	0,0	156,6	132	21,0	12	95,4	1,08	0	0	0	1,38	0
	итого																	
139/2005	**Капуста тушеная**	**180**			**4,7**	**8,2**	**20,1**	**176**	**760,7**	**115,02**	**42,6**	**83,4**	**1,5**	**0**	**0,06**	**0,07**	**1,6**	**105,7**
	капуста белокочанная свежая		255,6	205,2	4,1	0,2	10,7	63,8	684	109,4	36,5	70,7	1,4	0	0,06	0,07	1,6	102,6
	р-р лимонной кислоты		5,4	5,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		7,2	7,2	0	8	0	72	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	томатная паста		4,32	4,32	0,3	0	1	5,7	49	1,1	2,2	3	0,1	0	0	0	0	2
	морковь		5,4	4,5	0	0	0,3	1,8	10	1,4	1,9	2,8	0	0	0	0	0	0,25
	лук репчатый		9	7,2	0,1	0	0,7	3,3	14	2,5	1,1	4,6	0	0	0	0	0	0,8
	мука пшеничная в/с		1,8	1,8	0,2	0	1,4	6,7	3,5	0,5	0,9	2,3	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		5,4	5,4	0	0	6	22,7	0,18	0,12	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,015	0,015	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
г/п	**Мороженное сливочное без растительных добавок "Пломбир"**		1шт.	**90**	**3,7**	**25**	**20,4**	**332,00**	**162**	**159,0**	**21,0**	**114,0**	**0,2**	**0,086**	**0,03**	**0,21**	**0,1**	**0,40**

	Итого за обед				**23,653**	**56,731**	**101,2**	**1011,966**	**1789,96**	**349,645**	**131,11**	**443,81**	**4,713**	**0,086**	**0,09**	**0,28**	**5,633**	**129,2**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**43,591**	**68,887**	**235,4**	**1439,618**	**1938,01**	**579,573**	**154,6**	**630,13**	**6,253**	**0,126**	**0,09**	**0,36**	**6,175**	**129,8**
	11 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
396/2005	**Варенники полуфабрикат промышленного производства**	**200**			**28,8**	**15,03**	**77,64**	**562,6**	**1567**	**107,4**	**66,6**	**327,6**	**3,39**	**0,16**	**0,2**	**0,8**	**10,6**	**22,4**
	Варенники полуфабрикат промышленного производства с фаршем картофельным		176,2	176,2	28,8	8,1425	77,52	499,805	1564,82	105,31	66,315	325,8	3,39	0,16	0,2	0,8	10,6	22,4
	соль йодированная		3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9,5	9,5	0	6,89	0,12	62,80	2,19	2,09	0,29	1,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	итого																	
1/2005	**Бутерброд с маслом**	**40**			**9,56**	**2,13**	**81,04**	**80,9**	**40,3**	**8,1**	**12,4**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	масло сливочное"Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**38,46**	**17,16**	**173,7**	**701,2**	**1620,2**	**118,4**	**81,2**	**356,62**	**4,27**	**0,16**	**0,2**	**0,8**	**11,06**	**22,4**
	ОБЕД																	
102/2005	**Суп картофельный с бобовыми**	**250**			**4,39**	**5,64**	**20,61**	**151,05**	**475**	**29**	**35**	**88,0**	**2**	**0**	**0**	**0**	**1**	**12**
	картофель		67	50	1	0,2	8,65	40	284	5	11,15	29,0	0,45	0	0,06	0,035	0,65	10
	горох лущеный		20,3	20,3	3,09	0,43	10	57,75	148,4	18	17,9	45,9	1,42	0	0	0	0,48	0
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,91	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	морковь		15,8	12,5	0,16	0,01	1,05	4,25	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		175	175	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
618/2009	**Тефтели с соусом красным основным**	**60**			**9,4**	**11,33**	**15,22**	**203,14**	**240,3**	**21,21**	**21,79**	**104,6**	**1,54**	**0**	**0,015**	**0,08**	**2,23**	**4,4**
	говядина(котлетное мясо) б/к		38	38	7,07	6,08	0	83	123,5	3,42	8,36	71,44	1,03	0	0	0,08	1,78	0
	вода		12	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный 1 сорт		8	8	0,7	0,8	4,5	23,6	11,5	2,35	3,15	7,5	0,15	0	0,015	0	0,14	0
	лук репчатый		24	20	0,28	0	1,64	8,2	35	6,2	2,8	11,6	0,16	0	0	0	0,04	2

	масло растительное подсолнечное		3	3	0	3	0	26,97	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	мука пшеничная		4	4	0,41	0	2,76	13,36	7,04	4,6	0	0	0	0	0	0	0,05	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9/2009	Соус красный основной	50			*0,47*	*1*	*3,16*	*24*	*31,7*	*2,32*	*3,74*	*7,0*	*0,1*	*0*	*0*	*0*	*0,11*	*1,2*
	вода		50	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		1	1	0	1	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	мука пшеничная в/с		2,5	2,5	0,3	0	1,7	8,4	4,4	0,6	1,1	2,9	0,05	0	0	0	0,03	0
	томатная паста		2	2	0,1	0	0,4	2	17,5	0,4	1	1,36	0,05	0	0	0	0,04	0,9
