

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

Первый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
	10	0,05	8,25	0,08	74,80	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	14	2017
	150	4,44	2,55	24,22	137,36	0,39	0,04	0,09	0,01	0,00	84,38	72,09	12,76	0,28	140,14	6,75	0,00	0,00	0,00	31	2010
	180	1,34	1,40	9,18	55,02	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	0,00	96	2010
	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
	365	7,71	12,93	46,33	332,68	0,64	0,08	0,15	0,02	0,00	143,65	123,71	24,12	0,86	239,47	10,80	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:																					
II Завтрак																					
	180	4,86	4,50	35,64	142,20	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	103	2010
	180	4,86	4,50	35,64	142,20	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		
Итого за прием пищи:																					
Обед																					
	180	2,43	4,32	10,27	92,33	5,44	0,08	0,05	0,01	0,00	26,17	50,38	18,48	0,84	381,55	4,11	0,00	0,02	0,00	158	2004
	50	7,17	10,00	6,22	143,50	0,46	0,05	0,04	0,02	0,00	10,69	64,25	9,68	0,79	102,56	2,39	0,01	0,04	0,00	270	2017
	110	6,23	4,75	28,17	180,07	0,00	0,16	0,09	0,02	0,06	16,27	137,58	92,34	3,24	193,95	1,68	0,00	0,01	0,00	171	2017
	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	0,00	96	2010
	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,98	58,75	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
	645	17,56	19,37	61,69	494,23	5,92	0,33	0,20	0,05	0,06	69,00	292,68	135,32	6,15	747,44	8,18	0,01	0,07	0,00		
Итого за прием пищи:																					
Уплотненный полдник																					
	100/5	10,23	14,37	1,88	177,97	0,15	0,04	0,27	0,17	1,75	66,72	138,95	10,63	1,56	149,84	17,86	0,02	0,03	0,00	210	2017
	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	0,00	96	2010
	130	0,34	0,22	16,65	67,60	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	338	2017
	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
	440	12,53	15,32	38,51	339,90	0,17	0,07	0,28	0,17	1,75	80,09	168,17	16,95	2,11	183,47	17,86	0,02	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:																					
		42,66	52,12	182,17	1 309,01	6,73	0,48	0,63	0,24	1,81	292,74	574,56	176,39	9,12	1 170,98	36,84	0,03	0,10	0,00		
Всего за день:																					

Второй день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,63	0,28	63,19	0,00	0,03	0,18	0,13	0,89	22,14	77,28	4,83	1,01	56,35	8,05	0,01	0,02	209	2017
ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	5,48	7,12	28,78	201,71	0,39	0,11	0,09	0,03	0,08	87,86	117,94	31,37	0,89	173,90	8,10	0,00	0,01	182	2017
КАША МОЛОЧНАЯ	180	2,53	2,79	11,07	80,25	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,77	64,80	10,71	0,07	131,83	8,10	0,00	0,00	21	2018
КАКАО-НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОША"	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	400	15,00	15,27	52,98	410,65	0,86	0,19	0,37	0,17	0,97	209,52	276,27	50,16	2,22	385,08	24,25	0,01	0,03		
II Завтрак																				
Итого за прием пищи:																				
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,55	3,91	20,32	131,62	0,66	0,03	0,13	0,02	0,00	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00	115	2017
Итого за прием пищи:	180	3,55	3,91	20,32	131,62	0,66	0,03	0,13	0,02	0,00	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩеным	180	3,98	1,73	13,16	84,35	3,28	0,12	0,04	0,14	0,00	29,25	54,76	23,17	1,35	331,57	3,05	0,00	0,02	102	2017
ШНИЦЕЛь СВИНОЙ	50	6,43	15,11	7,47	191,65	0,00	0,14	0,04	0,00	0,00	8,70	70,31	12,99	0,96	130,33	2,44	0,00	0,02	268	2017
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,31	4,08	15,66	108,91	7,61	0,09	0,08	0,02	0,06	29,35	62,35	21,54	0,90	559,28	6,19	0,00	0,03	139	2017
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	ТТК 2С	2017
ХЛЕБ РКЖАНОЙ	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,98	58,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	545	16,43	15,99	99,67	609,87	16,94	0,37	0,20	0,15	0,09	97,80	292,13	99,79	4,53	1 150,79	13,01	0,01	0,10		
Уплотненный полдник																				
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	35/35	7,05	3,79	3,39	76,47	1,16	0,05	0,05	0,32	0,00	27,99	105,97	28,92	0,58	248,04	65,79	0,01	0,28	48	2010
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,71	4,39	28,46	164,19	0,00	0,02	0,02	0,02	0,08	9,61	54,96	18,62	0,39	40,64	0,55	0,01	0,02	304	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,38	4,63	27,60	169,41	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,27	38,12	6,35	0,44	56,41	1,26	0,01	0,01	424	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	435	16,10	13,54	79,43	504,40	1,18	0,15	0,11	0,35	0,15	60,84	216,27	60,21	1,96	378,72	67,60	0,03	0,31		
Итого за прием пищи:		51,08	48,71	252,40	1 656,54	19,64	0,74	0,81	0,70	1,21	501,52	863,63	224,68	8,81	2 100,25	116,20	0,05	0,44		
Всего за день:																				

Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг		Se, мг	F, мг
Завтрак																			
	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	0,00	0,03	0,00	88,00	50,00	3,50	0,10	8,80	0,00	0,00	0,00	15	2017
Сыр (Порциями)	150/5	4,18	7,51	14,31	142,19	0,44	0,07	0,10	0,04	98,24	106,05	27,50	0,64	173,18	8,46	0,00	0,01	182	2017
Жареная курица с соусом сливочным маслом	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
Чай с сахаром	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Хлеб пшеничный поджаренный	370	8,46	11,19	34,29	272,92	0,53	0,10	0,14	0,07	0,08	199,61	175,28	37,32	1,29	215,61	8,46	0,00	0,01	
Итого за прием пищи:																			
	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	2017
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	
Обед																			
	180	3,21	6,61	5,86	97,59	7,22	0,08	0,04	0,14	0,00	32,26	47,49	16,31	0,81	245,83	3,70	0,00	88	2017
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	160	11,02	28,80	27,58	413,95	0,95	0,23	0,08	0,17	0,00	19,27	136,57	33,10	1,36	259,42	5,24	0,01	285	2017
Плов	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,07	0,70	0,54	0,00	0,75	0,00	0,00	ТТК 1С	2017
Компот из компотной смеси см	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,88	58,75	0,00	0,00	ГОСТ	
Хлеб ржаной	545	15,88	35,71	51,08	592,00	8,18	0,35	0,14	0,31	0,00	65,85	221,66	62,70	3,15	564,75	9,94	0,01	0,08	
Итого за прием пищи:																			
Уплотненный полдник																			
	80	12,96	8,47	15,00	191,32	0,17	0,03	0,15	0,04	0,10	104,01	136,61	16,37	0,53	108,11	1,82	0,02	66	2017
Пудинг из творога	20	0,38	1,04	2,62	21,46	0,05	0,00	0,01	0,01	0,01	10,87	8,03	1,34	0,02	15,91	0,91	0,00	327	2017
Соус молочный (сладкий)	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	96	2010
Чай с сахаром	130	0,34	0,22	16,65	67,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Яблоко	410	13,76	9,73	41,40	309,21	0,24	0,03	0,16	0,05	0,11	123,50	149,61	20,76	0,85	134,65	2,73	0,02	0,02	
Итого за прием пищи:																			
		43,16	62,22	134,98	1 278,89	9,89	0,53	0,63	0,46	0,19	572,96	676,15	140,96	5,43	1 177,81	36,33	0,03	0,11	
Всего за день:																			

