

№ ТК (ТТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
			Б	Ж	У		А мкг	В1 мг	В2 мг	С мг	D мг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг
Неделя первая, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	150	4,88	4,20	12,93	109,05	21,990	0,070	0,179	0,702	0,060	0,708	145,330	33,974	132,023	195,507	0,011	0,003	0,039
16/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1,95	0,2	20,1	88,75	0	0,029	0,003	0,06	0	0,431	6,68	4,34	17,33	38,73	0,001	0,002	0,004
	Итого	367	9,43	6,44	41,40	260,00	33,230	0,124	0,286	1,204	0,086	1,466	248,346	54,315	223,034	353,020	0,019	0,006	0,164
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
Обед																			
58/58	Салат из свеклы с чесноком и сыром	60	1,83	4,38	4,43	64,67	13,620	0,011	0,032	2,264	0,044	0,720	57,795	12,201	43,584	135,552	0,003	0,002	0,009
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	5,35	3,63	13,69	108,85	128,240	0,090	0,120	7,128	0,359	1,126	27,726	24,856	88,552	454,349	0,007	0,006	0,138
103/284	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9,22	4,99	20,26	162,78	215,840	0,191	0,757	14,661	0,582	3,402	21,910	35,761	179,455	660,809	0,008	0,014	0,119
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	587	18,83	13,33	67,31	465,29	231,102	0,33	0,93	24,22	0,99	6,60	137,32	89,16	352,01	1385,52	0,02	0,02	0,44
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	2,25	1,64	17,28	92,86	8,920	0,027	0,027	0,052	0,073	0,333	12,762	4,103	24,587	38,807	0,001	0,002	0,002
	Итого	230	7,16	5,60	25,14	179,58	32,680	0,079	0,243	0,988	0,127	0,490	202,842	26,027	165,527	256,931	0,015	0,005	0,034
Ужин																			
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040
33/538	Напиток из пивоварки	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	415	13,60	9,39	37,71	292,33	73,42	0,12	0,14	124,67	0,00	3,17	93,97	46,85	160,35	595,92	0,01	0,01	0,24
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Итого за день		49,42	35,16	181,37	1244,20	2455,35	0,68	1,61	161,08	1,20	14,01	709,52	226,01	914,17	2869,65	0,19	0,04	0,89
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	Процент удовлетворения суточной потребности		117,67	74,81	89,34	88,87	545,634	85,125	179,333	357,956	11,980	140,100	88,690	282,506	130,596	717,413	2642,857	273,333	63,571

№ ТК ГТК/№ рещ.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн. цен.			Витамины			Минеральные вещества								
		Г	Б	Ж	У	К	Ж	Г	ккал	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Завтрак																						
2 завтрак																						
50/ГТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035			
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092			
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008			
	Итого	354	10,50	10,01	39,79	291,68	63,14	0,14	0,26	1,69	0,15	1,26	226,09	44,26	222,90	364,51	0,02	0,01	0,14			
3,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4,16	4,8	6,85	87,23	35,2	0,064	0,272	1,12	0,048	0,16	192	22,4	144	233,6	0,015	0,003	0,032			
	Итого	160	4,16	4,80	6,85	87,23	35,200	0,064	0,272	1,120	0,048	0,160	192,000	22,400	144,000	233,600	0,015	0,003	0,032			
35/ГТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	40	7,67	5,58	1,42	86,61	12,480	0,059	0,058	1,034	0,176	0,611	20,080	32,527	102,943	113,932	0,105	0,018	0,006			
108/101	Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом	180	3,28	2,56	10,27	77,27	93,024	0,065	0,059	4,508	0,038	0,914	19,133	22,002	61,310	298,890	0,004	0,004	0,138			
40/409	Птица отварная	55	13,04	0,83	0,06	62,70	9,350	0,027	0,102	0,000	0,165	0,470	6,050	13,750	100,650	123,200	0,000	0,012	0,000			
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,65	2,25	21,48	120,94	710,100	0,064	0,048	2,460	0,039	0,838	28,548	26,369	54,625	155,496	0,003	0,000	0,173			
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141			
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002			
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007			
	Итого	600	29,88	11,62	61,71	475,44	826,234	0,252	0,277	10,402	0,418	3,665	93,211	103,260	353,592	749,290	0,114	0,036	0,467			
501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241			
2/561,632	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	50	5,56	6,06	24,85	148,17	16,910	0,042	0,064	0,328	0,488	0,472	15,210	8,158	62,848	79,199	0,008	0,003	0,058			
	Итого	230	5,73	6,10	29,42	167,50	17,33	0,04	0,07	0,41	0,49	1,17	27,09	13,37	69,69	99,91	0,01	0,00	0,30			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	40	1,76	4,10	2,84	55,30	15,600	0,010	0,046	0,600	0,220	0,317	14,898	4,280	27,239	44,198	0,002	0,003	0,010			
66/377	Голубцы ленивые	150	18,00	16,10	20,00	296,90	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062			
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157			
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004			
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007			
	Итого	415	22,73	20,63	49,25	474,16	53,70	0,16	0,24	8,24	0,58	4,20	91,81	52,32	268,14	602,23	0,01	0,01	0,24			
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00			
	Итого за день	73,00	53,17	187,02	1496,00	995,60	995,60	0,65	1,12	21,87	1,69	10,54	641,24	236,27	1060,57	2049,81	0,29	0,07	1,17			
	Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400			
	Процент удовлетворения суточной потребности	173,80	113,12	92,13	106,86	221,244	81,750	124,778	48,589	16,920	105,430	80,155	295,334	151,510	512,452	4128,571	433,333	83,786				

№ ТК ТК/№ реч.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины			Минеральные вещества										
			Б		Ж		У	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Завтрак																				
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051	
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002	
16/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121	
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003	
	Итого	396	16,86	18,08	24,30	327,12	192,38	0,14	0,50	2,41	1,92	2,61	222,09	43,34	299,63	350,24	0,03	0,03	0,18	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	
Обед																				
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	40	0,95	6,31	2,40	70,27	8,170	0,008	0,022	0,500	0,110	4,630	15,170	48,840	25,330	286,160	0,085	0,001	0,004	
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11,38	4,78	10,96	132,39	94,210	0,124	0,099	4,367	5,668	0,771	22,555	29,197	126,985	391,685	0,025	0,021	0,327	
57/ПТК	Суфле из субпродуктов	60	12,30	7,81	5,68	142,22	3036,060	0,148	1,117	8,678	1,004	4,009	31,481	14,766	205,609	196,234	0,007	0,024	0,135	
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030	
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,004	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014	
	Итого	635	30,25	22,06	74,25	617,56	3150,788	0,430	1,333	24,033	6,826	11,668	120,785	128,577	472,722	1466,660	0,126	0,050	0,688	
Полдник																				
3,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032	
	Кондитерские изделия (печенье, или вафля, или праники, конфеты, или др.)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,900	0,010	0,012	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000	
ГП	Итого	210	5,75	4,95	31,05	192,92	24,660	0,062	0,228	0,936	0,054	0,607	194,880	24,924	151,740	260,124	0,014	0,003	0,032	
Ужин																				
62/326	Сырники из творога	150	30,29	9,41	25,71	308,72	46,320	0,068	0,319	0,280	0,204	0,838	208,750	31,340	292,342	157,318	0,012	0,039	0,042	
2/490	Молоко стуженное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.) 1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143	
501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224	
	Итого	435	32,56	11,00	43,97	408,03	63,97	0,14	0,42	36,68	0,22	1,67	297,89	53,00	355,24	389,65	0,02	0,04	0,41	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
	Итого за день		87,22	56,27	178,79	1578,03	3521,80	0,83	2,54	82,06	9,02	17,90	859,28	272,10	1339,19	2898,95	0,30	0,12	1,31	
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		207,65	119,71	88,07	112,72	782,622	103,500	282,111	182,351	90,200	178,990	107,410	340,121	191,312	724,737	4328,571	786,667	93,500	

№ ТК ГК/№ рещ.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества									
		Г	Г	Б	Ж	У		А мкг	В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг	
																					Г
Завтрак																					
45/275	Каша "Дружба"	130	4,09	3,67	16,95	117,12	18,260	0,055	0,124	0,507	0,055	0,346	106,530	21,427	104,070	139,234	0,008	0,003	0,038		
6/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092		
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008		
	Итого	354	10,44	10,00	41,45	297,89	63,030	0,123	0,261	0,994	0,157	0,878	222,640	42,887	221,823	321,890	0,017	0,011	0,138		
2 завтрак																					
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000		
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000		
Обед																					
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0,70	2,68	2,34	36,32	293,400	0,021	0,019	1,042	0,000	0,232	8,190	10,525	19,136	51,510	0,001	0,000	0,012		
9/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5,41	2,60	12,24	94,04	78,198	0,048	0,056	3,200	0,026	1,307	24,809	21,800	63,156	283,405	0,002	0,000	0,125		
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,000	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002		
42/343	Рыба по-польски	60	10,57	5,07	4,41	105,58	31,032	0,060	0,121	0,159	0,479	0,797	38,746	28,427	148,113	216,945	0,071	0,012	0,324		
21/421	Рис отварной с овощами	110	2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200		
109/527	Компот из сухофруктов (кураги и изюма)	180	0,529	0,053	12,513	52,64	26,505	0,014	0,017	0,12	0	0,42	23,953	30,794	17,883	158,675	0	0	0,184		
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014		
	Итого	625	22,98	14,40	81,33	547,82	664,04	0,23	0,26	5,74	0,57	4,60	124,72	125,95	353,64	873,44	0,08	0,02	0,86		
Полдник																					
9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04		
23/583	квасное	50	4,56	4,28	29,20	173,53	23,472	0,049	2,044	0,026	0,147	0,524	20,962	6,669	43,574	57,262	0,002	0,003	0,005		
	Сушка на сметане	230	10,36	10,68	37,20	291,53	67,472	0,109	2,384	1,426	0,247	0,724	260,962	34,669	233,574	349,262	0,020	0,007	0,045		
	Итого	460	20,72	21,16	74,40	583,56	154,944	0,218	4,428	2,852	0,354	1,244	470,924	41,338	377,144	508,524	0,022	0,007	0,050		
Ужин																					
4/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7,83	7,92	12,67	153,19	322,854	0,086	0,118	25,280	0,070	1,803	67,258	39,054	119,051	579,074	0,008	0,012	0,070		
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003		
501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241		
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143		
	Итого	445	10,28	8,31	34,21	255,62	332,77	0,17	0,16	61,46	0,07	2,81	116,39	57,51	155,05	765,63	0,01	0,01	0,46		
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00		
	Итого за день		55,86	43,57	199,41	1425,26	1217,31	0,68	3,11	87,62	1,04	10,37	748,35	283,28	1023,93	2742,50	0,25	0,05	1,50		
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400		
	Процент удовлетворения суточной потребности		133,00	92,70	98,23	101,80	270,512	85,125	345,667	194,720	10,440	103,670	93,543	354,104	146,276	685,624	3500,000	340,000	107,214		

целя первая, день 5

№ ТК ТК/№ рещ.	Прием пищи/наименование блюда	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание										Минеральные вещества									
		Пищевые веществ.					Эн. цен.					Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Б	Ж	Г	Г	кккл	кккл	А	В1	В2	С	Е	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Завтрак																					
110/232	Каша пшеничная молочная жидкая	130	3,96	2,91	18,34	115,38	13,850	0,079	0,099	0,333	0,045	1,005	77,937	20,178	105,835	124,037	0,005	0,015	0,050		
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2,55	2,93	24,72	136,69	15,980	0,027	0,131	0,340	0,017	0,159	111,370	16,835	84,150	165,023	0,002	0,002	0,133		
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2,71	4,57	17,29	121,07	27,000	0,039	0,008	0,000	0,078	0,397	8,440	4,900	24,550	34,110	0,001	0,002	0,005		
	Итого	351	9,22	10,41	60,35	373,14	56,830	0,145	0,238	0,673	0,140	1,561	197,747	41,913	214,535	323,170	0,008	0,019	0,188		
2 завтрак																					
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008		
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008		
Обед																					
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000		
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	180	3,95	3,13	13,01	96,00	83,028	0,053	0,057	2,937	0,073	0,587	27,786	13,347	53,547	206,230	0,003	0,001	0,123		
48/373	Гуляш	60	11,29	8,56	1,13	126,58	19,500	0,025	0,071	0,315	0,000	0,690	13,972	2,400	81,930	102,810	0,003	0,000	0,001		
3,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5,96	4,60	26,04	169,38	14,100	0,155	0,084	0,000	0,065	2,924	13,057	87,653	130,937	158,779	0,001	0,003	0,076		
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141		
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
	Итого	605	23,76	16,73	69,34	525,08	119,91	0,28	0,23	7,65	0,14	5,27	83,42	117,61	310,08	581,99	0,01	0,01	0,35		
Полдник																					
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04		
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,900	0,010	0,012	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000		
	Итого	210	6,64	7,39	31,19	224,20	44,900	0,070	0,352	1,400	0,100	0,650	244,800	31,000	200,800	334,000	0,018	0,004	0,040		
Ужин																					
69/359	Сельдь с луком речным	60	8,29	7,61	0,74	104,94	9,600	0,014	0,064	0,900	14,400	0,600	41,190	20,460	134,890	118,950	0,000	0,000	0,003		
41/431	Картофель отварной	120	2,22	3,55	17,27	109,92	15,590	0,101	0,069	9,280	0,065	0,917	11,264	23,212	59,839	547,949	0,005	0,000	0,031		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003		
	Итого	400	14,81	11,70	42,03	336,26	115,19	0,21	0,19	28,18	14,47	3,58	72,65	72,07	283,73	1146,10	0,01	0,00	0,04		
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00		
	Итого за день	54,83	46,62	212,71	1505,68	341,83	341,83	0,73	1,03	47,91	14,84	13,35	625,66	272,26	1022,39	2663,53	0,16	0,03	0,63		
	Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400		
	Процент удовлетворения суточной потребности	130,55	99,20	104,79	107,55	75,962	91,500	114,889	106,456	148,430	133,480	340,321	78,207	340,321	665,883	2342,857	206,667	45,000			