	морковь		5	4	0,06	0	0,28	1,4	8	1	1,5	2,2	0	0	0	0	0,04	0,2
	лук репчатый		1,2	1	0,01	0	0,08	0,41	1,75	0,31	0,14	0,58	0	0	0	0	0	0,1
	сахар-песок		0,75	0,75	0	0	0,7	2,8	0,02	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,02	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
2/2005	**Каша рассыпчатая гречневая**	**180**			**10,43**	**7,082**	**51,42**	**317,04**	**139,66**	**59,28**	**81,32**	**247,84**	**6,62**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	крупа гречневая		82,8	82,8	10,433	2,7324	51,42	277,38	138,276	57,96	81,144	246,74	6,624	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6	6	0	4,35	0	39,66	1,38	1,32	0,18	1,14	0	0	0	0	0	0
	итого																	
68/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
/п	**Шоколад молочный**	**1 шт./20**		20	**2,02**	**8,3**	**12,52**	**134,5**	**19**	**136**	**48,6**	**1**	**58,8**	**0,45**	**0**	**0,013**	**0,07**	**0**
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
	Итого за обед				**20,34**	**30,96**	**143,3**	**1032,03**	**932,22**	**272,89**	**212,91**	**513**	**70,43**	**0,5**	**0,03**	**0,11**	**3,862**	**22,04**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**58,8**	**48,1**	**317,0**	**1733,2**	**2552,4**	**391,3**	**294,1**	**869,6**	**74,7**	**0,7**	**0,2**	**0,9**	**14,9**	**44,4**
	12 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
172/2005	**Хлопья кукурузные с молоком**	**200**			**6,384**	**6,192**	**19,78**	**184,128**	**255,2**	**210,24**	**22,4**	**144**	**1,952**	**0**	**0,18**	**0**	**0**	**3,35**
	хлопья кукурузные		16,2	16,2	1,904	1,072	12,26	91,328	21,6	18,24	0	0	1,952	0	0,073	0	0	1,272

	молоко		193	184	5,152	5,888	8,648	106,72	268,64	220,8	25,76	165,6	0	0	0	0	0	2,392
	итого																	
2005	**Бутерброд горячий с сыром**	50			**10,11**	**5,328**	**54,6**	**133,98**	**58,92**	**163,98**	**11,64**	**106,5**	**0,48**	**0,032**	**0**	**0,057**	**0,522**	**0,42**
	сыр" Российский"		16	15	3,45	4,35	0	54	20	156	0	81,6	0	0,032	0	0,057	0,06	0,42
	масло сливочное"Крестьянское"		6	6	4,35	0,078	39,66	1,38	1,3	0,18	1,1	0	0	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
44/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	200																
42/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0
	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого				**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
	Итого за завтрак				**16,594**	**11,52**	**89,58**	**378,108**	**338,42**	**379,92**	**37,04**	**256,1**	**2,832**	**0,032**	**0,18**	**0,057**	**0,522**	**6,57**
	ОБЕД																	
82/2005	**Борщ со свежей капустой и картофелем**	250			**1,83**	**5,15**	**13,4**	**103,97**	**362,8**	**33,59**	**24,55**	**50,1**	**1,02**	**0**	**0**	**0**	**0,39**	**20,85**
	свекла		50	40	0,6	0,04	4,0	16,8	115,2	14,8	8,8	17,2	0,56	0	0	0	0	4
	капуста белокачанная свежая		25	20	0,36	0,02	0,9	5,4	60	9,6	3,2	6,2	0,12	0	0	0	0	9
	картофель		26,7	20	0,4	0,08	3,5	16,0	113,6	2	4,6	11,6	0,18	0	0	0	0,26	4
	морковь		15,7	12,5	0,16	0,01	1,1	4,3	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,9	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	томатная паста		3	3	0,17	0	0,8	3,7	31,5	0,72	1,8	2,4	0	0	0	0	0	1,6
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0,0	45,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		2,5	2,5	0	0	2,5	9,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,006	0,006	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода или бульон		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
305/2014	**Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным**	60/5			**17,587**	**1,4647**	**61,67**	**97,225**	**153,087**	**8,282**	**45,673**	**90,112**	**0,897**	**31,01**	**0,031**	**0,031**	**5,007**	**0,797**
	филе птицы(полуфабрикат)		45	44,3	10,455	0,8417	0,177	50,059	129,356	3,544	38,098	75,753	0,62	31,01	0,031	0,031	4,74	0,797
	хлеб пшеничный 1 сорт		11,3	11,3	0,8701	0,339	5,627	29,606	14,351	2,938	3,955	9,379	0,181	0	0	0	0,174	0
	вода		15,8	15,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сухари панировочные		6	6	0,462	0,18	2,988	15,72	7,62	1,56	2,1	4,98	0,096	0	0	0	0,092	0
	масло сливочное"Крестьянское"		8	8	5,8	0,104	52,88	1,84	1,8	0,24	1,5	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	итого																	