Четвертый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																				
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,63	0,28	63,19	0,00	0,03	0,18	0,13	0,89	22,14	77,28	4,83	1,01	56,35	8,05	0,01	0,02	209	2017
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	3,71	6,64	17,55	145,35	0,39	0,05	0,09	0,03	0,06	84,42	85,58	19,49	0,39	137,40	7,25	0,00	0,01	190	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,53	2,79	11,85	83,34	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,79	64,80	10,71	0,07	131,85	8,10	0,00	0,00	ТТК 3С	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	400	13,23	14,79	42,53	357,38	0,86	0,13	0,37	0,17	0,97	206,10	243,91	38,28	1,72	348,60	23,40	0,01	0,03		
II Завтрак																				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,34	1,40	9,18	55,02	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	97	2010
Итого за прием пищи:	180	1,34	1,40	9,18	55,02	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00		
Обед																				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	180	4,22	4,14	10,44	96,01	0,58	0,03	0,03	0,14	0,00	18,70	37,59	9,06	0,58	74,55	1,66	0,01	0,02	111	2017
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	5,35	11,94	15,77	192,45	7,78	0,17	0,09	0,29	0,00	23,13	91,72	29,39	1,39	612,67	7,04	0,00	0,05	259	2017
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,41	2,07	2,55	30,86	0,88	0,01	0,02	0,46	0,00	12,78	14,91	9,01	0,28	65,21	1,40	0,00	0,01	4	2010
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,98	56,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	575	11,71	18,45	45,79	397,65	9,26	0,25	0,16	0,89	0,00	70,48	184,69	62,28	3,53	821,81	10,10	0,01	0,08		
Уплотненный полдник																				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	7,99	15,35	13,94	227,94	29,93	0,16	0,10	0,09	0,08	80,70	98,88	33,45	2,12	443,13	7,71	0,00	0,04	139	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,19	4,38	29,48	173,92	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	9,70	36,22	6,06	0,42	53,86	1,17	0,01	0,01	415	2017
Итого за прием пищи:	415	14,14	20,46	63,40	496,19	29,95	0,24	0,14	0,10	0,15	103,77	154,32	45,83	3,09	530,62	8,88	0,01	0,05		
Всего за день:		40,42	55,10	160,90	1 306,24	40,32	0,63	0,72	1,17	1,12	434,87	618,29	154,50	8,67	1 777,36	46,43	0,03	0,16		

Пятый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	0,00	0,03	0,03	0,00	88,00	50,00	3,50	0,10	8,80	0,00	0,00	15	2017	
Каша молочная ячневая жидкая со сливочным маслом	150/5	4,14	7,12	16,77	148,43	0,49	0,05	0,11	0,04	0,08	113,62	115,78	18,10	0,38	169,84	8,51	0,01	36	2010	
Чай с молоком	180	1,34	1,40	9,18	55,02	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	97	2010	
Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	370	9,68	12,20	38,80	305,35	0,81	0,09	0,20	0,08	0,08	260,89	217,40	32,96	1,06	277,97	12,56	0,01	0,01		
II Завтрак																				
Снежок	180	4,86	4,50	35,64	142,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010	
Итого за прием пищи:	180	4,86	4,50	35,64	142,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																				
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,29	2,13	8,31	59,95	5,34	0,03	0,03	0,15	0,00	34,25	32,68	15,80	0,79	227,40	4,08	0,00	82	2017	
Птица, запеченная в яйце	50	9,57	14,85	2,80	182,93	0,31	0,03	0,09	0,05	0,29	14,02	80,15	8,06	0,86	106,13	5,29	0,01	0,05	ТТК 15С	
Макаронные изделия отварные	110	4,00	3,59	25,54	150,59	0,00	0,05	0,02	0,02	0,06	15,45	31,01	6,33	0,72	46,83	0,56	0,01	308	2017	
Чай с шиповником	180	0,12	0,02	7,78	32,00	7,82	0,00	0,01	0,01	0,00	9,96	3,18	3,42	0,33	11,37	0,00	0,00	ТТК 5С	2017	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,98	58,75	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	545	16,63	20,89	54,33	474,97	13,47	0,15	0,17	0,23	0,35	80,93	184,52	45,36	3,68	450,48	9,93	0,02	0,08		
Уплотненный полдник																				
Оладьи из творога	110	15,59	10,97	25,20	264,47	0,27	0,06	0,19	0,05	0,20	125,42	164,84	19,08	0,61	152,07	4,50	0,02	239	2012	
Соус молочный (сладкий)	20	0,38	1,04	2,62	21,46	0,05	0,00	0,01	0,01	0,01	10,87	8,03	1,34	0,02	15,91	0,91	0,00	327	2017	
Чай с сахаром	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	96	2010	
Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Яблоко	130	0,34	0,22	16,65	67,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	338	2017	
Итого за прием пищи:	465	18,27	12,86	64,45	447,86	0,34	0,09	0,21	0,06	0,21	149,66	192,09	26,74	1,18	201,61	5,41	0,02	0,03		
Всего за день:		49,44	50,55	193,22	1 370,38	14,62	0,33	0,58	0,37	0,64	491,48	594,01	105,06	5,92	930,06	27,90	0,05	0,12		