№ ТК (ТТК)/№ реч.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн. цен.			Витамины					Минеральные вещества				
		Г	Ж	У	Б	Г	У	ккал	М	М	С	P	Fe	Ca	Mg	K	J	Se	F	
																				Г
Вторая неделя, день 2																				
Завтрак																				
37/121	Суп молочный с крупой	150	4,88	4,20	12,93	109,05	21,990	0,070	0,179	0,702	0,060	0,708	145,330	33,974	132,023	195,507	0,011	0,003	0,039	
16/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121	
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1,95	0,2	20,1	88,75	0	0,029	0,003	0,06	0	0,431	6,68	4,34	17,33	38,73	0,001	0,002	0,004	
	Итого	367	9,43	6,44	41,40	260,00	33,230	0,124	0,286	1,204	0,086	1,466	248,346	54,315	223,034	353,020	0,019	0,006	0,164	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	
Обед																				
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,70	45,900	0,007	0,015	2,100	0,000	0,930	12,300	4,500	11,100	94,500	0,000	0,000	0,000	
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2,98	2,95	7,90	70,03	105,150	0,040	0,049	6,168	0,027	0,801	31,591	17,519	48,018	268,596	0,005	0,001	0,130	
113/284	Запеканка картофельная с мясом	132	10,64	6,16	18,33	171,34	248,178	0,134	0,159	9,580	0,183	2,227	23,091	38,841	159,616	675,039	0,010	0,016	0,071	
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014	
	Итого	577	17,60	12,31	66,43	448,06	412,55	0,24	0,25	18,01	0,21	5,89	100,48	81,20	277,56	1201,54	0,02	0,02	0,38	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04	
111/569	Шанежка наливная	50	4,00	3,43	22,36	136,33	16,656	0,048	0,047	0,084	0,081	0,420	27,894	7,159	44,936	62,985	0,002	0,002	0,005	
	Итого	230	9,80	9,83	30,36	254,33	60,656	0,108	0,387	1,484	0,181	0,620	267,894	35,159	234,936	354,985	0,020	0,006	0,045	
Ужин																				
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	150	23,89	8,69	35,61	316,21	45,582	0,074	0,250	0,198	0,271	0,906	153,375	25,274	228,880	136,145	0,009	0,030	0,032	
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143	
	Итого	425	24,89	8,99	50,64	386,82	55,16	0,14	0,30	133,80	0,27	1,21	200,30	38,83	246,24	283,52	0,01	0,03	0,37	
Соль пищевая поваренная йодированная на весь день																				
	Итого за день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
Суточная потребность																				
	Процент удовлетворения суточной потребности		63,52	37,75	194,05	1381,61	651,60	0,66	1,27	172,50	0,75	10,54	840,66	231,76	1041,61	2625,34	0,19	0,06	0,96	
			42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
			151,24	80,33	95,59	98,69	144,799	82,500	141,444	383,331	7,480	105,360	105,082	289,704	148,802	656,334	2657,143	413,333	68,500	

№ ТК (ТТК)/№ рен.	Принем пищи/наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества									
		Вес блюда				У	А	В1	В2	С	Р	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		Г	Ж	Г															
Вторая неделя, день 3																			
Завтрак																			
56/266	Каша "Рябчик"	130	4,19	3,58	15,19	109,89	17,760	0,063	0,131	0,510	0,052	0,561	107,080	27,054	107,808	148,752	0,008	0,003	0,037
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008
	Итого	354	10,54	9,91	39,69	290,66	62,530	0,131	0,268	0,997	0,154	1,093	223,190	48,514	225,561	331,408	0,017	0,011	0,137
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
Обед																			
71/59	Салат "Рубин"	40	0,62	3,07	7,41	60,37	1,012	0,011	0,017	1,360	0,000	0,618	16,494	23,693	20,137	141,862	0,002	0,000	0,015
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	5,35	3,63	13,69	108,85	128,240	0,090	0,120	7,128	0,359	1,126	27,726	24,856	88,552	454,349	0,007	0,006	0,138
40/409	Птица отварная	55	13,04	0,83	0,06	62,70	9,350	0,027	0,102	0,000	0,165	0,470	6,050	13,750	100,650	123,200	0,000	0,012	0,000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,65	2,25	21,48	120,94	710,100	0,064	0,048	2,460	0,039	0,838	28,548	26,369	54,625	155,496	0,003	0,000	0,173
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	600	24,90	10,18	71,12	480,78	849,982	0,229	0,297	13,348	0,563	3,884	98,218	97,280	298,028	932,679	0,014	0,020	0,476
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
95/583	Маннык со сушеным молоком	75	6,32	7,72	39,81	254,19	44,186	0,056	0,151	0,287	0,215	0,538	104,241	16,073	102,996	156,720	0,005	0,003	0,021
	Итого	255	12,12	14,12	47,81	372,19	88,186	0,116	0,491	1,687	0,315	0,738	344,241	44,073	292,996	448,720	0,023	0,007	0,061
Ужин																			
31/386(88/395)	Котлеты, биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	60	10,68	12,11	5,26	172,53	7,824	0,045	0,104	0,262	0,092	1,535	21,720	14,330	116,062	193,330	0,005	0,002	0,037
24/201	Рагу из овощей	120	1,88	1,49	10,63	63,53	127,04	0,061	0,05	11,7	0,026	0,731	27,61	20,436	46,102	370,91	0,004	0,001	0,057
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	405	15,65	14,05	41,86	356,90	135,34	0,15	0,17	12,85	0,12	3,84	71,36	47,95	204,62	643,56	0,01	0,01	0,34
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь лить	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Итого за день	63,61	48,66	210,27	1547,53	1141,04	0,66	1,25	38,88	1,15	11,85	764,05	1034,45	247,48	1034,64	2634,64	0,19	0,04	1,02
	Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	Процент удовлетворения суточной потребности	151,45	103,54	103,58	110,54	253,564	82,500	138,444	86,393	11,500	118,450	95,506	309,351	147,779	658,660	2671,429	286,667	73,143	

№ ТК ГКУ/№ реч.	Принем пищи/наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Эн. цен.		Витамины				Минеральные вещества									
		г	г	Б	Ж	У	ккал	ккэл	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
																						г
Завтрак																						
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051			
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002			
6/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121			
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003			
	Итого	396	16,86	18,08	24,30	327,12	192,38	0,14	0,50	2,41	1,92	2,61	222,09	43,34	299,63	350,24	0,03	0,03	0,18			
2 завтрак																						
9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4,16	4,8	6,85	87,23	35,2	0,064	0,272	1,12	0,048	0,16	192	22,4	144	233,6	0,015	0,003	0,032			
	Итого	160	4,16	4,80	6,85	87,23	35,200	0,064	0,272	1,120	0,048	0,160	192,000	22,400	144,000	233,600	0,015	0,003	0,032			
Обед																						
8/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000			
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	180	3,47	2,42	13,31	88,90	113,796	0,063	0,049	4,620	0,023	0,703	17,523	16,519	50,889	290,691	0,003	0,000	0,136			
73/374	Жаркое по-домашнему	150	9,67	8,87	14,07	174,76	267,840	0,098	0,108	7,560	0,000	1,291	23,882	25,677	111,250	498,245	0,007	0,000	0,034			
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,004	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176			
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002			
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014			
	Итого	605	16,68	11,87	67,36	444,72	383,80	0,23	0,18	16,42	0,02	3,67	74,62	61,09	220,97	935,80	0,01	0,00	0,36			
Полдник																						
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2,00	0,20	5,80	36,00	100,000	0,060	0,060	20,000	0,000	1,400	14,000	24,000	64,000	480,000	0,000	0,000	0,000			
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,900	0,010	0,012	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000			
	Итого	230	2,84	1,19	28,99	142,20	100,900	0,070	0,072	20,000	0,000	1,850	18,800	27,000	74,800	522,000	0,000	0,000	0,000			
Ужин																						
93/319	Запеканка из творога	130	26,44	9,81	18,41	267,75	50,885	0,057	0,321	0,431	0,217	0,673	218,057	30,540	276,276	173,568	0,014	0,034	0,044			
2/490	Молоко стуженное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143			
501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224			
	Итого	415	28,71	11,40	36,67	367,06	68,54	0,13	0,42	36,83	0,23	1,50	307,19	52,20	339,18	405,90	0,02	0,03	0,41			
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день.	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00			
	Итого за день		69,24	47,34	164,17	1368,33	780,82	0,63	1,45	76,78	2,22	9,88	825,75	206,69	1080,83	2447,81	0,19	0,07	0,99			
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400			
	Процент удовлетворения суточной потребности		164,86	100,71	80,87	97,74	173,515	78,875	161,111	170,622	22,240	98,820	103,218	258,356	154,405	611,953	2757,143	440,000	70,357			

№ ТК (ГТК)/№ рев.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Р	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Вторая неделя, день 5																			
Завтрак																			
45/275	Каша "Дружба"	130	4,09	3,67	16,95	117,12	18,260	0,055	0,124	0,507	0,055	0,346	106,530	21,427	104,070	139,234	0,008	0,003	0,038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008
	Итого	354	10,44	10,00	41,45	297,89	63,030	0,123	0,261	0,994	0,157	0,878	222,640	42,887	221,823	321,890	0,017	0,011	0,138
2 завтрак																			
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
Обед																			
38/71	Салат "Полевой"	40	0,69	2,73	4,04	43,63	86,590	0,027	0,019	2,491	0,000	0,284	6,393	8,363	19,150	122,383	0,001	0,000	0,010
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3,03	2,96	9,65	77,33	82,610	0,041	0,051	4,670	0,027	0,953	31,823	18,865	51,630	282,130	0,005	0,000	0,140
66/377	Голубцы ленивые	150	18,00	16,10	20,00	296,90	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
30/452	Соус сметанный натуральный	20	0,60	3,30	1,33	37,48	15,650	0,006	0,018	0,032	0,027	0,047	15,872	1,710	11,663	20,534	0,002	0,000	0,003
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0,24	0,24	28,79	119,79	0,000	0,012	0,024	1,178	0,000	0,248	14,884	6,607	7,262	0,292	0,000	0,000	0,056
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	Итого	625	25,66	25,85	89,11	694,38	222,95	0,24	0,31	14,93	0,42	5,78	137,58	82,29	340,78	984,77	0,02	0,01	0,29
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
34/583	квасное	50	3,82	6,18	25,86	174,26	28,830	0,045	0,047	0,065	0,178	0,435	21,402	6,242	41,419	53,819	0,002	0,002	0,003
	Булочка домашняя	230	9,62	12,58	33,86	292,26	72,830	0,105	0,387	1,465	0,278	0,635	261,402	34,242	231,419	345,819	0,020	0,006	0,043
	Итого	460	19,24	25,16	67,72	584,52	145,460	0,210	0,724	2,930	0,356	1,073	482,804	68,724	362,838	691,448	0,040	0,012	0,086
Ужин																			
42/343	Рыба по-польски	60	10,57	5,07	4,41	105,58	31,032	0,060	0,121	0,159	0,479	0,797	38,746	28,427	148,113	216,945	0,071	0,012	0,324
61/431	Картофель тушеный	120	2,09	2,99	15,39	96,81	277,6	0,09	0,064	7,98	0	0,907	16,025	26,631	61,013	472,287	0,005	0	0,037
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
25/501,502,503	чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	Итого	475	15,11	8,45	41,34	304,82	318,55	0,23	0,22	44,32	0,48	2,72	103,90	73,52	245,12	875,79	0,08	0,01	0,75
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Итого за день		61,23	57,29	215,56	1636,35	682,36	0,72	1,20	71,71	1,33	12,29	752,56	242,60	1052,39	2806,54	0,26	0,04	1,22
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	Процент удовлетворения суточной потребности		145,79	121,89	106,18	116,88	151,635	90,500	133,222	159,360	13,320	122,920	94,070	303,250	150,342	701,635	3671,429	273,333	87,429

№ ТК (ТТК)/№ рел.	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																							
	Принем пищи/наименование блюда		Вес		Пищевые вещества (г)		Эн. цен.		Витамины		Минеральные вещества													
	Г	Б	Ж	Г	Г	Г	Ккал	ккал	А	В1	В2	С	Е	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	Mg		
Неделя третья, день 1																								
Завтрак																								
112/171	Суп молочный с макаронными изделиями		130	4,27	3,51	13,37	102,19	18,954	0,047	0,145	0,608	0,052	0,253	126,166	15,811	99,823	152,721	0,010	0,002	0,034				
36/513,514	Кофейный напиток со стуженым молоком		180	2,55	2,93	24,72	136,69	15,980	0,027	0,131	0,340	0,017	0,159	111,370	16,835	84,150	165,023	0,002	0,002	0,133				
94/306	Яйцо отварное		40	4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019				
27/99,100	Бутерброд с маслом		26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003				
	Итого		376	13,18	14,94	48,28	381,40	124,334	0,119	0,427	0,948	1,027	1,514	262,336	39,796	265,763	384,384	0,020	0,016	0,189				
2 завтрак																								
ГП	Сок фруктовый (овощной)		180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000				
	Итого		180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000				
Обед																								
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие		40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000				
107/159	Суп-уха с рыбой		180	11,38	4,78	10,96	132,39	94,210	0,124	0,099	4,367	5,668	0,771	22,555	29,197	126,985	391,685	0,025	0,021	0,327				
6/375	Плов с мясом		130	12,51	10,14	23,63	235,65	130,65	0,047	0,082	0,624	0,029	1,011	22,19	20,69	125,57	144,023	0,003	0,004	0,072				
22/479	Кисель из ягод свежемороженых		180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141				
ГП	Хлеб пшеничный		15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002				
ГП	Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007				
	Итого		565	26,45	15,36	63,75	501,16	228,140	0,216	0,199	9,391	5,697	2,854	73,345	64,099	296,219	649,880	0,030	0,027	0,549				
Полдник																								
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое		180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04				
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)		30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,900	0,010	0,012	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000				
	Итого		210	6,64	7,39	31,19	224,20	44,900	0,070	0,352	1,400	0,100	0,650	244,800	31,000	200,800	334,000	0,018	0,004	0,040				
Ужин																								
76/82	Винегрет овощной		40	0,65	4,06	3,01	51,32	51,123	0,020	0,014	2,090	0,000	0,294	8,097	7,190	17,213	84,677	0,001	0,000	0,007				
11/307	Омлет натуральный		150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051				
25/501,502,503	Чай с сахаром		180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241				
ГП	Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007				
ГП	Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003				
	Итого		410	14,84	15,99	30,02	323,99	193,68	0,13	0,40	2,54	1,82	3,60	140,85	36,43	245,03	331,02	0,02	0,03	0,31				
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день		3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00				
	Итого за день			62,91	53,85	178,46	1463,15	681,05	0,58	1,44	32,28	8,64	9,96	744,97	193,58	1067,66	2131,55	0,21	0,07	1,09				
	Суточная потребность			42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	400,000	0,007	0,015	1,400			
	Процент удовлетворения суточной потребности			149,78	114,58	87,91	104,51	151,345	73,000	159,556	71,724	86,440	99,610	93,122	241,975	152,523	532,888	3014,286	480,000	77,643				