309/2005	**Макаронные изделия отварные**	**180**			**10,932**	**0,7551**	**84,3**	**207,693**	**77,274**	**11,205**	**10,989**	**53,244**	**0,734**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	макаронные изделия в/с		61,2	61,2	6,3648	0,6732	42,66	206,244	75,9	11,016	9,792	53,244	0,734	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,8	1,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	4,5675	0,0819	41,64	1,449	1,4	0,189	1,2	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
71/2005	**помидор свежий**	**20**	26	20	**0,156**	**0,052**	**1,092**	**5,174**	**75,4**	**3,64**	**5,2**	**6,76**	**0,234**	**0**	**0,016**	**0,01**	**0,013**	**6,5**
668/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
r/n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
r/n	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
r/n	**Фрукты (бананы)**	**200**	1шт.	200	**3**	**1**	**42**	**192**	**696**	**16**	**84**	**56**	**0,18**	**0**	**0**	**0**	**0**	**20**
	Итого за обед				**37,135**	**14,062**	**244,3**	**824,862**	**1422,06**	**87,717**	**189,11**	**305,12**	**4,035**	**31,01**	**0,047**	**0,041**	**5,872**	**48,39**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**53,729**	**25,582**	**333,8**	**1202,97**	**1760,48**	**467,637**	**226,15**	**561,22**	**6,867**	**31,04**	**0,227**	**0,098**	**6,394**	**54,96**
	13 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
223/2005	**Запеканка из творога со сгущенным молоком**	**200**			**32,314**	**16,518**	**92,02**	**480,5642**	**397,116**	**407,824**	**56,4**	**445,93**	**0,957**	**0**	**0**	**0**	**0,088**	**0**
	творог н/ж		134,3	131,4	21,944	11,826	2,628	204,0642	147,168	215,496	30,222	289,08	0,526	0	0	0	0	0
	крупа манная		8,6	8,6	0,8858	0,086	5,839	28,208	10,32	1,72	2,58	7,224	0,198	0	0	0	0	0
	сахар-песок		11,4	11,4	0	0	11,38	43,206	0,342	0,228	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	яйцо куриное, гр.		5,7	5,7	0,7239	0,6555	0	8,949	7,98	3,135	0,684	10,944	0,143	0	0	0	0	0
-	масло сливочное"Крестьянское"		5,7	5,7	4,1325	0,0741	37,68	1,311	1,3	0,171	1,1	0	0	0	0	0	0	0
	сухари панировочные		5,7	5,7	0,4389	0,171	2,839	14,934	7,239	1,482	1,995	4,731	0,091	0	0	0	0,088	0
	сметана		5,7	5,7	0,1425	0,855	0,194	11,742	6,213	4,902	0,456	3,42	0	0	0	0	0	0
	молоко сгущенное с сахаром		57	57	4,047	2,85	31,46	168,15	216,6	180,69	19,38	130,53	0	0	0	0	0	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	

	Итого за завтрак				**32,414**	**16,518**	**107**	**538,2642**	**410,016**	**410,724**	**58,6**	**450,05**	**1,357**	**0**	**0**	**0**	**0,088**	**0**
	ОБЕД																	
3/2005	**Рассольник ленинградский со сметаной**	**250**			**3,08**	**6,1**	**17,29**	**138,55**	**482,2**	**20,2**	**50,5**	**29,98**	**0,41**	**0,09**	**0**	**0**	**1,15**	**16,75**
	картофель		100	75	1,5	0,3	12,23	57,75	426	7,5	43,5	0,68	0	0,09	0	0	0,98	15
	крупа(перловая)		5	5	0,63	0	3,6	16,3	0	0	0	13,8	0,34	0	0	0	0,07	0
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0,07	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		6,3	5	0	0	0,41	2,05	8,75	1,55	0,7	2,9	0	0	0	0	0	0,5
	огурцы соленые		16,8	15	0,12	0	0,26	1,95	21,15	3,45	2,1	3,6	0	0	0	0	0	0,75
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		187,5	187,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сметана		5	5	0,7	0,8	0,1	12	6,3	5	0,4	3,5	0	0	0	0	0	0
	итого																	
229/2005	**Рыба ,тушеная в томате с овощами**	**60/60**			**19,9**	**14,771**	**7,8**	**250**	**965,86**	**103,62**	**123,9**	**501,4**	**2,21**	**2,94**	**0,24**	**0,24**	**2,938**	**6,63**
	минтай		147,6	74,4	11,83	0,6696	0	53,568	312,48	29,76	40,92	178,56	0,595	0	0	0	0,967	0
	морковь		32,4	25,2	0,4	0	2,3	11,8	63	16	12	17,3	0,4	2,8	0,02	0,02	0,3	1,35
	вода		19	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лук репчатый		14,4	10,8	0,1512	0	0,886	4,428	18,9	3,348	1,512	6,264	0	0	0	0	0	1,08
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар -песок		2	2	0	0	3,1	12,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	томатная паста		4	4	0,3	0	1,2	6,5	52,7	4,7	1,8	4	0,14	0,12	0	0	0,05	2,7
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,01	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