Первый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг			Se, мг	F, мг
Завтрак																				
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	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	14	2017
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,35	2,65	31,46	167,66	0,39	0,04	0,09	0,01	0,00	83,10	99,09	23,74	0,38	142,82	7,21	0,00	0,01	189	2008
КАКАО-НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОША"	180	2,53	2,79	11,07	80,25	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,77	64,80	10,71	0,07	131,83	8,10	0,00	0,00	21	2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	375	9,56	14,71	60,60	414,41	0,86	0,10	0,19	0,02	0,00	184,52	185,64	39,00	0,80	305,85	15,31	0,00	0,01		
II Завтрак																				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,50	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	385	2017
Итого за прием пищи:	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,50	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00		
Обед																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	3,21	6,61	5,86	97,59	7,22	0,08	0,04	0,14	0,00	32,26	47,49	16,31	0,81	245,83	3,70	0,00	0,02	88	2017
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	30/30	8,27	9,42	1,82	125,08	0,92	0,03	0,05	0,03	0,00	12,21	65,59	8,78	0,70	116,68	3,08	0,01	0,05	260	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,00	3,59	25,54	150,59	0,00	0,05	0,02	0,02	0,06	15,45	31,01	6,33	0,72	46,83	0,56	0,01	0,01	309	2017
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	ТТК 2С	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	8,70	45,00	14,10	1,17	70,50	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	560	19,69	21,14	55,47	493,10	8,14	0,32	0,20	0,19	0,06	77,24	295,66	133,23	5,92	627,77	8,46	0,01	0,08		
Уплотненный полдник																				
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	5,82	12,48	9,79	174,84	0,23	0,13	0,04	0,00	0,00	10,54	66,23	12,81	0,95	124,06	2,13	0,00	0,02	268	2017
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,48	17,08	119,03	8,30	0,10	0,08	0,03	0,07	32,02	68,00	23,49	0,98	609,82	6,75	0,00	0,03	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,95	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	375	10,30	17,69	46,85	388,20	8,55	0,26	0,13	0,03	0,07	55,93	133,45	42,62	2,48	767,51	8,88	0,00	0,05		
Всего за день:		44,61	59,13	171,13	1 400,47	18,49	0,73	0,71	0,27	0,13	501,29	765,35	235,01	9,34	#####	48,85	0,01	0,14		