№ ТК (ГТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины						Минеральные вещества							
			Б		Ж			У	А	В1	В2	С	Р	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	г		г	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя третья, день 2																					
Завтрак																					
15/230	Каша манная молочная жидкая	150	3,86	3,36	16,72	112,54	16,740	0,040	0,103	0,299	0,054	0,231	89,835	12,849	75,742	115,709	0,006	0,001	0,062		
16/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121		
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1,95	0,2	20,1	88,75	0	0,029	0,003	0,06	0	0,431	6,68	4,34	17,33	38,73	0,001	0,002	0,004		
	Итого	367	8,41	5,60	45,19	263,49	27,980	0,094	0,210	0,801	0,080	0,989	192,851	33,190	166,753	273,222	0,014	0,004	0,187		
2 завтрак																					
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008		
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008		
Обед																					
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0,70	2,68	2,34	36,32	293,400	0,021	0,019	1,042	0,000	0,232	8,190	10,525	19,136	51,510	0,001	0,000	0,012		
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	3,29	3,03	11,91	88,21	86,370	0,059	0,053	5,270	0,027	0,684	21,391	17,845	55,193	291,982	0,004	0,001	0,132		
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10,25	7,64	3,56	124,24	2969,770	0,131	1,044	7,840	0,715	3,558	14,327	10,405	167,968	148,661	0,004	0,020	0,129		
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030		
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165		
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
	Итого	615	19,07	16,31	62,66	474,59	3375,04	0,34	1,21	22,57	0,79	6,65	101,36	77,60	348,28	1129,08	0,02	0,02	0,48		
Полдник																					
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04		
23/583	Сушка на сметане	50	4,56	4,28	29,20	173,53	23,472	0,049	2,044	0,026	0,147	0,524	20,962	6,669	43,574	57,262	0,002	0,003	0,005		
	Итого	230	10,36	10,68	37,20	291,53	67,472	0,109	2,384	1,426	0,247	0,724	260,962	34,669	233,574	349,262	0,020	0,007	0,045		
Ужин																					
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000		
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040		
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
	Итого	415	13,60	9,39	37,71	292,33	73,42	0,12	0,14	124,67	0,00	3,17	93,97	46,85	160,35	595,92	0,01	0,01	0,24		
Соль пищевая поваренная водированная на весь день																					
		3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00		
Итого за день																					
			51,84	42,38	192,56	1368,94	3548,91	0,69	3,97	159,46	1,11	13,81	676,19	201,96	922,21	2625,74	0,18	0,04	0,96		
Суточная потребность																					
			42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400		
Процент удовлетворения суточной потребности																					
			123,43	90,16	94,86	97,78	788,647	86,625	440,667	354,360	11,130	138,120	84,523	252,450	131,744	656,436	2600,000	273,333	68,643		

№ ТК (ГТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эв. цен.	Витамины				Минеральные вещества							
			Б		Ж			А	В1	В2	С	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	г													
Неделя третья, день 3																			
Завтрак																			
50/ГТК	Каша молочная с фруктами (или тыковой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008
	Итого	354	10,50	10,01	39,79	291,68	63,140	0,139	0,263	1,692	0,154	1,262	226,090	44,262	222,897	364,509	0,018	0,010	0,135
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4,16	4,8	6,85	87,23	35,2	0,064	0,272	1,12	0,048	0,16	192	22,4	144	233,6	0,015	0,003	0,032
	Итого	160	4,16	4,80	6,85	87,23	35,200	0,064	0,272	1,120	0,048	0,160	192,000	22,400	144,000	233,600	0,015	0,003	0,032
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000
101/154,175	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	6,59	5,38	9,90	114,35	79,700	0,071	0,081	5,240	0,058	1,274	16,089	21,572	86,990	388,930	0,005	0,001	0,133
40/409	Птица отварная	55	13,04	0,83	0,06	62,70	9,350	0,027	0,102	0,000	0,165	0,470	6,050	13,750	100,650	123,200	0,000	0,012	0,000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,65	2,25	21,48	120,94	710,100	0,064	0,048	2,460	0,039	0,838	28,548	26,369	54,625	155,496	0,003	0,000	0,173
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	600	25,84	8,90	60,60	431,11	802,430	0,207	0,249	12,100	0,262	3,654	79,287	75,903	285,929	781,798	0,010	0,015	0,456
Полдник																			
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157
98/560,626,627	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	7,21	3,33	23,44	152,58	18,142	0,050	0,075	0,087	0,134	0,496	43,172	9,459	72,983	66,492	0,003	0,008	0,008
	Итого	230	7,30	3,36	28,59	173,79	18,142	0,053	0,078	1,167	0,134	0,605	53,076	13,348	74,710	84,395	0,003	0,008	0,165
Ужин																			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	40	1,76	4,10	2,84	55,30	15,600	0,010	0,046	0,600	0,220	0,317	14,898	4,280	27,239	44,198	0,002	0,003	0,010
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7,83	7,92	12,67	153,19	322,854	0,086	0,118	25,280	0,070	1,803	67,258	39,054	119,051	579,074	0,008	0,012	0,070
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	415	12,68	12,47	41,48	329,33	338,93	0,14	0,18	26,76	0,29	3,70	104,18	56,52	188,74	702,60	0,01	0,02	0,33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Итого за день		60,48	39,54	177,31	1313,14	1257,84	0,61	1,04	42,84	0,89	9,47	665,68	213,10	918,53	2167,17	0,18	0,05	1,12
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	Процент удовлетворения суточной потребности		143,99	84,13	87,34	93,80	279,520	75,875	115,778	95,204	8,880	94,650	83,210	266,369	131,218	541,792	2542,857	353,333	79,714

№ ТК (ТК)/№ рсн.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины			Минеральные вещества									
			Б		Ж		А	В1	В2	С	Г	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г														
Неделя третья, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002
16/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121
3/96,97	Булгурод. с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008
	Итого	414	19,22	18,05	29,32	356,94	198,93	0,16	0,53	2,45	1,92	2,74	238,19	46,81	326,34	368,81	0,03	0,03	0,18
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
Обед																			
87/59,22 78/47	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)	40	0,59	3,05	5,72	52,65	0,590	0,010	0,014	1,360	0,000	0,550	14,590	21,390	18,390	115,720	0,020	0,000	0,016
	Суп с лапшой, с мясом птицы	150	4,73	3,81	8,24	86,12	78,650	0,031	0,033	0,470	0,019	0,453	12,892	8,453	41,220	66,723	0,001	0,000	0,143
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8,39	4,99	8,15	111,08	14,380	0,076	0,084	0,322	0,236	0,746	35,658	24,321	116,062	179,529	0,055	0,009	0,254
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	Итого	605	19,33	15,00	77,32	522,54	105,968	0,267	0,226	12,640	0,299	4,007	114,719	89,938	290,470	954,553	0,085	0,013	0,635
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,900	0,010	0,012	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Итого	210	6,64	7,39	31,19	224,20	44,900	0,070	0,352	1,400	0,100	0,650	244,800	31,000	200,800	334,000	0,018	0,004	0,040
Ужин																			
63/325	Пудинг творожный	130	21,95	7,88	28,51	272,74	37,404	0,058	0,256	0,196	0,277	1,027	157,506	58,552	227,666	199,262	0,010	0,029	0,060
2/490	Молоко ступенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224
	Итого	415	24,22	9,47	46,77	372,05	55,05	0,13	0,36	36,60	0,29	1,86	246,64	80,21	290,57	431,59	0,01	0,03	0,43
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Итого за день		71,21	50,09	189,82	1508,13	494,85	0,68	1,52	71,09	2,61	10,61	867,99	270,22	1168,03	2521,23	0,27	0,08	1,29
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	Процент удовлетворения суточной потребности		169,55	106,58	93,51	107,72	109,967	84,625	168,778	157,978	26,100	106,050	108,499	337,770	166,861	630,307	3785,714	506,667	91,929

№ ТК (ТК)/№ рсн.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
			Б		Ж		А	В1	В2	С	I	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г														
Неделя третья, день 5																			
Завтрак																			
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	130	6,96	6,27	29,57	202,52	30,780	0,060	0,043	0,028	0,161	0,736	86,187	9,448	79,622	55,344	0,001	0,001	0,009
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2,71	4,57	17,29	121,07	27	0,039	0,008	0	0,078	0,397	8,44	4,9	24,55	34,11	0,001	0,002	0,005
	Итого	351	12,09	12,75	56,42	388,72	69,000	0,130	0,155	0,470	0,265	1,298	189,197	29,538	180,415	233,380	0,009	0,006	0,106
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4,16	4,8	6,85	87,23	35,2	0,064	0,272	1,12	0,048	0,16	192	22,4	144	233,6	0,015	0,003	0,032
	Итого	160	4,16	4,80	6,85	87,23	35,200	0,064	0,272	1,120	0,048	0,160	192,000	22,400	144,000	233,600	0,015	0,003	0,032
Обед																			
43/ГТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	7,07	3,27	1,94	65,69	10,050	0,058	0,049	1,362	0,110	0,697	17,940	31,421	93,115	121,748	0,099	0,016	0,003
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3,14	3,19	10,70	83,95	84,510	0,057	0,051	4,448	0,027	0,668	21,480	16,640	57,245	285,943	0,003	0,001	0,131
26/ГТК	Субпродукты в соусе	60	13,32	5,69	5,61	126,89	3879,050	0,171	1,355	10,304	0,989	4,685	10,813	13,320	215,648	184,999	0,004	0,027	0,199
21/421	Рис отварной с овощами	110	2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0,24	0,24	28,79	119,79	0,000	0,012	0,024	1,178	0,000	0,248	14,884	6,607	7,262	0,292	0,000	0,000	0,056
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,000	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	605	28,56	16,18	87,91	613,56	4208,51	0,37	1,52	18,51	1,19	7,57	90,53	98,40	460,22	727,29	0,11	0,05	0,60
Полдник																			
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,901	34,514	0,081	0,008	0,02	97,5	0	0,21	13,679	3,105	1,206	0,125	0	0	0,193
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	2,25	1,64	17,28	92,86	8,920	0,027	0,027	0,052	0,073	0,333	12,762	4,103	24,587	38,807	0,001	0,002	0,002
	Итого	230	2,49	1,75	25,18	127,37	9,001	0,035	0,047	97,552	0,073	0,543	26,441	7,208	25,793	38,932	0,001	0,002	0,195
Ужин																			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	40	1,76	4,10	2,84	55,30	15,600	0,010	0,046	0,600	0,220	0,317	14,898	4,280	27,239	44,198	0,002	0,003	0,010
66/377	Голубцы лепные	150	18,00	16,10	20,00	296,90	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,033	0,002	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,002	0,002	0,005
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241
	Итого	420	23,19	20,68	51,13	484,03	54,12	0,16	0,25	7,24	0,58	4,84	94,78	54,34	276,51	609,69	0,02	0,01	0,33
Соль пищевая поваренная йодированная на весь день																			
	Итого за день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Суточная потребность		70,48	56,16	227,49	1700,91	4375,83	0,75	2,24	124,90	2,16	14,50	604,00	212,54	1089,19	1843,16	0,27	0,08	1,26
	Процент удовлетворения суточной потребности		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
			167,82	119,50	112,07	121,49	972,406	94,250	248,333	277,549	21,610	144,970	75,500	265,675	155,598	460,790	3857,143	506,667	89,714

№ ТК ГТК/№ рец.	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание										Минеральные вещества									
	Вес блюда					Пищевые вещества (г)					Витамины					Минеральные вещества				
	г	Б	Ж	У	Эн. цен.	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F		
г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг		
Завтрак																				
15/230	130	3,35	2,91	14,49	97,54	14,510	0,035	0,089	0,259	0,047	0,200	77,857	11,136	65,643	100,281	0,005	0,001	0,054		
36/513,514	180	2,55	2,93	24,72	136,69	15,980	0,027	0,131	0,340	0,017	0,159	111,370	16,835	84,150	165,023	0,002	0,002	0,133		
7/99,100/83(1 2)	41	2,71	4,57	17,29	121,07	27	0,039	0,008	0	0,078	0,397	8,44	4,9	24,55	34,11	0,001	0,002	0,005		
Итого	351	8,61	10,41	56,50	355,30	57,490	0,101	0,228	0,599	0,142	0,756	197,667	32,871	174,343	299,414	0,008	0,005	0,192		
2 завтрак																				
ГП	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000		
Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000		
Обед																				
28 (11)	40	0,95	6,31	2,40	70,27	8,170	0,008	0,022	0,500	0,110	4,630	15,170	48,840	25,330	286,160	0,085	0,001	0,004		
29/136	180	3,03	2,96	9,65	77,33	82,610	0,041	0,051	4,670	0,027	0,953	31,823	18,865	51,630	282,130	0,005	0,000	0,140		
48/373	60	11,29	8,56	1,13	126,58	19,500	0,025	0,071	0,315	0,000	0,690	13,972	2,400	81,930	102,810	0,003	0,000	0,001		
1,85 (243,248)	110	5,96	4,60	26,04	169,38	14,100	0,155	0,084	0,000	0,065	2,924	13,057	87,653	130,937	158,779	0,001	0,003	0,076		
22/479	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141		
ГП	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002		
ГП	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
Итого	605	23,47	22,83	67,70	571,48	125,66	0,27	0,24	7,89	0,20	10,03	93,42	166,37	323,89	887,65	0,10	0,01	0,37		
Полдник																				
8,9/535,534	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04		
ГП	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,000	0,032	0,012	0,000	0,000	0,400	4,600	6,800	17,800	27,200	0,001	0,001	0,003		
Итого	200	7,40	6,60	17,82	165,60	44,000	0,092	0,352	1,400	0,100	0,600	244,600	34,800	207,800	319,200	0,019	0,005	0,043		
Ужин																				
69/359	60	8,29	7,61	0,74	104,94	9,600	0,014	0,064	0,900	14,400	0,600	41,190	20,460	134,890	118,950	0,000	0,000	0,003		
41/431	120	2,22	3,55	17,27	109,92	15,590	0,101	0,069	9,280	0,065	0,917	11,264	23,212	59,839	547,949	0,005	0,000	0,031		
1/501,504,505	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237		
ГП	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
ГП	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003		
Итого	400	13,22	11,57	41,52	323,95	25,67	0,16	0,15	11,06	14,47	3,04	73,48	56,16	233,93	741,57	0,01	0,00	0,28		
Соль пищевая поваренная йодированная на весь день																				
Итого за день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00		
Суточная потребность		54,50	51,59	188,76	1448,73	342,82	0,67	1,02	38,95	14,91	15,77	632,81	312,46	999,81	2680,11	0,25	0,02	0,89		
Процент удовлетворения суточной потребности		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400		
		129,76	109,76	92,99	103,48	76,181	83,750	113,444	86,549	149,090	157,710	79,101	390,576	142,831	670,027	3571,429	120,000	63,357		