53/2007	**Картофель отварной, запеченный с растительным маслом**	**150**			**3,39**	**5,1735**	**27,63**	**170,97**	**962,76**	**16,95**	**38,985**	**98,31**	**1,526**	**0**	**0**	**0**	**2,204**	**33,9**
	картофель		282,5	169,5	3,39	0,678	27,63	130,515	962,76	17,0	38,985	98,3	1,526	0	0	0	2,204	33,9
	масло растительное подсолнечное		4,5	4,5	0	4,4955	0	40,455	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
г/п	**Фрукты свежие (яблоко)**		1шт	**200**	**0,9**	**0**	**22,8**	**101**	**499**	**35**	**21**	**23**	**4,8**	**0,07**	**0,02**	**0,06**	**0,65**	**28**
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04

	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
	Итого за обед				**31,33**	**31,735**	**119,1**	**886,82**	**3043,32**	**203,17**	**260,59**	**724,29**	**10,42**	**3,15**	**0,275**	**0,32**	**7,504**	**90,92**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**63,744**	**48,252**	**226,1**	**1425,084**	**3453,34**	**613,894**	**319,19**	**1174,3**	**11,77**	**3,15**	**0,275**	**0,32**	**7,591**	**90,92**
	14 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
8/2009	**Омлет натуральный**	**110**			**18,25**	**10,29**	**67,51**	**145,3**	**158**	**80,3**	**15,7**	**180,6**	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,39**
	яйцо куриное ,гр		80	80	10,16	9,2	0	125,6	112	44	9,6	153,6	2	0	0	0	0	0
	молоко		30	30	0,84	0,96	1,41	17,4	43,8	36,0	4,2	27,0	0	0	0	0	0	0,39
	соль йодированная		1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное "Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
0/2009	**Консервы овощные закусочные(порции)**	**50**			**0,95**	**4,45**	**3,85**	**59,5**	**157,5**	**20,5**	**7,5**	**18,5**	**0,35**	**0**	**0**	**0**	**0**	**3,5**
	икра кабачковая		53	50	0,95	4,45	3,85	59,5	157,5	20,5	7,5	18,5	0,35	0	0	0	0	3,5
	итого																	
n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**0,9**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
76/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**21,61**	**15,64**	**101,3**	**341,1**	**366,5**	**111,5**	**35,9**	**228,12**	**3,23**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**3,89**
	ОБЕД																	
8/2005	**Щи из свежей капусты с картофелем**	**250**			**1,9061**	**5,1482**	**10,22**	**96,41**	**400,919**	**30,805**	**22,529**	**49,065**	**0,384**	**0**	**0**	**0**	**0,655**	**28,95**
	капуста белокачанная		53,8	42	0,756	0	1,974	11,76	126	20,16	6,72	13,02	0	0	0	0	0	18,9
	картофель		50	38,3	0,766	0,1532	6,243	29,491	217,544	3,8	8,809	22,2	0,345	0	0	0	0,498	7,66
	морковь		16,7	12,5	0,1625	0	0,863	4,375	25	3,375	4,75	6,875	0	0	0	0	0,125	0,625
	лук репчатый		12,5	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	томатная паста		1,7	1,7	0,0816	0	0,323	1,734	14,875	0,34	0,85	1,156	0,039	0	0	0	0,032	0,765
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,5	1,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
91/2005	**Плов из птицы**	**60/150**			**33,9**	**36,6**	**53**	**671,6**	**601,7**	**73,5**	**88,9**	**663,2**	**7,53**	**2,01**	**0,2**	**0,3**	**8,29**	**4,4**

	цыпленок-бройлер		115,2	81,6	28,4	21,9	0	299,2	460,8	38,4	61,4	572,2	5,8	0,13	0,13	0,27	6,9	0
	масло растительное подсолнечное		8,4	8,4	0	14	0	126	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	морковь		15	12	0,2	0	1,1	5,6	40	10,2	7,6	11	0,24	1,8	0,01	0,01	0,2	1
	томатная паста		2,4	2,4	0,2	0	0,8	4,1	35,12	3,1	1,2	0,1	0,08	0	0	0,04	1,8	0
	лук репчатый		9,6	8,4	0,2	0	1,1	5,7	28	5,0	2,2	9,3	0,13	0	0	0	0,03	1,6
	крупа рисовая		52,5	52,5	4,9	0,7	50	231	37,8	16,8	16,5	68	1,26	0	0,06	0,02	1,12	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
71/2005	**помидор свежий**	**20**	26	20	**0,156**	**0,052**	**1,092**	**5,174**	**75,4**	**3,64**	**5,2**	**6,76**	**0,234**	**0**	**0,016**	**0,01**	**0,013**	**6,5**
176/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
r/n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
r/n	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
r/n	**Фрукты (апельсины)**	**200**	1шт.	**200**	**1,25**	**0**	**21**	**95**	**492,5**	**85**	**32,5**	**57,5**	**0,75**	**0,13**	**0,1**	**0,08**	**0,5**	**150**