Второй день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,00	35,31	0,03	0,00	0,02	0,02	0,00	74,80	40,00	2,80	0,08	8,80	0,00	0,00	0,00	15	2017	
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	5,48	7,12	28,78	201,71	0,39	0,11	0,09	0,03	0,08	87,86	117,94	31,37	0,89	173,90	8,10	0,00	0,01	182	2017	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,34	1,40	9,18	55,02	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	97	2010	
35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	380	11,70	12,40	55,95	383,74	0,67	0,16	0,17	0,06	0,08	223,83	216,06	46,83	1,65	291,23	12,15	0,00	0,01			
Итого за прием пищи:																					
II Завтрак																					
СНЕЖОК	180	4,86	4,50	35,64	142,20	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	103	2010	
Итого за прием пищи:	180	4,86	4,50	35,64	142,20	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			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	180	3,98	1,73	13,16	84,35	3,28	0,12	0,04	0,14	0,00	29,25	54,76	23,17	1,35	331,57	3,05	0,00	0,02	102	2017	
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	50	7,17	10,00	6,22	143,50	0,46	0,05	0,04	0,02	0,00	10,69	64,25	9,68	0,79	102,56	2,39	0,01	0,04	270	2017	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2,03	5,13	11,82	104,74	8,73	0,06	0,06	0,35	0,00	33,45	49,27	21,44	0,96	377,43	4,78	0,00	0,03	143	2017	
180	0,14	0,14	20,81	85,89	1,42	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	11,72	3,32	3,96	0,70	99,94	0,71	0,00	0,00	372	2012	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	35	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	10,15	52,50	16,45	1,37	82,25	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	555	15,63	17,42	65,87	487,78	13,89	0,30	0,18	0,51	0,00	95,26	224,30	74,70	5,17	993,75	10,93	0,01	0,09			
Итого за прием пищи:																					
Уплотненный полдник																					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,92	11,67	15,91	245,22	0,19	0,04	0,19	0,05	0,06	137,46	186,89	21,88	0,66	132,46	0,84	0,02	0,03	223	2017	
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,58	1,60	3,97	32,71	0,08	0,01	0,02	0,01	0,02	16,32	12,10	2,02	0,03	23,94	1,37	0,00	0,00	327	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,38	4,63	27,60	169,41	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,27	38,12	6,35	0,44	56,41	1,26	0,01	0,01	424	2017	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	385	24,84	18,63	67,46	541,67	0,29	0,13	0,25	0,07	0,15	177,42	256,33	36,57	1,68	246,44	3,47	0,03	0,04			
Всего за день:		57,03	52,95	224,92	1 555,39	14,85	0,59	0,60	0,64	0,23	496,51	696,69	156,10	8,50	#####	26,55	0,04	0,14			

Третий день вторая неделя

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	2,13	6,33	7,81	97,34	0,39	0,02	0,08	0,03	0,08	81,73	55,30	9,00	0,09	110,60	6,75	0,00	0,00	0,00	37	2010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,53	2,79	11,85	83,34	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,79	64,80	10,71	0,07	131,85	8,10	0,00	0,00	0,00	379	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	360	6,54	9,85	32,51	246,18	0,86	0,07	0,18	0,04	0,08	181,27	136,35	22,96	0,41	265,45	14,85	0,00	0,00	0,00		
II Завтрак																					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,55	3,91	20,32	131,62	0,66	0,03	0,13	0,02	0,00	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00	0,00	115	2017
Итого за прием пищи:	180	3,55	3,91	20,32	131,62	0,66	0,03	0,13	0,02	0,00	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,64	2,45	12,24	80,26	4,83	0,06	0,04	0,15	0,00	23,75	43,84	18,77	0,70	352,03	3,67	0,00	0,02	0,00	76	2012
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ КАРТОФЕЛЯ)	50	6,15	8,83	1,77	111,22	0,71	0,01	0,01	0,17	0,00	9,10	9,90	4,85	0,19	42,23	0,78	0,00	0,01	0,00	289	2017
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,23	4,75	28,17	180,07	0,00	0,16	0,09	0,02	0,06	16,27	137,58	92,34	3,24	193,95	1,68	0,00	0,01	0,00	171	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,98	56,75	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	545	15,75	16,33	59,21	449,88	5,56	0,27	0,16	0,34	0,06	64,99	231,79	130,78	5,41	657,59	6,13	0,00	0,04	0,00		
Уплотненный полдник																					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	100	12,34	8,40	3,36	138,56	0,16	0,06	0,19	0,09	0,03	53,12	167,92	26,76	1,20	258,32	71,53	0,02	0,28	0,00	70	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
ЯБЛОКО	130	0,34	0,22	16,65	67,60	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	338	2017
Итого за прием пищи:	435	14,64	9,35	39,99	300,49	0,18	0,09	0,20	0,09	0,03	66,49	187,14	33,08	1,75	292,15	71,53	0,02	0,28	0,00		
Всего за день:		40,48	39,44	152,03	1 128,17	7,26	0,46	0,67	0,49	1,07	446,11	652,24	201,34	7,67	1 400,85	103,85	0,02	0,32	0,00		