№ ТК (ТТК)/№ рсн.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
		Г	Ж	Б	Г	Ж	Б		А	В1	В2	С	Г	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя четвертая, день 3																					
Завтрак																					
	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035		
50/ТТК		180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092		
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008		
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	354	10,50	10,01	39,79	291,68	63,14	0,14	0,26	1,69	0,15	1,26	226,09	44,26	222,90	364,51	0,02	0,01	0,14		
	Итого																				
	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4,16	4,8	6,85	87,23	35,2	0,064	0,272	1,12	0,048	0,16	192	22,4	144	233,6	0,015	0,003	0,032		
8,9/535,534		160	4,16	4,80	6,85	87,23	35,200	0,064	0,272	1,120	0,048	0,160	192,000	22,400	144,000	233,600	0,015	0,003	0,032		
	Итого																				
Обед																					
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	40	7,67	5,58	1,42	86,61	12,480	0,059	0,058	1,034	0,176	0,611	20,080	32,527	102,943	113,932	0,105	0,018	0,006		
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5,41	2,60	12,24	94,04	78,198	0,048	0,056	3,200	0,026	1,307	24,809	21,800	63,156	283,405	0,002	0,000	0,125		
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002		
70/325	Азу	60	8,81	8,43	2,62	121,68	5,100	0,031	0,064	1,420	0,000	1,310	10,572	13,024	88,958	170,878	0,003	0,000	0,029		
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,65	2,25	21,48	120,94	710,100	0,064	0,048	2,460	0,039	0,838	28,548	26,369	54,625	155,496	0,003	0,000	0,173		
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
	Итого	605	27,78	19,26	66,24	551,19	807,16	0,24	0,24	10,51	0,24	4,90	103,41	102,33	343,75	781,48	0,12	0,02	0,48		
Полдник																					
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241		
81/596	Творожники песочные	50	5,67	7,41	21,26	174,42	37,520	0,035	0,072	0,035	0,246	0,444	32,771	6,934	59,534	46,961	0,002	0,007	0,008		
	Итого	230	5,84	7,45	25,83	193,75	37,935	0,036	0,080	0,118	0,246	1,140	44,651	12,143	66,378	67,670	0,002	0,007	0,249		
Ужин																					
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000		
82/355	Тертые рыбные	60	7,44	3,85	4,77	83,48	10,188	0,048	0,077	0,483	0,151	0,458	43,226	23,460	112,574	183,754	0,054	0,007	0,248		
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007		
	Итого	420	12,94	6,89	35,54	259,91	114,37	0,22	0,23	28,73	0,20	3,36	96,19	77,14	263,74	1202,87	0,06	0,01	0,29		
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00		
	Итого за день		61,22	48,41	174,25	1383,76	1057,80	0,70	1,08	42,18	0,88	10,90	673,38	258,94	1043,01	2650,40	0,33	0,05	1,18		
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400		
	Процент удовлетворения суточной потребности		145,77	103,00	85,84	98,84	235,067	87,375	119,556	93,722	8,840	109,040	84,172	323,673	149,001	662,601	4728,571	326,667	84,571		

№ ТК (ГТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины			Минеральные вещества									
			Б				У	А	В1	В2	С	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	ж	б														
Неделя четвертая, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002
16/510,511	Какао с молоком	180	2,60	2,04	8,37	62,20	11,240	0,025	0,104	0,442	0,026	0,327	96,336	16,001	73,681	118,783	0,007	0,001	0,121
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
	Итого	396	16,86	18,08	24,30	327,12	192,38	0,14	0,50	2,41	1,92	2,61	222,09	43,34	299,63	350,24	0,03	0,03	0,18
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
Обед																			
54/ГТК	Салат "Сытный"	40	1,41	2,96	1,46	38,12	14,610	0,014	0,044	1,864	0,198	0,345	11,413	4,990	25,630	62,600	0,002	0,002	0,007
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11,38	4,78	10,96	132,39	94,210	0,124	0,099	4,367	5,668	0,771	22,555	29,197	126,985	391,685	0,025	0,021	0,327
113/284	Запеканка картофельная с мясом	132	10,64	6,16	18,33	171,34	248,178	0,134	0,159	9,580	0,183	2,227	23,091	38,841	159,616	675,039	0,010	0,016	0,071
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0,24	0,24	28,79	119,79	0,000	0,012	0,024	1,178	0,000	0,248	14,884	6,607	7,262	0,292	0,000	0,056	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	Итого	587	26,77	14,66	84,84	580,89	357,00	0,34	0,34	16,99	6,05	4,92	82,14	89,74	366,04	1200,77	0,04	0,04	0,48
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,900	0,010	0,012	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	210	6,64	7,39	31,19	224,20	44,900	0,070	0,352	1,400	0,100	0,650	244,800	31,000	200,800	334,000	0,018	0,004	0,040
Ужин																			
93/319	Запеканка из творога	130	26,44	9,81	18,41	267,75	50,885	0,057	0,321	0,431	0,217	0,673	218,057	30,540	276,276	173,568	0,014	0,034	0,044
2/490	Молоко густое	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224
	Итого	415	28,71	11,40	36,67	367,06	68,54	0,13	0,42	36,83	0,23	1,50	307,19	52,20	339,18	405,90	0,02	0,03	0,41
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Итого за день	80,78	51,71	182,22	1531,67	752,81	1,67	75,63	8,30	11,03	879,87	238,53	1265,50	2723,18	0,22	0,11	1,11	Se	F
	Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	Процент удовлетворения суточной потребности	192,33	110,02	89,76	109,41	167,292	91,500	185,667	168,064	83,020	110,250	110,250	109,983	298,164	180,786	680,795	3185,714	706,667	79,143

№ ТК (ТТК)/№ рецеп.	Прием пищи/наименование блюда	Пищевые вещества (г)				Эн. цен.	Витамины				Минеральные вещества									
		Б		Ж			У	А	В1	В2	С	Мг.	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г															
Неделя четвертая, день 5																				
Завтрак																				
45/275	Каша "Дружба"	130	4,09	3,67	16,95	117,12	18,260	0,055	0,124	0,507	0,055	0,346	106,530	21,427	104,070	139,234	0,008	0,003	0,038	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2,42	1,91	9,56	65,13	11,220	0,031	0,104	0,442	0,026	0,165	94,570	15,190	76,243	143,926	0,007	0,003	0,092	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,93	4,42	14,94	115,64	33,550	0,037	0,033	0,045	0,076	0,367	21,540	6,270	41,510	38,730	0,002	0,005	0,008	
	Итого	354	10,44	10,00	41,45	297,89	63,030	0,123	0,261	0,994	0,157	0,878	222,640	42,887	221,823	321,890	0,017	0,011	0,138	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4,16	4,8	6,85	87,23	35,2	0,064	0,272	1,12	0,048	0,16	192	22,4	144	233,6	0,015	0,003	0,032	
	Итого	160	4,16	4,80	6,85	87,23	35,200	0,064	0,272	1,120	0,048	0,160	192,000	22,400	144,000	233,600	0,015	0,003	0,032	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соевые или свежие	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,000	0,008	0,008	2,000	0,000	0,240	9,200	5,600	9,600	56,400	0,000	0,000	0,000	
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3,14	3,19	10,70	83,95	84,510	0,057	0,051	4,448	0,027	0,668	21,480	16,640	57,245	285,943	0,003	0,001	0,131	
65/417	Котлеты, биточки, шницели куриные	60	8,99	9,18	5,67	141,25	23,472	0,042	0,076	0,435	0,057	0,624	25,098	10,562	81,041	114,930	0,003	0,001	0,055	
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5,96	4,60	26,04	169,38	14,100	0,155	0,084	0,000	0,065	2,924	13,057	87,653	130,937	158,779	0,001	0,003	0,076	
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007	
	Итого	605	20,62	17,36	64,58	498,24	124,08	0,30	0,23	7,96	0,15	5,31	85,34	130,44	308,70	676,51	0,01	0,01	0,43	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032	
102/622,623,56	Пирожок печеный из слоеного теста с яблоками (или ягодай)	50	3,23	3,58	21,74	132,09	18,908	0,040	0,045	0,728	0,137	0,688	21,205	6,619	37,581	84,687	0,002	0,003	0,005	
	Итого	230	8,14	7,54	29,60	218,81	42,668	0,092	0,261	1,664	0,191	0,845	211,285	28,543	178,521	302,811	0,016	0,006	0,037	
Ужин																				
66/377	Голубцы ленивые	150	18,00	16,10	20,00	296,90	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062	
30/452	Соус сметанный натуральный	20	0,60	3,30	1,33	37,48	15,650	0,006	0,018	0,032	0,027	0,047	15,872	1,710	11,663	20,534	0,002	0,000	0,003	
90/89,90	Бутерброд с отварными мясорезками (языком)	40	7,47	5,28	9,84	116,76	0,000	0,041	0,049	0,000	0,000	1,084	6,880	9,840	73,160	122,920	0,003	0,001	0,023	
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007	
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241	
	Итого	410	27,22	24,92	44,70	512,47	54,17	0,16	0,26	6,68	0,39	5,33	96,64	57,41	314,59	681,04	0,02	0,01	0,34	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
	Итого за день		70,58	64,62	187,18	1614,64	319,15	0,74	1,29	18,42	0,94	12,61	818,94	282,34	1169,89	2216,12	0,19	0,04	0,97	
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		168,04	137,49	92,21	115,33	70,921	92,750	143,000	40,924	9,360	126,070	102,368	352,928	167,126	554,030	2757,143	246,667	69,357	

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микроэлементов рациона питания детей 1,5-3 лет

	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
	Б		Ж			А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	Р	К	Ј	Se	F
	г	г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Итого за 20 дней	1262,11	969,60	3798,26	29129,35	25599,32	13,62	31,91	1566,00	75,68	239,87	14701,93	4836,00	21016,35	50427,73	4,57	1,11	21,74	
Итого за 1 дней	63,11	48,48	189,91	1456,47	1279,966	0,681	1,595	78,300	3,784	11,994	735,097	241,800	1050,818	2521,387	0,229	0,056	1,087	
Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
Процент удовлетворения суточной потребности	150,25	103,15	93,55	104,03	284,437	85,125	177,267	174,000	37,839	119,937	91,887	302,250	150,117	630,347	3265,714	370,667	77,646	

№ ТК (ТТК)/№ рсн.	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																				
	Присем пищи/наименование блюда		Пищевые вещества (г)			Энерг. цен.		Витамины					Минеральные вещества								
	Вес блюда	Б	Ж	У	Г	ккал	цель.	А	В1	В2	С	МКГ	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	МКГ	
Неделя первая, день 1																					
Завтрак																					
15/230	Каша манная молочная жидкая	200	5,15	4,47	22,29	150,05	22,320	0,054	0,137	0,398	0,072	0,308	119,780	17,132	100,989	154,278	0,008	0,002	0,083	0,150	
36/513,514	Кофейный напиток со стуженым молоком	200	2,57	2,94	25,89	140,52	15,980	0,029	0,131	0,340	0,017	0,177	112,399	17,806	86,064	173,109	0,002	0,002	0,004	0,237	
27(99,100)83(12)	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	31	1,95	4,49	12,38	97,57	27,000	0,028	0,007	0,000	0,078	0,287	6,440	3,500	18,050	24,810	0,001	0,002	0,004	0,006	
	Итого	431	9,67	11,90	60,56	388,14	65,300	0,111	0,275	0,738	0,167	0,772	238,619	38,438	205,103	352,197	0,011	0,006	0,237	0,496	
2 завтрак																					
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
Обед																					
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000	0,000	
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200	3,43	3,80	8,67	82,57	112,593	0,053	0,056	10,264	0,004	0,719	35,643	18,818	52,712	322,793	0,004	0,001	0,152	0,111	
6/375	Плов с мясом	200	19,24	15,6	36,36	362,53	201	0,072	0,127	0,96	0,044	1,556	34,136	31,832	193,18	221,578	0,006	0,007	0,111	0,157	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,13	0,09	14,99	62,35	1,440	0,002	0,004	2,700	0,000	0,097	14,975	2,809	7,909	17,358	0,000	0,000	0,157	0,003	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003	0,009	
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009	0,043	
	Итого	695	25,95	19,95	81,91	613,45	317,53	0,18	0,21	16,42	0,05	3,62	104,75	68,26	301,80	686,58	0,01	0,01	0,43	0,43	
Полдник																					
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,46	4,4	8,73	96,356	26,4	0,058	0,24	1,04	0,06	0,174	211,2	24,36	156,6	242,36	0,016	0,003	0,036	0,036	
ГП	Батон, или сухки, или булочки, или баранки	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,000	0,080	0,030	0,000	0,000	1,000	11,500	17,000	44,500	68,000	0,003	0,003	0,008	0,044	
	Итого	250	9,46	4,90	33,28	215,36	26,400	0,138	0,270	1,040	0,060	1,174	222,700	41,360	201,100	310,360	0,019	0,006	0,044	0,044	
Ужин																					
76/82	Винегрет овощной	60	0,65	4,06	3,01	51,32	76,685	0,030	0,021	3,135	0,000	0,441	12,146	10,785	25,820	127,016	0,002	0,000	0,011	0,011	
82/355	Тертые рыбные	70	8,68	4,49	5,57	97,39	11,890	0,056	0,090	0,564	0,176	0,535	50,431	27,370	131,337	214,379	0,063	0,008	0,290	0,290	
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04	15,230	0,117	0,100	10,310	0,055	1,023	34,453	28,101	81,954	627,646	0,008	0,001	0,038	0,038	
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0,25	0,06	5,65	24,11	0,572	0,002	0,011	1,060	0,000	0,869	15,244	6,662	9,393	33,067	0,000	0,000	0,266	0,266	
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009	0,009	
	Итого	505	13,81	12,14	45,32	346,36	104,38	0,23	0,23	15,07	0,23	3,59	116,77	77,92	271,50	1037,86	0,08	0,01	0,61	0,61	
Итого за день																					
Суточная потребность																					
Процент удовлетворения суточной потребности																					
		112,39	81,80	86,70	88,65	120,722	79,222	103,500	102,542	5,060	105,610	79,316	124,338	130,107	469,907	318,000	170,000	66,350	66,350		