	Итого за обед				**40,942**	**47,44**	**122,1**	**1040,684**	**1640,32**	**210,465**	**170,03**	**829,55**	**10,24**	**2,14**	**0,316**	**0,39**	**9,92**	**189,9**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**62,552**	**63,08**	**223,4**	**1381,784**	**2006,82**	**321,965**	**205,93**	**1057,7**	**13,47**	**2,14**	**0,316**	**0,39**	**10,38**	**193,7**
	15 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
183/2005	**Каша жидкая молочная из гречневой крупы**	**200**			**14,676**	**5,3918**	**102,5**	**252,799**	**249,061**	**178,8**	**55,204**	**223,04**	**2,912**	**0**	**0**	**0**	**1,525**	**1,655**
	гречневая крупа		36,4	36,4	4,5864	1,2012	22,60	121,94	61	25,5	35,672	108,47	2,912	0	0	0	1,525	0
	молоко		127,3	127,3	3,5644	4,0736	5,983	73,864	185,858	152,8	17,822	114,6	0	0	0	0	0	1,655
	вода		27,3	27,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		14,5	14,5	0	0	14,47	54,955	0,435	0,29	0	0	0	0	0	0	0	0
-	соль йодированная		1,6	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9	9	6,525	0,117	59,49	2,07	2,0	0,27	1,7	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
1/2005	**Бутерброд с маслом**	**40**			**9,56**	**2,13**	**81,04**	**80,9**	**40,3**	**8,1**	**12,4**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	масло сливочное"Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
944/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	**200**			**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
942/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0

	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**24,336**	**7,5218**	**198,8**	**393,699**	**313,661**	**192,6**	**70,604**	**253,54**	**3,792**	**0**	**0**	**0**	**1,987**	**4,455**
	ОБЕД																	
103/2005	**Суп картофельный с макаронными изделиями**	**250**			**2,81**	**2,9075**	**20,71**	**121,525**	**475,9**	**15,1**	**24,05**	**63,5**	**0,795**	**0**	**0**	**0**	**1,075**	**16,5**
	картофель		100	75	1,5	0,3	12,23	57,75	426	7,5	17,25	43,5	0,675	0	0	0	0,975	15
	макароны или лапша или вермишель		10	10	1,04	0,11	6,97	33,7	12,4	1,8	1,6	8,7	0,12	0	0	0	0	0
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,82	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0	0	0	0	0	1
	масло растительное подсолнечное		2,5	2,5	0	2,4975	0	22,475	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		175	175	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
536/2009	**Сосиска отварная**	**60**			**6,6**	**14,34**	**0**	**156,6**	**132**	**21**	**12**	**95,4**	**1,08**	**0**	**0**	**0**	**1,38**	**0**
	сосиска"Молочная"		61,8	60	6,6	14,34	0,0	156,6	132	21,0	12	95,4	1,08	0	0	0	1,38	0
	итого																	
139/2005	**Капуста тушеная**	**180**			**4,7**	**8,2**	**20,1**	**176**	**760,7**	**115,02**	**42,6**	**83,4**	**1,5**	**0**	**0,06**	**0,07**	**1,6**	**105,7**
	капуста белокочанная свежая		255,6	205,2	4,1	0,2	10,7	63,8	684	109,4	36,5	70,7	1,4	0	0,06	0,07	1,6	102,6
	р-р лимонной кислоты		5,4	5,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		7,2	7,2	0	8	0	72	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	томатная паста		4,32	4,32	0,3	0	1	5,7	49	1,1	2,2	3	0,1	0	0	0	0	2
	морковь		5,4	4,5	0	0	0,3	1,8	10	1,4	1,9	2,8	0	0	0	0	0	0,25
	лук репчатый		9	7,2	0,1	0	0,7	3,3	14	2,5	1,1	4,6	0	0	0	0	0	0,8
	мука пшеничная в/с		1,8	1,8	0,2	0	1,4	6,7	3,5	0,5	0,9	2,3	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		5,4	5,4	0	0	6	22,7	0,18	0,12	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	лавровый лист		0,015	0,015	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**

г/п	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
г/п	**Зефир фруктовый**	**50**		**50**	**0,4**	**0**	**39,2**	**152**	**112**	**9,3**	**4,1**	**25**	**0,1**	**0**	**0**	**0**	**0,02**	**0**
	Итого за обед				**13,64**	**22,888**	**103,1**	**655,625**	**780,9**	**60,9**	**59,75**	**235,1**	**2,945**	**0**	**0**	**0**	**2,937**	**16,74**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**37,976**	**30,409**	**301,9**	**1049,324**	**1094,56**	**253,5**	**130,35**	**488,64**	**6,737**	**0**	**0**	**0**	**4,924**	**21,19**
	16 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
182/2005	**Каша жидкая молочная из рисовой крупы**	**200**			**12,626**	**3,9596**	**95,75**	**204,275**	**182,369**	**129,5**	**42,086**	**165,94**	**2,256**	**0**	**0**	**0**	**1,182**	**1,183**