Четвертый день вторая неделя

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,63	0,28	63,19	0,00	0,03	0,18	0,13	0,89	22,14	77,28	4,83	1,01	56,35	8,05	0,01	0,02	209	2017
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	4,18	7,51	14,31	142,19	0,44	0,07	0,10	0,04	0,08	98,24	105,06	27,50	0,64	173,18	8,46	0,00	0,01	182	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	400	11,25	12,87	34,57	299,71	0,46	0,13	0,29	0,17	0,97	133,75	202,56	38,65	2,20	263,16	16,51	0,01	0,03		
II Завтрак																				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,08	5,59	8,21	104,76	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	2017	
Итого за прием пищи:	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	2,29	1,97	13,52	81,28	6,76	0,08	0,06	0,14	0,00	19,21	49,20	20,52	1,03	475,30	4,51	0,00	0,03	18	2018
БИТОНЕК ИЗ ПТИЦЫ	50	6,43	15,11	7,47	191,65	0,00	0,14	0,04	0,00	0,00	8,70	70,31	12,99	0,96	130,33	2,44	0,00	0,02	268	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,00	3,59	25,54	150,59	0,00	0,05	0,02	0,02	0,06	15,45	31,01	6,33	0,72	46,83	0,56	0,01	0,01	309	2017
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,44	1,48	2,86	26,64	1,28	0,01	0,01	0,00	0,00	9,51	11,90	5,51	0,35	81,78	1,78	0,00	0,01	5	2010
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,98	58,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	575	14,81	22,45	67,03	530,62	8,04	0,32	0,15	0,16	0,06	67,92	199,92	58,80	4,04	793,80	9,29	0,01	0,07		
Уплотненный полдник																				
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	30/30	6,47	15,63	1,69	173,52	0,63	0,16	0,05	0,01	0,00	7,88	64,27	10,62	0,74	157,77	3,33	0,00	0,03	260	2017
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,71	4,39	28,46	164,19	0,00	0,02	0,02	0,02	0,08	9,61	54,96	18,62	0,39	40,64	0,55	0,01	0,02	304	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,90	1,15	8,60	60,35	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	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	397	12,79	22,19	64,07	518,59	0,65	0,22	0,08	0,03	0,08	32,76	144,95	36,86	1,78	241,24	3,88	0,01	0,05		
Всего за день:		43,91	63,10	173,88	1 453,68	10,09	0,72	0,71	0,39	1,11	418,03	677,03	154,47	8,16	1 561,00	45,88	0,03	0,15		