№ ТК (ТТК)/№ рсч.	Прямое наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя первая, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1,46	0,09	2,96	18,45	15	0,04	0,02	2	0	0,305	8,8	9,135	26,97	41,085	0	0,001	0,003
16/510,511	Какао с молоком	200	2,66	2,07	9,30	66,46	11,250	0,026	0,104	0,442	0,026	0,378	97,626	17,126	75,106	121,939	0,007	0,001	0,142
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1,95	4,49	12,38	97,57	27,000	0,028	0,007	0,000	0,078	0,287	6,440	3,500	18,050	24,810	0,001	0,002	0,004
	Итого	431	17,59	18,17	28,28	346,82	195,39	0,16	0,51	2,81	1,92	2,78	226,14	46,99	309,70	366,27	0,03	0,03	0,20
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
Обед																			
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	60	1,43	9,47	3,60	105,41	12,260	0,012	0,033	0,750	0,165	6,945	22,755	73,260	37,995	429,240	0,128	0,002	0,006
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11,38	4,78	10,96	132,39	94,210	0,124	0,099	4,367	5,668	0,771	22,555	29,197	126,985	391,685	0,025	0,021	0,327
57/ГТК	Суфле из субпродуктов	70	14,35	9,12	6,62	165,92	3542,000	0,173	1,303	10,124	1,171	4,677	36,728	17,227	239,877	228,940	0,008	0,028	0,158
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04	15,230	0,117	0,100	10,310	0,055	1,023	34,453	28,101	81,954	627,646	0,008	0,001	0,038
74/699	Лимонный напиток	200	0,14	0,01	15,88	64,17	0,192	0,005	0,003	2,560	0,000	0,130	15,513	3,593	3,068	22,070	0,000	0,001	0,196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	105,00	0,000	0,045	0,015	0,000	0,000	1,450	9,000	10,000	46,000	71,500	0,003	0,003	0,018
	Итого	730	34,26	27,32	89,19	740,93	3663,89	0,50	1,55	28,11	7,06	15,22	145,00	164,18	548,88	1789,68	0,17	0,06	0,75
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,46	4,4	8,73	96,356	26,4	0,058	0,24	1,04	0,06	0,174	211,2	24,36	156,6	242,36	0,016	0,003	0,036
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1,54	1,82	42,52	194,70	1,650	0,017	0,022	0,000	0,000	0,825	8,800	5,500	19,800	77,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	255	7,00	6,22	51,25	291,06	28,050	0,075	0,262	1,040	0,060	0,999	220,000	29,860	176,400	319,360	0,016	0,003	0,036
Ужин																			
62/326	Сырники из творога	200	40,39	12,55	34,28	411,63	61,760	0,091	0,425	0,373	0,272	1,117	278,333	41,787	389,789	209,757	0,016	0,052	0,056
2/490	Молоко стуженное	15	1,08	1,28	8,33	49,20	7,050	0,009	0,057	0,150	0,008	0,030	46,050	5,100	32,850	54,750	0,001	0,000	0,005
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0,88	0,60	6,58	35,25	3,800	0,008	0,040	0,230	0,008	0,859	38,892	8,950	27,820	55,244	0,002	0,000	0,257
	Итого	515	42,75	14,83	58,99	543,08	77,61	0,14	0,54	10,75	0,29	4,21	379,28	64,84	461,46	597,75	0,02	0,05	0,33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000
	Итого за день		103,40	66,72	232,93	1954,28	4054,94	0,92	2,92	60,71	9,33	24,60	1001,42	328,56	1557,79	3505,51	0,44	0,14	1,31
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000
	Процент удовлетворения суточной потребности		191,49	111,20	89,24	108,57	810,988	102,556	291,800	121,420	93,310	246,020	111,269	164,281	194,723	584,252	438,000	695,000	65,400

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Принем пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен.	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		ккал	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя первая, день 5																				
Завтрак																				
45/275	Каша "Дружба"	200	6,29	5,64	26,07	180,18	28,098	0,085	0,191	0,780	0,084	0,533	163,892	32,964	160,107	214,206	0,013	0,005	0,059	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2,44	1,92	10,73	69,95	11,220	0,033	0,104	0,442	0,026	0,183	95,602	16,155	78,158	152,012	0,007	0,003	0,108	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5,03	4,48	17,46	130,83	33,950	0,044	0,045	0,065	0,076	0,434	29,180	7,890	54,120	47,860	0,002	0,006	0,010	
	Итого	453	13,76	12,04	54,26	380,96	73,268	0,162	0,340	1,287	0,186	1,150	288,674	57,009	292,385	414,078	0,022	0,014	0,177	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000	
Обед																				
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	1,05	4,02	3,51	54,48	440,100	0,032	0,029	1,563	0,000	0,348	12,285	15,788	28,704	77,265	0,002	0,000	0,018	
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,01	2,89	13,60	104,49	86,887	0,053	0,062	3,556	0,029	1,452	27,566	24,222	70,173	314,894	0,002	0,000	0,139	
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,002	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,002	0,002	0,003	
42/343	Рыба по-польски	70	12,33	5,92	5,15	123,17	36,204	0,070	0,141	0,186	0,559	0,930	45,203	33,165	172,799	253,103	0,083	0,014	0,378	
21/421	Рис отварной с овощами	150	3,65	4,73	33,45	190,89	320,319	0,045	0,040	1,664	0,089	0,713	25,659	33,148	80,182	125,123	0,002	0,007	0,272	
109/527	Компот из сухофруктов (кураги и яблома)	200	0,635	0,063	15,015	63,168	31,806	0,016	0	0,144	0	0,503	27,958	36,792	21,46	190,41	0	0	0,204	
ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	105,00	0,000	0,045	0,015	0,000	0,000	1,450	9,000	10,000	46,000	71,500	0,003	0,003	0,018	
	Итого	755	28,03	18,32	105,43	699,95	915,32	0,29	0,29	7,11	0,68	5,67	152,67	156,62	435,57	1055,55	0,09	0,03	1,03	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,46	4,4	8,73	96,356	26,4	0,058	0,24	1,04	0,06	0,174	211,2	24,36	156,6	242,36	0,016	0,003	0,036	
23/583	Супка на сметане	60	5,47	5,14	35,04	208,24	28,170	0,059	2,453	0,031	0,176	0,629	25,154	8,003	52,289	68,714	0,002	0,004	0,006	
	Итого	260	10,93	9,54	43,77	304,60	54,570	0,117	2,693	1,071	0,236	0,803	236,354	32,363	208,889	311,074	0,018	0,007	0,042	
Ужин																				
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	200	10,44	10,56	16,89	204,25	430,472	0,115	0,157	33,707	0,093	2,404	89,677	52,072	158,735	772,099	0,011	0,016	0,093	
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005	
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	5,49	23,21	0,500	0,001	0,001	0,100	0,000	0,838	13,559	6,123	8,245	24,949	0,000	0,000	0,274	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008	
	Итого	530	13,32	11,25	46,94	344,96	435,972	0,180	0,179	43,807	0,093	5,772	125,236	71,395	197,480	1102,948	0,014	0,017	0,380	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000	
	Итого за день		67,84	51,33	255,62	1762,86	1569,13	0,80	3,56	71,28	1,19	14,80	833,94	340,08	1195,67	3316,10	0,35	0,06	1,63	
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		125,62	85,56	97,94	97,94	313,825	89,111	355,500	142,556	11,920	148,010	92,659	170,041	149,459	552,683	348,000	320,000	81,550	

№ ТК (ТТК)/№ рсн.	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание										Присм пищи/наименование блюда										
	Вес блюда		Пищевые вещества (г)		Энерг. цен.		Витамины					Минеральные вещества									
	Г	Б	Ж	У	Г	Ккал	А	В1	В2	С	КМГ	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	MG	
Вторая неделя, день I																					
Завтрак																					
110/232	Капа пшеничная молочная жидкая	200	6,09	4,47	28,22	177,51	21,308	0,122	0,152	0,512	0,069	1,546	119,903	31,043	162,823	190,826	0,008				
36/513, 514	Кофейный напиток со стуженным молоком	200	2,57	2,94	25,89	140,52	15,980	0,029	0,131	0,340	0,017	0,177	112,399	17,806	86,064	173,109	0,002				
27/99, 100	Бутерброд с маслом	51	3,47	4,65	22,22	144,57	27,000	0,050	0,008	0,000	0,078	0,507	10,440	6,300	31,050	43,410	0,001				
	Итого	451	12,13	12,06	76,33	462,60	64,288	0,201	0,291	0,852	0,164	2,230	242,742	55,149	279,937	407,345	0,011				
2 завтрак																					
14/118	Плоды свежкие (яблоко, или груша, или банан, или др.) I	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	0,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002				
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	0,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002				
Обса																					
18/112, 113	Овощи натуральные соленные или свежкие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000				
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	200	4,39	3,48	14,46	106,67	92,253	0,059	0,063	3,263	0,081	0,652	30,873	14,830	59,497	229,144	0,003				
48/373	Гуляш	70	13,17	9,98	1,32	147,67	22,750	0,029	0,083	0,368	0,000	0,805	16,300	2,800	95,585	119,945	0,004				
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8,12	6,27	35,50	230,98	19,228	0,211	0,114	0,000	0,089	3,988	17,805	119,527	178,551	216,517	0,001				
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,13	0,09	14,99	62,35	1,440	0,002	0,004	2,700	0,000	0,097	14,975	2,809	7,909	17,358	0,000				
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001				
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002				
	Итого	715	28,96	20,28	88,16	653,67	138,17	0,36	0,28	8,83	0,17	6,79	99,95	154,77	389,54	707,81	0,01				
Полдник																					
8,9/535, 534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6,4	7,11	8,89	131,11	48,89	0,067	0,378	1,56	0,111	0,222	266,667	31,111	211,111	324,44	0,02				
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1,54	1,82	42,52	194,70	1,650	0,017	0,022	0,000	0,000	0,825	8,800	5,500	19,800	77,000	0,000				
	Итого	255	7,94	8,93	51,41	325,81	50,540	0,084	0,400	1,560	0,111	1,047	275,467	36,611	230,911	401,440	0,020				
Ужин																					
69/359	Сельдь с луком речным	70	9,67	8,88	0,87	122,43	11,200	0,017	0,074	1,050	16,800	0,700	48,055	23,870	157,371	138,775	0,000				
41/431	Картофель отварной	150	2,78	4,44	21,59	137,40	19,487	0,126	0,087	11,600	0,081	1,146	14,080	29,015	74,799	684,936	0,006				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000				
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002				
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001				
	Итого	455	17,76	13,99	53,64	415,23	120,69	0,25	0,22	30,65	16,88	4,16	85,24	83,69	332,27	1319,36	0,01				
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200				
	Итого за день	67,19	55,66	279,34	1904,31	378,69	378,69	0,93	1,22	51,89	17,33	16,57	737,80	340,31	1247,41	3114,41	0,25				
	Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100				
	Процент удовлетворения суточной потребности	124,43	92,77	107,02	105,79	75,737	102,778	121,800	103,786	173,260	165,700	155,926	519,068	253,000	220,000	37,700					

№ ТК (ТТКУ)/№ рсц.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Вторая неделя, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	200	6,51	5,60	17,24	145,40	29,320	0,093	0,239	0,936	0,080	0,944	193,773	45,299	176,031	260,676	0,015	0,004	0,052
16/510,511	Какао с молоком	200	2,66	2,07	9,30	66,46	11,250	0,026	0,104	0,442	0,026	0,378	97,626	17,126	75,106	121,939	0,007	0,001	0,142
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1,95	0,20	20,10	88,75	0,000	0,029	0,003	0,060	0,000	0,431	6,680	4,340	17,330	38,730	0,001	0,002	0,004
	Итого	437	11,12	7,87	46,64	300,61	40,570	0,148	0,346	1,438	0,106	1,753	298,079	66,765	268,467	421,345	0,023	0,007	0,198
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000
Обед																			
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0,95	4,45	3,85	59,50	76,500	0,012	0,025	3,500	0,000	1,550	20,500	7,500	18,500	157,500	0,000	0,000	0,000
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3,31	3,28	8,78	77,81	116,833	0,044	0,054	6,856	0,030	0,890	35,101	19,466	53,353	298,440	0,006	0,001	0,144
113/284	Запеканка картофельная с мясом	153	12,33	7,14	21,25	198,60	287,661	0,155	0,184	11,104	0,212	2,581	26,765	45,020	185,009	782,432	0,012	0,019	0,082
7/527	Компот из сухофруктов	200	0,372	0,016	15,113	62,085	15,984	0,001	0,013	0,198	0	0,73	27,166	12,128	14,726	1110,71	0	0	0,181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	50	2,46	0,50	22,40	105,00	0,000	0,046	0,016	0,000	0,000	1,450	9,000	10,000	46,000	71,500	0,004	0,004	0,018
	Итого	673	20,94	15,55	81,23	549,99	496,98	0,28	0,29	21,66	0,24	7,42	122,53	96,91	330,59	2439,18	0,02	0,03	0,43
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6,4	7,11	8,89	131,11	48,89	0,067	0,378	1,56	0,111	0,222	266,667	31,111	211,111	324,44	0,02	0,004	0,044
111/569	Шалежка малиновая	70	5,60	4,80	31,30	190,86	23,318	0,067	0,066	0,118	0,113	0,588	39,052	10,023	62,910	88,179	0,003	0,003	0,007
	Итого	270	12,00	11,91	40,19	321,97	72,208	0,134	0,444	1,678	0,224	0,810	305,719	41,134	274,021	412,619	0,023	0,007	0,051
Ужин																			
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	180	55,87	9,56	42,47	371,35	51,295	0,088	0,302	0,239	0,312	1,094	185,170	30,541	276,489	164,228	0,011	0,036	0,039
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0,29	0,13	9,48	41,42	0,097	0,009	0,023	117,000	0,000	0,252	15,484	3,537	1,446	0,149	0,000	0,000	0,212
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
	Итого	480	56,56	10,09	61,75	459,77	56,39	0,13	0,35	127,24	0,31	3,55	216,65	43,08	288,94	442,38	0,01	0,04	0,26
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000
	Итого за день		102,42	45,60	235,03	1664,74	756,15	0,74	1,48	170,01	0,88	14,94	973,98	270,59	1223,36	4147,97	0,28	0,08	0,94
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000
	Процент удовлетворения суточной потребности		189,67	75,99	90,05	92,49	151,230	82,556	148,200	340,026	8,840	149,350	108,220	135,296	152,920	691,328	282,000	375,000	46,800