	крупа рисовая		28,2	28,2	3,5532	0,9306	17,51	94,47	47	19,7	27,636	84,036	2,256	0	0	0	1,182	0
	молоко		91	91	2,548	2,912	4,277	52,78	132,86	109,2	12,74	81,9	0	0	0	0	0	1,183
	вода		68,2	68,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		14,5	14,5	0	0	14,47	54,955	0,435	0,29	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,4	1,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		9	9	6,525	0,117	59,49	2,07	2,0	0,27	1,7	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
8/2005	**Бутерброд с колбасой**	**20/30**			**6,31**	**8**	**14,94**	**148,6**	**108,1**	**9,8**	**15,5**	**68,9**	**1,08**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	колбаса варено-копченая		21	20	4	6	0	70	70	2	5	44	0,6	0	0	0	0	0
	хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**19,036**	**11,96**	**125,7**	**410,575**	**303,369**	**142,2**	**59,786**	**238,96**	**3,736**	**0**	**0**	**0**	**1,644**	**1,183**
	ОБЕД																	
- 82/2005	**Борщ со свежей капустой и картофелем**	**250**			**1,83**	**5,15**	**13,4**	**103,97**	**362,8**	**33,59**	**24,55**	**50,1**	**1,02**	**0**	**0**	**0**	**0,39**	**20,85**
	свекла		50	40	0,6	0,04	4,0	16,8	115,2	14,8	8,8	17,2	0,56	0	0	0	0	4
	капуста белокачанная свежая		25	20	0,36	0,02	0,9	5,4	60	9,6	3,2	6,2	0,12	0	0	0	0	9
	картофель		26,7	20	0,4	0,08	3,5	16,0	113,6	2	4,6	11,6	0,18	0	0	0	0,26	4
	морковь		15,7	12,5	0,16	0,01	1,1	4,3	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,9	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	томатная паста		3	3	0,17	0	0,8	3,7	31,5	0,72	1,8	2,4	0	0	0	0	0	1,6
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0,0	45,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар-песок		2,5	2,5	0	0	2,5	9,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	лавровый лист		0,006	0,006	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода или бульон		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
292/2005	**Птица, тушеная в соусе с овощами**	75/75			33,42	39,05	28,85	607,65	1144	75,8	81,2	354,2	3,37	0,05	0,28	0,32	10,69	30,1
	цыпленок-бройлер		148,5	106,5	26,6	22,9	0	312,4	355,12	20	27	227,2	1,8	0,05	0,13	0,21	8,7	2,8
	масло растительное подсолнечное		9	9	0	12	0	107,9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	картофель		100,5	75	2	0,4	16,3	77	568	10	23	58	0,9	0	0,12	0,07	1,3	20
	морковь		48	37,5	0,65	0	3,45	17,5	100	13,5	19	27,5	0,35	0	0,03	0,035	0,5	2,5
	лук репчатый		18	15	0,28	0	1,64	8,2	35	6,2	2,8	11,6	0,16	0	0	0	0	2
	горошек зеленый консервированный		12	7,5	0,3	0	0,65	4	9,9	2	2,1	6,2	0	0	0	0	0,07	1
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
331/2005	Соус сметанный с томатом	75																
	сметана		18,8	18,8	0,6	3,75	0,85	51,5	27,3	21,5	2	15	0	0	0	0	0	0
	мука пшеничная в/с		5,6	5,6	0,8	0	5,2	25,05	13,2	1,8	3,3	8,63	0,16	0	0	0	0,09	0
	вода		56,3	56,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	томатная паста		3	3	0,19	0	0,76	4,1	35	0,8	2	0,09	0	0	0	0	0,03	1,8
	соль йодированная		0,6	0,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	200			0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
	сухофрукты(смесь)		20	20	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
г/п	**Фрукты (бананы)**	200	1шт.	200	1	1	42	192	696	16	84	56	0,18	0	0	0	0	20
г/п	**Хлеб пшеничный йодированный**	30	30	30	2,31	0,4	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
г/п	**Хлеб ржаной**	20	20	20	1,32	0,24	9,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
	Итого за обед				41,88	50,84	126	1122,42	2260,3	140,39	208,45	509,2	5,54	0,05	0,28	0,32	11,54	71,19
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				80,916	82,6	251,7	1832,995	2563,67	282,59	268,24	748,16	9,276	0,05	0,28	0,32	13,19	72,37
	17 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
400,401/ 2005	**Оладьи с повидлом**	150/15			13,74	18,89	89	587,39	362,2	149,37	59,96	216,2	2,56	0,02	0,21	0,23	1,3	1,3
	мука пшеничная в/с		84,7	84,7	10,3	1,1	69	333	170	24	44	115	2,1	0	0,17	0,08	1,2	0
	яйцо куриное, гр.		4	4	0,84	0,56	0	1,89	7	2,75	0,6	9,6	0,13	0	0	0	0	0
	молоко		84,7	84,7	2,6	3,2	4,7	68	180	120	14	90	0,1	0,02	0,04	0,15	0,1	1,3