Пятый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Cl, мг			
Завтрак																				
Сыр порционный	10	2,25	2,85	0,00	35,31	0,03	0,00	0,02	0,02	0,00	74,00	40,00	2,80	0,05	8,80	0,00	0,00	15	2017	
Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	150,0	4,45	4,95	24,24	159,13	0,39	0,04	0,09	0,01	0,00	84,38	72,09	12,76	0,28	140,14	6,75	0,00	31	2010	
Чай с молоком	180	1,34	1,40	8,18	55,02	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	97	2010	
Хлеб пшеничный изюмный	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	368	9,92	9,94	44,27	314,96	0,67	0,08	0,17	0,04	0,00	218,45	163,71	26,92	0,94	249,27	10,80	0,00			
II Завтрак																				
Снежок	180	4,98	4,95	35,64	142,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010	
Итого за прием пищи:	180	4,98	4,95	35,64	142,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																				
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,29	2,13	8,31	59,95	5,34	0,03	0,03	0,05	0,15	0,00	34,25	32,68	15,80	0,79	227,40	4,08	0,00	82	2017
Котлеты рыбные	50	6,40	5,66	7,51	106,59	0,25	0,02	0,01	0,00	0,00	9,42	24,78	6,65	0,52	34,94	0,19	0,00	234	2017	
Пюре картофельное	110	2,31	4,08	15,66	108,91	7,61	0,09	0,08	0,02	0,00	29,35	62,38	21,54	0,90	899,28	6,19	0,00	128	2017	
Чай с сахаром	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	96	2010	
Хлеб пшеничный изюмный	25	1,85	0,30	9,90	49,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,25	37,50	11,75	0,96	58,75	0,00	0,00	ГОСТ		
Хлеб ржаной	845	11,73	12,17	48,51	353,78	13,22	0,18	0,14	0,17	0,05	88,85	160,29	59,81	3,49	891,00	10,46	0,00			
Итого за прием пищи:																				
Уплотненный полдник																				
Пудинг из творога с рисом	100	12,21	10,13	17,49	213,42	0,22	0,03	0,15	0,06	0,17	107,20	140,62	18,75	0,43	115,88	3,04	0,02	66	2017	
Суп молочный (сладкий)	20	0,36	1,04	2,62	21,46	0,05	0,00	0,01	0,01	10,97	8,03	1,34	0,22	15,91	0,91	0,00	327	2017		
Чай с сахаром	180	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	96	2010	
Хлеб пшеничный изюмный	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,05	22,75	4,95	0,35	32,20	0,00	0,00	ГОСТ		
Яблоко	130	0,34	0,22	18,65	67,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	338	2017	
Итого за прием пищи:	465	15,64	12,41	61,88	423,04	0,29	0,07	0,17	0,07	0,18	133,45	174,37	27,71	1,10	174,62	3,95	0,02	0,02		
Всего за день:		42,15	39,02	192,30	1233,95	14,18	0,33	0,46	0,28	0,24	440,77	498,37	113,44	5,53	1313,69	25,21	0,02	0,07		

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						
	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг
Итого за весь период	464,94	522,34	1 837,93	13 692,72	156,07	5,54	5,01	7,75	4 595,88	6 636,32	1 883,96	77,15	14 927,95	514,04	0,31	1,75
Среднее значение за период	46,49	52,23	183,79	1 369,27	15,61	0,55	0,50	0,78	459,59	663,63	188,40	7,72	1 492,80	51,40	0,03	0,18
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,3	34,3	52,4													

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
количество	370	180	554	422

ПРИМЕЧАНИЕ:

Нормативная документация:

СанПин 2.3/2.4.3590-20

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017 год Москва под редакцией М.П.Могильного и В.А. Тутельяна

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2015 год Москва под редакцией М.П.Могильного и В.А. Тутельяна

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011 год Москва под редакцией М.П.Могильного и В.А. Тутельяна

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2008 год Москва под редакцией М.П.Могильного и В.А. Тутельяна

Сборник рецептур блюд кулинарных кафе для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах хлебобулочной 2004 год. Под редакцией Т.В.Лалшиной

Методические рекомендации: Питание детей в дошкольных организациях Ярославской области, 2010г. Под редакцией И.Ю. Яглондзи

Методические рекомендации: Питание детей в дошкольных организациях Ярославской области, 2017г. Под редакцией И.Ю. Яглондзи

Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Викен-Софт". Питание детей в дошкольных организациях 2024г. версия 1.2.88.

Директор ООО "Максимум"

П.Е. Осиневская