№ ТК (ТТК)/№ рсц.	Прим пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Энерг. цен.	Витамины						Минеральные вещества						
			Б		Ж		У			А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	г	мкг	мг														
Вторая неделя, день 3																						
Завтрак																						
56/266	Капса "Рубчик"	200	6,45	5,52	23,37	169,05	27,327	0,097	0,201	0,784	0,080	0,863	164,733	41,621	165,859	228,849	0,012	0,004	0,057			
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2,44	1,92	10,73	69,95	11,220	0,033	0,104	0,442	0,026	0,183	95,602	16,155	78,158	152,012	0,007	0,003	0,108			
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5,03	4,48	17,46	130,83	33,950	0,044	0,045	0,065	0,076	0,434	29,180	7,890	54,120	47,860	0,002	0,006	0,010			
	Итого	453	13,92	11,92	51,56	369,83	72,497	0,174	0,350	1,291	0,182	1,480	289,515	65,666	298,137	428,721	0,021	0,013	0,175			
2 завтрак																						
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008			
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008			
Обед																						
71/59	Салат "Рубин"	60	0,93	4,61	11,12	90,56	1,518	0,017	0,026	2,040	0,000	0,927	24,741	35,540	30,206	212,793	0,003	0,000	0,023			
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	200	5,94	4,03	15,21	120,94	142,489	0,100	0,133	7,920	0,399	1,251	30,807	27,618	98,391	504,832	0,008	0,007	0,153			
40/409	Пшеничная	70	16,59	1,05	0,07	79,80	11,900	0,034	0,130	0,000	0,210	0,602	7,770	17,500	128,100	156,800	0,000	0,015	0,000			
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,98	3,07	29,29	164,92	968,318	0,087	0,065	3,355	0,053	1,143	38,929	35,958	74,489	212,040	0,004	0,000	0,236			
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,13	0,09	14,99	62,35	1,440	0,002	0,004	2,700	0,000	0,097	14,975	2,809	7,909	17,358	0,000	0,000	0,157			
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003			
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009			
	Итого	725	31,32	13,26	91,72	618,07	1125,67	0,29	0,37	16,02	0,66	4,97	125,72	127,23	375,10	1158,17	0,02	0,03	0,58			
Полдник																						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6,4	7,11	8,89	131,11	48,89	0,067	0,378	1,56	0,111	0,222	266,667	31,111	211,111	324,44	0,02	0,004	0,044			
95/583	Малина со ступенным молоком	90	7,58	9,27	47,77	305,02	53,023	0,067	0,181	0,344	0,258	0,646	125,089	19,288	123,595	188,064	0,006	0,004	0,025			
	Итого	290	13,98	16,38	56,66	436,13	101,913	0,134	0,559	1,904	0,369	0,868	391,756	50,399	334,706	512,504	0,026	0,008	0,069			
Ужин																						
31/386(88/395)	Котлеты, биточки, шницели из говядины (или телятины из говядины)	70	12,46	14,13	6,13	201,29	9,128	0,053	0,122	0,305	0,108	1,791	25,340	16,719	135,405	225,551	0,006	0,003	0,043			
24/201	Рагу из овощей	130	2,35	1,86	13,29	79,41	158,8	0,076	0,063	14,625	0,033	0,914	34,513	25,545	57,628	463,638	0,005	0,001	0,071			
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0,25	0,06	5,65	24,11	0,572	0,002	0,011	1,060	0,000	0,869	15,244	6,662	9,393	33,067	0,000	0,000	0,266			
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005			
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009			
	Итого	455	18,57	16,54	51,03	427,81	168,50	0,19	0,21	15,99	0,14	4,63	85,60	58,13	244,93	785,91	0,01	0,01	0,39			
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000			
	Итого за день		78,19	58,50	260,77	1898,84	1473,58	0,81	1,50	45,20	1,35	14,29	926,99	311,52	1267,61	3163,75	0,28	0,05	1,23			
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000			
	Процент удовлетворения суточной потребности		144,80	97,50	99,91	105,49	294,715	90,111	150,100	90,400	13,540	142,870	102,999	155,758	158,452	527,292	281,000	265,000	61,350			

№ ТК (ТТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
			Б		Ж			А	В1	В2	С	D	E	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	г														
Вторая неделя, день 4																				
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051	
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1,46	0,09	2,96	18,45	15	0,04	0,02	2	0	0,305	8,8	9,135	26,97	41,085	0	0,001	0,003	
16/510,511	Какао с молоком	200	2,66	2,07	9,30	66,46	11,250	0,026	0,104	0,442	0,026	0,378	97,626	17,126	75,106	121,939	0,007	0,001	0,142	
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1,95	4,49	12,38	97,57	27,000	0,028	0,007	0,000	0,078	0,287	6,440	3,500	18,050	24,810	0,001	0,002	0,004	
	Итого	431	17,59	18,17	28,28	346,82	195,39	0,16	0,51	2,81	1,92	2,78	226,14	46,99	309,70	366,27	0,03	0,03	0,20	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04	
	Итого	180	5,80	6,40	8,00	118,00	44,000	0,060	0,340	1,400	0,100	0,200	240,000	28,000	190,000	292,000	0,018	0,004	0,040	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000	
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	3,85	2,69	14,79	98,78	126,440	0,070	0,054	5,133	0,026	0,781	19,470	18,354	56,543	322,990	0,003	0,000	0,151	
73/374	Жаркое по-домашнему	200	12,89	11,83	18,76	233,01	357,120	0,131	0,144	10,080	0,000	1,721	31,843	34,236	148,333	664,327	0,009	0,000	0,045	
74/699	Лимонный напиток	200	0,14	0,01	15,88	64,17	0,192	0,005	0,003	2,560	0,000	0,130	15,513	3,593	3,068	22,070	0,000	0,001	0,196	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003	
ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	105,00	0,000	0,045	0,015	0,000	0,000	1,450	9,000	10,000	46,000	71,500	0,003	0,003	0,018	
	Итого	720	21,25	15,24	82,52	554,46	486,25	0,28	0,23	20,27	0,03	4,60	91,33	75,98	278,94	1169,99	0,02	0,01	0,41	
Полдник																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2,00	0,20	5,80	36,00	100,000	0,060	0,060	20,000	0,000	1,400	14,000	24,000	64,000	480,000	0,000	0,000	0,000	
	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1,54	1,82	42,52	194,70	1,650	0,017	0,022	0,000	0,000	0,825	8,800	5,500	19,800	77,000	0,000	0,000	0,000	
	Итого	255	3,54	2,02	48,32	230,70	101,650	0,077	0,082	20,000	0,000	2,225	22,800	29,500	83,800	557,000	0,000	0,000	0,000	
Ужин																				
93/319	Запеканка из творога	180	36,64	13,79	25,03	371,06	71,482	0,079	0,445	0,598	0,304	0,931	302,314	42,294	382,918	240,346	0,019	0,047	0,061	
2/490	Молоко стуженное	15	1,08	1,28	8,33	49,20	7,050	0,009	0,057	0,150	0,008	0,030	46,050	5,100	32,850	54,750	0,001	0,000	0,005	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008	
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0,88	0,60	6,58	35,25	3,800	0,008	0,040	0,230	0,008	0,859	38,892	8,950	27,820	55,244	0,002	0,000	0,257	
	Итого	495	39,00	16,07	49,74	502,51	87,33	0,13	0,56	10,98	0,32	4,02	403,26	65,34	454,59	628,34	0,02	0,05	0,33	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000	
	Итого за день	87,18	57,90	216,86	1752,49	914,62	7,070	1,72	55,46	2,37	13,97	1001,92	246,91	1320,78	3014,04	2,29	0,08	0,98		
	Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000	
	Процент удовлетворения суточной потребности	161,44	96,51	83,09	97,36	182,925	78,222	171,700	110,914	23,700	139,680	111,325	123,457	165,098	502,341	286,000	415,000	49,200		

№ ТК (ТТКУ/№ рец.)	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. ккал	Витамины				Минеральные вещества									
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg		P	K	J	Se	F
														г	г					
Неделя третья, день 2																				
Завтрак																				
15/230	Каша манная молочная жидкая	200	5,15	4,47	22,29	150,05	22,320	0,054	0,137	0,398	0,072	0,308	119,780	17,132	100,989	154,278	0,008	0,002	0,083	
16/510,511	Какао с молоком	200	2,66	2,07	9,30	66,46	11,250	0,026	0,104	0,442	0,026	0,378	97,626	17,126	75,106	121,939	0,007	0,001	0,142	
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1,95	0,20	20,10	88,75	0,000	0,029	0,003	0,060	0,000	0,431	6,680	4,340	17,330	38,730	0,001	0,002	0,004	
	Итого	437	9,76	6,74	51,69	305,26	33,570	0,109	0,244	0,900	0,098	1,117	224,086	38,598	193,425	314,947	0,016	0,005	0,229	
2 завтрак																				
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008	
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008	
Обед																				
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	1,05	4,02	3,51	54,48	440,100	0,032	0,029	1,563	0,000	0,348	12,285	15,788	28,704	77,265	0,002	0,000	0,018	
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	200	3,66	3,37	13,23	98,01	95,967	0,066	0,059	5,856	0,030	0,760	23,768	19,828	61,326	324,424	0,004	0,001	0,147	
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	70	11,96	8,92	4,16	144,94	3464,729	0,153	1,218	9,146	0,834	4,151	16,715	12,139	195,962	173,438	0,004	0,024	0,151	
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04	15,230	0,117	0,100	10,310	0,055	1,023	34,453	28,101	81,954	627,646	0,008	0,001	0,038	
7/527	Компот из сухофруктов	200	0,372	0,016	15,113	62,085	15,984	0,001	0,013	0,198	0	0,73	27,166	12,128	14,726	1110,71	0	0	0,181	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,000	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003	
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009	
	Итого	725	22,79	20,02	76,94	580,06	4032,01	0,41	1,43	27,07	0,92	7,96	122,89	95,78	418,67	2367,83	0,02	0,03	0,55	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6,4	7,11	8,89	131,11	48,89	0,067	0,378	1,56	0,111	0,222	266,667	31,111	211,111	324,44	0,02	0,004	0,044	
23/583	Сушка на сметане	60	5,47	5,14	35,04	208,24	28,170	0,059	2,453	0,031	0,176	0,629	25,154	8,003	52,289	68,714	0,002	0,004	0,006	
	Итого	260	11,87	12,25	43,93	339,35	77,060	0,126	2,831	1,591	0,287	0,851	291,821	39,114	263,400	393,154	0,022	0,008	0,050	
Ужин																				
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000	
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040	
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0,29	0,13	9,48	41,42	0,097	0,009	0,023	117,000	0,000	0,252	15,484	3,537	1,446	0,149	0,000	0,000	0,212	
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005	
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009	
	Итого	455	14,36	9,51	44,16	322,79	73,94	0,13	0,15	144,67	0,00	3,47	99,97	50,38	170,84	621,84	0,01	0,01	0,27	
	Соль пищевая поваренная водированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000	
	Итого за день		59,18	48,92	226,53	1594,45	4221,58	0,81	4,67	184,23	1,30	15,74	773,17	233,97	1061,08	3976,22	0,27	0,05	1,10	
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		109,60	81,53	86,79	88,58	844,315	90,333	466,800	368,468	13,040	157,370	85,908	116,987	132,635	662,703	271,000	245,000	55,000	

№ ТК (ТТК)/№ рсн.	Применение блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен.	Витамины				Минеральные вещества										
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	J	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F		
																				Г	Г
Неделя третья, день 3																					
Завтрак																					
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5,74	5,52	25,09	173,02	28,615	0,058	0,195	0,800	0,086	0,348	166,131	29,045	151,382	206,323	0,012	0,006	0,065		
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2,44	1,92	10,73	69,95	11,220	0,033	0,104	0,442	0,026	0,183	95,602	16,155	78,158	152,012	0,007	0,003	0,108		
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5,03	4,48	17,46	130,83	33,950	0,044	0,045	0,065	0,076	0,434	29,180	7,890	54,120	47,860	0,002	0,006	0,010		
	Итого	453	13,21	11,92	53,28	373,80	73,785	0,135	0,344	1,307	0,188	0,965	290,913	53,090	283,660	406,195	0,021	0,015	0,183		
2 завтрак																					
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04		
	Итого	180	5,80	6,40	8,00	118,00	44,000	0,060	0,340	1,400	0,100	0,200	240,000	28,000	190,000	292,000	0,018	0,004	0,040		
Обед																					
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000		
101/154,175	Суп картофельный с мясами фрикадельками	200	7,32	5,98	11,00	127,06	88,560	0,079	0,090	5,822	0,064	1,416	17,877	23,969	96,656	432,144	0,006	0,001	0,148		
40/409	Птица отварная	70	16,59	1,05	0,07	79,80	11,900	0,034	0,130	0,000	0,210	0,602	7,770	17,500	128,100	156,800	0,000	0,015	0,000		
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,98	3,07	29,29	164,92	968,318	0,087	0,065	3,355	0,053	1,143	38,929	35,958	74,489	212,040	0,004	0,000	0,236		
22/479	Кисель из ягод замороженных	200	0,13	0,09	14,99	62,35	1,440	0,002	0,004	2,700	0,000	0,097	14,975	2,809	7,909	17,358	0,000	0,000	0,157		
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003		
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009		
	Итого	715	32,17	10,65	77,24	540,13	1072,72	0,26	0,31	14,38	0,33	4,50	99,55	95,04	355,15	943,19	0,01	0,02	0,55		
Полдник																					
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0,094	0,035	6,122	25,183	0,000	0,003	0,003	1,200	0,000	0,122	11,030	4,324	1,919	19,903	0,000	0,000	0,175		
98/560,626,627	Варушка с творогом из дрожжевого теста	60	8,65	3,99	28,13	183,09	21,770	0,060	0,090	0,104	0,161	0,595	51,806	11,351	87,580	79,790	0,004	0,009	0,010		
	Итого	260	8,74	4,03	34,25	208,27	21,770	0,063	0,093	1,304	0,161	0,717	62,836	15,675	89,499	99,693	0,004	0,009	0,185		
Ужин																					
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2,63	6,15	4,26	82,95	23,400	0,015	0,069	0,900	0,330	0,476	22,347	6,420	40,859	66,297	0,003	0,005	0,015		
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	200	10,44	10,56	16,89	204,25	430,472	0,115	0,157	33,707	0,093	2,404	89,677	52,072	158,735	772,099	0,011	0,016	0,093		
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0,25	0,06	5,65	24,11	0,572	0,002	0,011	1,060	0,000	0,869	15,244	6,662	9,393	33,067	0,000	0,000	0,266		
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005		
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009		
	Итого	690	16,83	17,26	52,76	434,31	454,44	0,19	0,25	35,67	0,42	4,80	137,77	74,35	251,49	935,11	0,02	0,02	0,39		
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000		
	Итого за день		76,76	50,26	225,53	1674,51	1666,72	0,70	1,33	54,06	1,20	11,33	849,47	267,26	1173,55	2676,64	0,27	0,07	1,35		
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000		
	Процент удовлетворения суточной потребности		142,14	83,76	86,41	93,03	333,343	78,222	133,100	108,110	11,990	113,340	94,385	133,628	146,694	446,107	273,000	355,000	67,450		