	дрожжи пекарские сухие		0,6	0,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	сахар-песок		3	3	0	0	3,6	13,6	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,6	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло растительное подсолнечное		9	9	0	11	0	98,9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	повидло		15	15	0	0	11,7	45	23,2	2,52	1,26	1,62	0,23	0	0	0	0	0
	итого																	
944/ 2009	**чай с сахаром и лимоном**	**200**			**0,1**	**0**	**15,2**	**60**	**24,3**	**5,7**	**3**	**5,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2,8**
942/209	чай - заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,8	0,5	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0
	лимон свежий		8	7	0	0	0,2	2,4	11,4	2,8	0,8	1,5	0	0	0	0	0	2,8
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**13,84**	**15,88**	**104,2**	**617,39**	**376,5**	**155,07**	**62,96**	**221,8**	**2,96**	**0,02**	**0,21**	**0,23**	**1,3**	**4,1**
	ОБЕД																	
96/2005	**Рассольник ленинградский со сметаной**	**250**			**3,08**	**6,1**	**17,29**	**138,55**	**482,2**	**20,2**	**50,5**	**29,98**	**0,41**	**0,09**	**0**	**0**	**1,15**	**16,75**
	картофель		100	75	1,5	0,3	12,23	57,75	426	7,5	43,5	0,68	0	0,09	0	0	0,98	15
	крупа(перловая)		5	5	0,63	0	3,6	16,3	0	0	0	13,8	0,34	0	0	0	0,07	0
	морковь		12,5	10	0,13	0	0,69	3,5	20	2,7	3,8	5,5	0,07	0	0	0	0,1	0,5
	лук репчатый		6,3	5	0	0	0,41	2,05	8,75	1,55	0,7	2,9	0	0	0	0	0	0,5
	огурцы соленые		16,8	15	0,12	0	0,26	1,95	21,15	3,45	2,1	3,6	0	0	0	0	0	0,75
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		187,5	187,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сметана		5	5	0,7	0,8	0,1	12	6,3	5	0,4	3,5	0	0	0	0	0	0
	итого																	
305/2014	**Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным**	**60/5**			**17,587**	**1,4647**	**61,67**	**97,225**	**153,087**	**8,282**	**45,673**	**90,112**	**0,897**	**31,01**	**0,031**	**0,031**	**5,007**	**0,797**
	филе птицы(полуфабрикат)		45	44,3	10,455	0,8417	0,177	50,059	129,356	3,544	38,098	75,753	0,62	31,01	0,031	0,031	4,74	0,797
	хлеб пшеничный 1 сорт		11,3	11,3	0,8701	0,339	5,627	29,606	14,351	2,938	3,955	9,379	0,181	0	0	0	0,174	0
	вода		15,8	15,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	сухари панировочные		6	6	0,462	0,18	2,988	15,72	7,62	1,56	2,1	4,98	0,096	0	0	0	0,092	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное"Крестьянское"		8	8	5,8	0,104	52,88	1,84	1,8	0,24	1,5	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
312/2005	**Пюре картофельное**	**180**			**3,8732**	**6,0919**	**26,5**	**176,618**	**917,065**	**50,856**	**39,562**	**116,02**	**1,385**	**0**	**0**	**0**	**2,001**	**31,15**
	картофель		205,2	153,9	3,078	0,6156	25,09	118,503	874,152	15,4	35,397	89,3	1,385	0	0	0	2,001	30,78

	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	0	4,5675	0,082	41,643	1,449	1,4	0,189	1,2	0	0	0	0	0	0
	молоко		28,4	28,4	0,7952	0,9088	1,335	16,472	41,464	34,1	3,976	25,6	0	0	0	0	0	0,369
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
r/n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
r/n	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
71/2005	**помидор свежий**	**20**	26	20	**0,156**	**0,052**	**1,092**	**5,174**	**75,4**	**3,64**	**5,2**	**6,76**	**0,234**	**0**	**0,016**	**0,01**	**0,013**	**6,5**
r/n	**Фрукты (апельсины)**	**200**	1шт.	**200**	**1,25**	**0**	**21**	**95**	**492,5**	**85**	**32,5**	**57,5**	**0,75**	**0,13**	**0,1**	**0,08**	**0,5**	**200**
	Итого за обед				**29,676**	**19,349**	**164,3**	**685,067**	**2190,05**	**185,478**	**194,34**	**353,39**	**5,016**	**31,23**	**0,147**	**0,121**	**9,132**	**255,2**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**43,516**	**35,229**	**268,5**	**1302,457**	**2566,55**	**340,548**	**257,3**	**575,19**	**7,976**	**31,25**	**0,357**	**0,351**	**10,43**	**259,3**
	18 ДЕНЬ																	
	ЗАВТРАК																	
415/2009	**Макароны с сыром**	**200**			**10,278**	**10,026**	**38,13**	**289,052**	**94,85**	**218,928**	**8,886**	**157,3**	**0,66**	**0,04**	**0**	**0,08**	**0,08**	**0,56**
	макаронные изделия		60	60	6,24	0,66	41,82	202,2	74,4	10,8	9,6	52,2	0,72	0	0	0	0	0
	сыр" Российский"		18,6	17,2	3,956	4,988	0	61,92	22	178,88	0	93,568	0	0,036	0	0,065	0,069	0,482
	масло сливочное"Крестьянское"		10,3	10,3	0	7,4675	0,134	68,083	2,369	2,3	0,309	2,0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2	2	0	0	0	0	0,0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
1/2005	**Бутерброд с маслом**	**40**			**9,56**	**2,13**	**81,04**	**80,9**	**40,3**	**8,1**	**12,4**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
	масло сливочное"Крестьянское"		10	10	7,25	0,13	66,1	2,3	2,2	0,3	1,9	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный йодированный		30	30	2,31	2	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0	0	0,462	0
	итого																	
376/2005	**Чай с сахаром**	**200**			**0,1**	**0**	**15**	**57,7**	**12,9**	**2,9**	**2,2**	**4,12**	**0,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
	чай-заварка		50	50	0,1	0	0	0,8	12,4	2,5	2,2	4,1	0,4	0	0	0	0	0
	сахар-песок		15	15	0	0	15	56,9	0,5	0,4	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	вода		150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
	Итого за завтрак				**19,938**	**12,156**	**134,2**	**427,652**	**148,05**	**229,928**	**23,486**	**186,32**	**1,54**	**0,04**	**0**	**0,08**	**0,542**	**0,56**
	ОБЕД																	

102/2005	**Суп картофельный с бобовыми**	**250**			**4,39**	**5,64**	**20,61**	**151,05**	**475**	**29**	**35**	**88,0**	**2**	**0**	**0**	**0**	**1**	**12**
	картофель		67	50	1	0,2	8,65	40	284	5	11,15	29,0	0,45	0	0,06	0,035	0,65	10
	горох лущеный		20,3	20,3	3,09	0,43	10	57,75	148,4	18	17,9	45,9	1,42	0	0	0	0,48	0
	лук репчатый		12	10	0,14	0	0,91	4,1	17,5	3,1	1,4	5,8	0,08	0	0	0	0	1
	морковь		15,8	12,5	0,16	0,01	1,05	4,25	25	3,37	4,75	6,9	0,08	0	0	0	0,13	1,25
	масло растительное подсолнечное		5	5	0	5	0	44,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		2,5	2,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		175	175	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
536/2009	**Сосиска отварная**	**60**			**6,6**	**14,34**	**0**	**156,6**	**132**	**21**	**12**	**95,4**	**1,08**	**0**	**0**	**0**	**1,38**	**0**
	сосиска"Молочная"		61,8	60	6,6	14,34	0,0	156,6	132	21,0	12	95,4	1,08	0	0	0	1,38	0
	итого																	
305/2005	**Рис припущенный**	**180**			**4,45**	**5,06**	**45,12**	**249,6**	**35,52**	**16,49**	**13,4**	**62,16**	**1,14**	**0,02**	**0,05**	**0,084**	**1,068**	**0**
	крупа рисовая		63	63	4,45	0,7	45	231	37,8	16,8	16,5	61	1,14	0,02	0,05	0,08	1,068	0
	масло сливочное"Крестьянское"		6,3	6,3	0	4,5675	0,082	41,643	1,449	1,4	0,189	1,2	0	0	0	0	0	0
	соль йодированная		1,7	1,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого																	
868/2009	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**			**0**	**0**	**19,98**	**104**	**0,6**	**0,4**	**0**	**0**	**0,03**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
	сухофрукты(смесь)		20	50	0	0	0	28,2	0	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0,04
	сахар-песок		20	20	0	0	19,98	75,8	0,6	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
	вода		200	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2
	итого																	
71/2005	**Огурец свежий**	**20**	**25,2**	**20**	**0,43**	**0,05**	**1,8**	**7,5**	**76**	**12,4**	**7,5**	**22,7**	**0,5**	**0,05**	**0,015**	**0,02**	**0,1**	**5,4**
r/n	**Хлеб пшеничный йодированный**	**30**	30	30	**2,31**	**5,4**	**14,94**	**78,6**	**38,1**	**7,8**	**10,5**	**24,9**	**0,48**	**0**	**0**	**0**	**0,462**	**0**
r/n	**Хлеб ржаной**	**20**	20	20	**1,32**	**0,24**	**6,84**	**36,2**	**18,8**	**6,8**	**8,2**	**24**	**0,46**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
r/n	**Мороженное сливочное без растительных добавок "Пломбир"**		1шт.	**90**	**3,7**	**25**	**20,4**	**332,00**	**162**	**159,0**	**21,0**	**114,0**	**0,2**	**0,086**	**0,03**	**0,21**	**0,1**	**0,40**
	Итого за обед				**23,2**	**55,73**	**129,7**	**1115,55**	**938,02**	**252,89**	**107,6**	**431,16**	**5,89**	**0,156**	**0,095**	**0,314**	**4,11**	**18,04**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				**43,138**	**67,886**	**263,9**	**1543,202**	**1086,07**	**482,818**	**131,09**	**617,48**	**7,43**	**0,196**	**0,095**	**0,394**	**4,652**	**18,6**
	ИТОГО ЗА 18 ДНЕЙ				**996**	**890**	**4853**	**25499**	**38873**	**7388**	**4013**	**14280**	**299**	**140**	**4**	**6**	**160**	**1749**
	В СРЕДНЕМ ЗА ДЕНЬ				**55**	**49**	**270**	**1417**	**2160**	**410**	**223**	**793**	**17**	**8**	**0**	**0**	**9**	**97**