№ ТК (ТТК)/№ рен.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	
																			г
Неделя третья, день 5																			
Завтрак																			
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	10,71	9,64	45,49	311,57	47,353	0,092	0,067	0,043	0,248	1,132	132,596	14,536	122,496	85,144	0,001	0,001	0,013
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2,44	1,92	10,73	69,95	11,220	0,033	0,104	0,442	0,026	0,183	95,602	16,155	78,158	152,012	0,007	0,003	0,108
27/99,100	Бутерброд с маслом	51	3,47	4,65	22,22	144,57	27	0,05	0,008	0	0,078	0,507	10,44	6,3	31,05	43,41	0,001	0,003	0,007
	Итого	451	16,62	16,21	78,44	526,09	85,573	0,175	0,179	0,485	0,352	1,822	238,638	36,991	231,704	280,566	0,009	0,007	0,128
2 завтрак																			
8,9/53,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
	Итого	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
Обед																			
43/ГТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	60	10,61	4,91	2,91	98,54	15,080	0,087	0,074	2,043	0,165	1,046	26,910	47,132	139,673	182,622	0,149	0,024	0,005
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	3,49	3,54	11,89	93,28	93,990	0,063	0,057	4,942	0,030	0,742	23,867	18,489	63,606	317,714	0,003	0,001	0,146
26/ГТК	Субпродукты в соусе	70	15,54	6,64	6,55	148,04	4525,558	0,200	1,581	12,021	1,154	5,466	12,615	15,540	251,589	215,832	0,005	0,032	0,232
21/421	Рис отварной с овощами	150	3,65	4,73	33,45	190,89	320,319	0,045	0,040	1,664	0,089	0,713	25,659	33,148	80,182	125,123	0,002	0,007	0,272
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0,24	0,24	28,79	119,79	0,000	0,012	0,024	1,178	0,000	0,248	14,884	6,607	7,262	0,292	0,000	0,000	0,056
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009
	Итого	705	36,28	20,47	104,63	750,04	4954,95	0,45	1,79	21,85	1,44	9,16	112,44	128,72	578,31	895,93	0,16	0,07	0,72
Полдник																			
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0,29	0,13	9,48	41,42	0,097	0,009	0,023	117,000	0,000	0,252	15,484	3,537	1,446	0,149	0,000	0,000	0,212
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4,06	2,94	31,11	167,14	16,056	0,048	0,049	0,094	0,131	0,599	22,971	7,385	44,257	69,853	0,002	0,003	0,004
	Итого	260	4,35	3,07	40,59	208,56	16,153	0,057	0,072	117,094	0,131	0,851	38,455	10,922	45,703	70,002	0,002	0,003	0,216
Ужин																			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2,63	6,15	4,26	82,95	23,400	0,015	0,069	0,900	0,330	0,476	22,347	6,420	40,859	66,297	0,003	0,005	0,015
66/377	Голубцы ленивые	150	18,00	16,10	20,00	296,90	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	5,49	23,21	0,500	0,001	0,001	0,100	0,000	0,838	13,559	6,123	8,245	24,949	0,000	0,000	0,274
	Итого	465	24,34	22,79	55,71	526,06	62,00	0,17	0,26	7,56	0,69	5,29	104,81	58,39	296,13	643,18	0,02	0,02	0,37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000
	Итого за день	87,39	87,39	68,95	287,36	2128,75	5162,67	0,91	2,64	148,39	2,72	17,47	752,74	264,12	1345,60	2182,13	0,41	0,10	1,47
	Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000
	Процент удовлетворения суточной потребности	161,84	114,91	110,10	118,26	1032,535	101,556	263,800	296,774	27,150	174,670	83,638	168,200	132,061	363,688	407,000	485,000	73,600	73,600

№ ТК (ТК)/№ рсн.	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																							
	Прием пищи/наименование блюда		Вес блюда		Пищевые вещества		Энерг. цен.		Витамины		Минеральные вещества													
	г	г	г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мкг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг		
Завтрак																								
15/230	Каша манная молочная жидкая	200	5,15	4,47	22,29	150,05	22,320	0,054	0,137	0,398	0,072	0,308	119,780	17,132	100,989	154,278	0,008	0,002	0,083					
36/513,514	Кофейный напиток со ступенным молоком	200	2,57	2,94	25,89	140,52	15,980	0,029	0,131	0,340	0,017	0,177	112,399	17,806	86,064	173,109	0,002	0,002	0,150					
27(99,100)83(1 2)	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	51	3,47	4,65	22,22	144,57	27	0,05	0,008	0	0,078	0,507	10,44	6,3	31,05	43,41	0,001	0,003	0,007					
	Итого	451	11,19	12,06	70,40	435,14	65,300	0,133	0,276	0,738	0,167	0,992	242,619	41,238	218,103	370,797	0,011	0,007	0,240					
2 завтрак																								
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000					
	Итого	180	1,80	0,18	5,22	32,40	90,000	0,054	0,054	18,000	0,000	1,260	12,600	21,600	57,600	432,000	0,000	0,000	0,000					
Обед																								
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	60	1,43	9,47	3,60	105,41	12,260	0,012	0,033	0,750	0,165	6,945	22,755	73,260	37,995	429,240	0,128	0,002	0,006					
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	200	3,37	3,29	10,72	85,92	91,789	0,046	0,057	5,189	0,030	1,059	35,359	20,961	57,367	313,478	0,006	0,000	0,156					
48/373	Гуляш	70	13,17	9,98	1,32	147,67	22,750	0,029	0,083	0,368	0,000	0,805	16,300	2,800	95,585	119,945	0,004	0,000	0,001					
2,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8,12	6,27	35,50	230,98	19,228	0,211	0,114	0,000	0,089	3,988	17,805	119,527	178,551	216,517	0,001	0,005	0,104					
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,13	0,09	14,99	62,35	1,440	0,002	0,004	2,700	0,000	0,097	14,975	2,809	7,909	17,358	0,000	0,000	0,157					
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003					
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009					
	Итого	725	28,97	29,51	87,17	731,83	147,47	0,35	0,30	9,01	0,28	13,84	115,69	227,16	413,41	1150,89	0,14	0,01	0,44					
Полдник																								
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6,4	7,11	8,89	131,11	48,89	0,067	0,378	1,56	0,111	0,222	266,667	31,111	211,111	324,44	0,02	0,004	0,044					
ГП	Батон, или сухки, или бублики, или баранки	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,000	0,080	0,030	0,000	0,000	1,000	11,500	17,000	44,500	68,000	0,003	0,003	0,008					
	Итого	250	10,40	7,61	33,44	250,11	48,890	0,147	0,408	1,560	0,111	1,222	278,167	48,111	255,611	392,440	0,023	0,007	0,052					
Ужин																								
69/359	Сельдь с луком речным	70	9,67	8,88	0,87	122,43	11,200	0,017	0,074	1,050	16,800	0,700	48,055	23,870	157,371	138,775	0,000	0,000	0,004					
41/431	Картофель отварной	150	2,78	4,44	21,59	137,40	19,487	0,126	0,087	11,600	0,081	1,146	14,080	29,015	74,799	684,936	0,006	0,000	0,039					
14/501,504,505	Чай с лимоном	200	0,25	0,06	5,65	24,11	0,572	0,002	0,011	1,060	0,000	0,869	15,244	6,662	9,393	33,067	0,000	0,000	0,266					
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009					
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005					
	Итого	475	16,21	13,87	54,07	406,94	31,26	0,20	0,18	13,71	16,88	3,77	87,88	68,75	284,06	920,43	0,01	0,00	0,32					
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000					
	Итого за день		68,57	63,23	250,30	1856,42	382,92	0,88	1,22	43,02	17,44	21,23	755,36	407,95	1232,53	3267,00	0,39	0,03	1,05					
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000					
	Процент удовлетворения суточной потребности		126,98	105,39	95,90	103,13	76,583	97,889	121,900	86,030	174,430	212,280	83,929	203,977	154,067	544,501	385,000	135,000	52,550					

№ ТК (ТТК)/№ рел.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		А	В1		В2		С	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se
								г	г	г	мкг								
Неделя четвертая, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	200	6,51	5,60	17,24	145,40	29,320	0,093	0,239	0,936	0,080	0,944	193,773	45,299	176,031	260,676	0,015	0,004	0,052
16/510,511	Какао с молоком	200	2,66	2,07	9,30	66,46	11,250	0,026	0,104	0,442	0,026	0,378	97,626	17,126	75,106	121,939	0,007	0,001	0,142
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1,95	0,20	20,10	88,75	0,000	0,029	0,003	0,060	0,000	0,431	6,680	4,340	17,330	38,730	0,001	0,002	0,004
	Итого	437	11,12	7,87	46,64	300,61	40,570	0,148	0,346	1,438	0,106	1,753	298,079	66,765	268,467	421,345	0,023	0,007	0,198
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.) 1	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	5,000	0,030	0,020	10,000	0,000	2,200	16,000	9,000	11,000	278,000	0,002	0,000	0,008
Обед																			
79/ГТК	Салат "Овощная мозаика"	60	0,89	4,61	4,68	63,94	165,830	0,033	0,024	3,203	0,000	0,378	10,553	11,561	26,204	134,931	0,002	0,000	0,014
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3,31	3,28	8,78	77,81	116,833	0,044	0,054	6,856	0,030	0,890	35,101	19,466	53,353	298,440	0,006	0,001	0,144
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	9,79	5,82	9,51	129,59	16,780	0,089	0,098	0,376	0,275	0,870	41,601	28,375	135,406	209,451	0,064	0,011	0,296
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04	15,230	0,117	0,100	10,310	0,055	1,023	34,453	28,101	81,954	627,646	0,008	0,001	0,038
7/527	Компот из сухофруктов	200	0,372	0,016	15,113	62,085	15,984	0,001	0,013	0,198	0	0,73	27,166	12,128	14,726	1110,71	0	0	0,181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009
	Итого	725	20,11	17,42	79,01	553,97	330,66	0,33	0,30	20,94	0,36	4,84	157,37	107,43	347,64	2435,52	0,08	0,02	0,69
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6,4	7,11	8,89	131,11	48,89	0,067	0,378	1,56	0,111	0,222	266,667	31,111	211,111	324,44	0,02	0,004	0,044
75/574	Крендель сахарный	60	4,51	6,45	30,83	199,35	31,752	0,053	0,055	0,063	0,219	0,535	22,602	7,140	48,525	61,483	0,003	0,003	0,005
	Итого	260	10,91	13,56	39,72	330,46	80,642	0,120	0,433	1,623	0,330	0,757	289,269	38,251	259,636	385,923	0,023	0,007	0,049
Ужин																			
18/112,113	Овощи натуральные соленные или свежие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0,29	0,13	9,48	41,42	0,097	0,009	0,023	117,000	0,000	0,252	15,484	3,537	1,446	0,149	0,000	0,000	0,212
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,000	0,034	0,001	0,000	0,000	0,330	6,000	4,200	19,500	27,900	0,001	0,001	0,005
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50	0,000	0,023	0,008	0,000	0,000	0,725	4,500	5,000	23,000	35,750	0,002	0,002	0,009
	Итого	455	14,36	9,51	44,16	322,79	73,94	0,13	0,15	144,67	0,00	3,47	99,97	50,38	170,84	621,84	0,01	0,01	0,27
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000
	Итого за день	56,90	48,76	219,33	1554,83	530,81	1,24	178,67	0,80	13,16	879,10	272,92	1061,33	4143,08	0,34	0,04	1,21	2,000	2,000
	Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	500,000	1,000	50,000	10,000	10,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000
	Процент удовлетворения суточной потребности	105,37	81,26	84,04	86,38	106,161	124,200	357,348	7,960	131,580	97,677	136,462	690,513	341,000	185,000	60,300	0,000	0,000	0,000

№ ТК (ТК)/№ рен.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины				Минеральные вещества								
			Б		У		А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г														
Неделя четвертая, день 5																			
Завтрак																			
45/275	Каша "Дружба"	200	6,29	5,64	26,07	180,18	0,085	0,191	0,780	0,084	0,533	163,892	32,964	160,107	214,206	0,013	0,005	0,059	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2,44	1,92	10,73	69,95	0,033	0,104	0,442	0,026	0,183	95,602	16,155	78,158	152,012	0,007	0,003	0,108	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5,03	4,48	17,46	130,83	0,044	0,045	0,065	0,076	0,434	29,180	7,890	54,120	47,860	0,002	0,006	0,010	
	Итого	453	13,76	12,04	54,26	380,96	0,162	0,340	1,287	0,186	1,150	288,674	57,009	292,385	414,078	0,022	0,014	0,177	
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04	
	Итого	180	5,8	6,4	8	118	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04	
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0,40	0,05	0,85	6,50	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000	
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	3,49	3,54	11,89	93,28	0,063	0,057	4,942	0,030	0,742	23,867	18,489	63,606	317,714	0,003	0,001	0,146	
65/417	Котлеты, биточки, пинцели куриные	70	10,49	10,71	6,62	154,79	0,049	0,089	0,508	0,067	0,728	29,281	12,322	94,548	134,085	0,004	0,001	0,064	
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8,12	6,27	35,50	230,98	0,211	0,114	0,000	0,089	3,988	17,805	119,527	178,551	216,517	0,001	0,005	0,104	
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0,094	0,035	6,122	25,183	0,000	0,003	1,200	0,000	0,122	11,030	4,324	1,919	19,903	0,000	0,000	0,175	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003	
ГП	Хлеб ржаной	15	1,72	0,35	15,68	73,50	0,032	0,011	0,000	0,000	1,015	6,300	7,000	32,200	50,050	0,002	0,002	0,013	
	Итого	705	25,83	21,12	86,50	631,23	0,39	0,29	9,15	0,19	7,12	103,78	171,46	395,82	827,37	0,01	0,01	0,51	
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,46	4,4	8,73	96,356	0,058	0,24	1,04	0,06	0,174	211,2	24,36	156,6	242,36	0,016	0,003	0,036	
102/622,623,56	Пирожок печеный из слоеного теста с яблоками (или ягодой)	60	3,87	4,29	26,09	158,51	0,048	0,054	0,873	0,164	0,826	25,446	7,943	45,097	101,624	0,002	0,003	0,006	
	Итого	260	9,33	8,69	34,82	254,87	0,106	0,294	1,913	0,224	1,000	236,646	32,303	201,697	343,984	0,018	0,006	0,042	
Ужин																			
66/377	Голубцы ленивые	150	18,00	16,10	20,00	296,90	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062	
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0,75	4,13	1,66	46,85	0,007	0,022	0,040	0,034	0,059	19,840	2,138	14,579	25,667	0,002	0,000	0,004	
90/89,90	Бутерброд с отварными мясопродуктами (языком)	40	7,47	5,28	9,84	116,76	0,041	0,049	0,000	0,000	1,084	6,880	9,840	73,160	122,920	0,003	0,001	0,023	
ГП	Хлеб ржаной	35	1,72	0,35	15,68	73,50	0,032	0,011	0,000	0,000	1,015	6,300	7,000	32,200	50,050	0,002	0,002	0,013	
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	5,49	23,21	0,001	0,001	0,100	0,000	0,838	13,559	6,123	8,245	24,949	0,000	0,000	0,274	
	Итого	450	28,14	25,91	52,67	557,22	0,18	0,27	6,70	0,40	5,92	104,99	61,75	332,71	711,87	0,02	0,01	0,38	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,145	18,400	1,100	3,750	0,450	0,200	0,000	0,000	
	Итого за день		82,87	74,16	236,25	1942,28	0,90	1,53	20,45	1,09	15,53	992,49	351,62	1416,36	2589,75	0,29	0,05	1,14	
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		153,46	123,59	90,52	107,90	99,556	152,500	40,900	10,940	155,260	110,276	175,812	177,046	431,625	286,000	225,000	57,000	

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микроэлементов рациона питания детей 3-7 лет

	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины										Минеральные вещества									
	Б		Ж			У	В1		В2		С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Sc	F					
	г	г	г	г			мкг	мкг	мг	мг											мкг	мг	мг	мг	мг
Итого за 20 дней	1554,35	1151,43	4796,71	30557,77	30557,77	16,07	37,43	1568,08	83,76	300,41	17555,16	5870,64	25239,48	63515,64	6,73	1,37	24,25								
Итого за 1 дней	77,72	57,57	239,84	1527,888	1793,40	0,803	1,872	78,404	4,188	15,021	877,758	293,532	1261,974	3175,782	0,336	0,068	1,212								
Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	500,000	1800,00	0,900	1,000	50,000	10,000	10,000	900,000	200,000	800,000	600,000	0,100	0,020	2,000								
Процент удовлетворения суточной потребности	143,92	95,95	91,89	305,578	99,63	89,272	187,160	156,808	41,879	150,206	97,529	146,766	157,747	529,297	336,450	342,250	60,618								

Расчет продуктов питания (в г рамках) на одну порцию, на одного ребенка
Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ЛТК)	Прим. наименование блюда	Первая неделя, день 1																													
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощный)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (жирность на свиной)	Субпродукты	Птица (за исключением потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи	
15	Каша манная молочная					15																									
36	Кофейный напиток со ступенчатым молоком																														
94	Яйцо отварное																														
27,83	Бургер/брод с маслом или бутерброд с маслом и вареной ветчиной (35/5/10)	20																													
Итого		20	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	0	6	8	0	40	154	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,67	0	0
																		2 завтрак													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																					
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
																		Обед													
18	Овощи натуральные соевые или свежие								40																						
5	Шти из свежей капусты со сметаной, с маслом								35	50,7																					
6	Плов с маслом					33				20																					
22	Кашель из ячд свежемороженых																														
ГП	Хлеб пшеничный	15									16																				
ГП	Хлеб ржаной	20																													
Итого		15	20	0	5	33	0	35	110,7	0	16	0	0	8	2	3,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
																		Полдник													
8,9	Кисломолоочный напиток или молоко каплеочное																														
ГП	Батон, или сухари, или булочки, или барашки	20																		180											
Итого		20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
																		Ужин													
76	Винегрет овощной								8,2	33,1																					
82	Треска рыбные									7																					
32	Картофельное пюре					3																									
44	Чай с лимоном									102																					
ГП	Хлеб ржаной	20									5																				
Итого		0	20	5	0	3	0	110,2	40,1	0	5	0	0	5	3	7	3	30	0	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	
																		Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день													
Итого за день		55	40	5	5	51	0	145,2	150,8	180	21	0	0	20	13	10,8	43	364	0	63	0	0	39	5	0	0,67	1,67	0	3	0	

Дети 1-5-3 лет, 12 часовое пребывание

Вторая неделя, день 3

№ ТК (ГТК)	Примечание/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупа, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Суслофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная заморозка на говядину)	Субпродукты	Птица (малыш-бройлеры I категор. I потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	К.о.Ф.	Какао-порошок	Соль, пищев. добавки	Дрожжи хлебопекарные						
																															Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин	
56	Каша "Рубин"					15								2	2			98																		
36	Кофейный напиток с молоком													5				85										1,67								
3	Бутерброд с маслом и сыром	30												7	7	0	0	183	0	0	0	0	0	0	0	9	0	1,67	0	0	0					
	Итого	30																																		
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)								100																											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
71	Салат "Рубин"							31					8			3																				
19	Суп "Болонь" со сметаной, с маслом птицы							84	17,2					1,8			14					23														
40	Птица отварная							3,5													79															
49	Макаронные изделия отварные с овощами								70						3																					
22	Кнели из ягд										16			8																						
ГП	свежемороженых	15																																		
ГП	Хлеб пшеничный																																			
ГП	Хлеб ржаной	15	20	0	5	0	26	84	121,7	0	16	8	0	8	4,8	3	14	0	0	0	0	102	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого	15	20	0	5	0	26	84	121,7	0	16	8	0	8	4,8	3	14	0	0	0	0	102	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180																		
95	Минице со ступенным молоком					32								5	2,5	1	7	62,5																		
	Итого	0	0	0	0	32	0	0	0	0	0	0	0	5	2,5	1	7	242,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
31,88	Копчености, ветчина, шиншели из говядины (или телятины из говядины)	7		4					5										180																	
24/201	Рагу из овощей							52	57		5			5																						
44	Чай с лимоном																																			
ГП	Хлеб пшеничный	25																																		
ГП	Хлеб ржаной	20						52	62	0	5	0	0	5	2	4	4	12																		
	Итого	32	20	4	0	0	0	52	62	0	5	0	0	5	2	4	4	12																		
	Итого за день	77	40	4	5	47	26	136	183,7	0	121	8	0	25	16,3	8	25	437,5	0	0	49	0	102	0	28	9	0,67	1,67	0	3	0	0	0	0		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Второй недели, день 4

№ ТК (ТТК)	Прим. наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Круты, бовые	Макроны	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощной)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (чистая масса)	Мясо (чистая масса)	Птица (чистая- категория I)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофе/чай напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи			
																														2 завтрак	2 завтрак	Обед
11	Омлет натуральный Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								62					5	80	70																
12	Какао с молоком													5		85											1,25					
16	Бутерброд с маслом	20	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	11	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,25	0	0			
27	Итого	20	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	11	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0	1,25	0	0	0			
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																160															
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
18	Овощи натуральные соевые или свежие							40																								
80	Суп картофельный с макаронными изделиями, с маслом						7	52	19,2					1,8																		
73	Жаркое по-домашнему							80	31,8																							
74	Львовский напиток										14			15																		
ГП	Хлеб пшеничный	15																														
ГП	Хлеб ржаной		40																													
Итого		15	40	0	0	0	7	132	91	0	14	0	0	15	1,8	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ГП	Сок фруктовый (овощной)								200																							
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)											30																				
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
93	Запеканка из творога					9											32	121														
2	Молоко стуженное																25															
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																					
12	Чай с молоком					9	0	0	0	0	95	0	0,013	14	4	0	5	80	121	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0
Итого		0	0	0	0	9	0	0	0	0	95	0	0,013	14	4	0	5	80	121	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за день		35	40	0	0	9	7	132	153	200	109	0	30,013	34	16,8	4	85	395	121	58	0	0	0	0,67	0	1,25	0	3	3	0	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание
Вторая неделя, день 5

№ ТК (ГТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крутым, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло растительное	Масло сливочное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масло (чистаяная замоченная на творожке)	Супы (жидкие)	Птица (запеченная, отварная)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи				
																															Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник
45	Каша "Дружба"					17								2	2			98																
36	Кофейный напиток с молоком													5				85									1,67							
3	Бутерброд с маслом и сыром	30												5											9									
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	183	0	0	0	0	0	0	9	0	1,67	0	0	0	0			
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																							
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
38	Салат "Полевой"							20	23						3																			
29	Сметанник со сметаной, с мясом							29	59,7					0,8	1,8									5										
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6	13																		
30	Соус сметанный натуральный			1											1																			
55/527	Компот из плодов консервированных										121			2																				
ГП	Хлеб пшеничный	15																																
ГП	Хлеб ржаной	40																																
	Итого	15	40	25	0	9	0	49	181,7	0	121	0	0	2,8	9	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180																
34	Булочка домашняя			30,4										7,4	8	0,8	3	13															1	
	Итого	0	0	30,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7,4	8	0,8	3	193	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
42	Рыба по-польски			6											3	17	11						51											
61	Картофель тушеный							89	33						3																			
ГП	Хлеб пшеничный	20																																
25	Чай с сахаром																										0,67							
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																							
	Итого	20	0	6	0	0	0	89	33	0	95	0	0	5	0	6	17	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой																																	3
	Итого за день	65	40	61,4	0	26	0	138	214,7	0	316	0	0	22,2	17,8	15,8	33	387	0	86	0	0	51	25	9	0,67	1,67	0	0	0	0	0	3	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Примечание	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки (фруктовые (овощные))	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частьная тамяна суфлепродуктов на говядину)	Суфлепродукты	Цена (цельная-бройеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи						
																														Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин	
112	Суп молочный с макаронными изделиями						10							2	1,3		117																		
36	Кофейный напиток со ступенным молоком													5			85									1,67									
94	Яйцо отварное														6		40																		
27	Бульброд с маслом	20													7,3	0	40	202	0	0	0	0	0	0	0	0	1,67	0	0	0	0				
Итого		20	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	7	7,3	0	202	0	0	0	0	0	0	0	0	1,67	0	0	0	0	0				
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																									
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
18	Овощи натуральные соевые или свежие								40																										
107	Суп-уха с рыбой					4,5		47	14							1,8							52												
6	Плов с мясом					3,3		20	20						2	2																			
22	Кашель из ягод										16			8																					
ГП	свежезамороженных				5																														
ГП	Хлеб пшеничный	15																																	
ГП	Хлеб ржаной	20																																	
Итого		15	20	0	5	37,5	0	47	74	0	16	0	0	8	2	3,8	0	0	52	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																180																		
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)												30																						
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
76	Винегрет овощной							8,2	33,1						4																				
11	Омлет натуральный														5		80	70								0,67									
25	Чай с сахаром													5																					
ГП	Хлеб пшеничный	20																																	
ГП	Хлеб ржаной	20																																	
Итого		20	20	0	0	0	0	8,2	33,1	0	0	0	0	5	5	4	80	70	0	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0	0	
ГП	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день.																																		
Итого за день		55	40	0	5	37,5	10	55,2	107,1	180	16	0	30	20	14,3	7,8	120	452	0	52	0	52	0	0	0	0,67	1,67	0	3	3	0	0	0	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 2

№ ТК (ГТК)	Прим пшени/наименование блюда	Завтрак											Обед											Ужин										
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена суфродуктов на говядину)	Суфродукты	Птица (цыпленок бройлера 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая	Дрожжи хлебопекарные				
15	Кипи мясная молочная ягненок																																	
16	Какао с молоком																																	
17	Бульбод с джемом (или повидлом)	20								10		5																1,25						
	Итого	20								10		5																1,25						
2 завтрак																																		
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)								100																									
	Итого	0							100																									
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)						46,1								3																			
39	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом						50						1,8																					
64	Печень говяжья по- строгановская										0,5																			4				
32	Картофельное пюре						102						3		5						59								10					
7	Компот из суфродуктов																																	
ГП	Хлеб пшеничный	15								15		5																						
ГП	Хлеб ржаной		20																															
	Итого	15	20	0,5	0	4,5	0	152	65,4	0	0	5	5,3	8	0	18	0	11	59	0	0	14	0	0	0	0	0	0	0	0				
Подание																																		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																																	
23	Сушка на сметане																																	
	Итого	0	0	35	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0,7	5	180	0	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	0				
Ужин																																		
18	Овощи натуральные соленые или свежие							40																										
1	Крупята, тушенная с мясом																																	
33	Напиток из шиповника			1,3				150						8																				
ГП	Хлеб пшеничный									15		5						43																
ГП	Хлеб ржаной	20																																
	Итого	25	20	1,3	0	0	0	190	0	0	15	0	5	0	8	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Норма соли пищевой																																	
	Итого за день	60	40	36,8	0	21,5	0	152	255,4	0	100	30	10	24	9,3	16,7	5	363	0	54	59	0	0	30	0	0	0	1,25	3	0				

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание
Третий месяц, день 3

№ ТК (ГТК)	Прим пищев/наименование блюда	Завтрак																Итого за день																		
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Казеин	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соль фруктовые (опощив)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Молоко, кисломолоч. продукты		Творог	Мясо (жесточная заготовка на говядину)	Субпродукты	Птица (квсилита- продукты)	Категория I	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао- порошок	Соя, пшеница, крупы	Дрожжи					
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)									18				2	2		98																			
36	Кофейный напиток с молоком				13												85										1,67									
3	Бутерброд с маслом и сыром	30												5																						
	Итого	30	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	7	0	0	183	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
18	Овощи натуральные солевые или свежие						40																													
101	Суп картофельный с мясными фрикадельками						62	10									1,8																			
40	Птица отварная						3,5																													
49	Макаронные изделия отварные с опощив						26	70																												
22	Кашель из ягод свежемороженых			5						16																										
ГП	Хлеб пшеничный	15																																		
ГП	Хлеб ржаной	15	20																																	
	Итого	15	20	0	5	0	26	62	123,5	0	16	0	0	8	4,4	0	1,8	0	0	29	0	79	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
20	Компот из ягод замороженных																																			
98	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			29,8						18																										
	Итого	0	0	29,8	0	0	0	0	0	18	0	0,02	5	2,5	0,8	4,2	10	18																		
	Итого	0	0	29,8	0	0	0	0	0	18	0	0,02	10	2,5	0,8	4,2	10	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
67	Кукуруза с яйцом и луком																																			
84	Рыбу из овощей с мясом																																			
44	Чай с лимоном																																			
ГП	Хлеб пшеничный	25								5																										
ГП	Хлеб ржаной	20																																		
	Итого	25	20	0	0	0	33	201	0	5	0	0	5	3	8	10	0	0	31	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	
	Итого	25	20	0	0	0	33	201	0	5	0	0	5	3	8	10	0	0	31	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	
	Итого за день	70	40	29,8	5	13	26	95	324,5	0	57	0	0,02	30	16,9	8,8	16	353	18	60	0	79	0	0	0	0	0	0	0	0,67	1,67	0	3	3	1	

Дети 1,5-3 лет. 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 4

№ ТК (ГТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисло-мол. продукты	Творог	Мясо (чистная замеса сухпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (улытки- бройлера 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофеиный напиток	Какао-порошок	Соль, пш.пов.водир.	Дрожжи хлебопекарные				
																														Завтрак	2 завтрак	Обед	Ужин
11	Омлет натуральный Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные															80	70																
12	Кавказ с молоком							62						5																			
16	Кавказ с молоком													5																			
3	сыром	30												5																			
	Итого	30	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	0	5	10	0	80	155	0	0	0	0	0	0	9	0	0	1,25	0	0			
	2 завтрак																																
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																							
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Обед																																
87	Салат из свеклы (или моркови) с яблоком (или черносливом)								34			5																					
78	Суп с лапшой, с маслом птицы							13,5						1,5							19												
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	15						5														40											
32	Картофельное пюре							102						3																			
74	Лимонный напиток										14																						
ГП	Хлеб пшеничный	15												15																			
ГП	Хлеб ржаной	40																															
	Итого	30	40	0	0	0	11	102	52,5	0	14	5	0	15	4,5	7	26	0	0	0	19	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Полдник																																
8,9	Кисло-молочный напиток или молоко кипяченое																180																
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пирожки, конфеты, или др.)												30																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Ужин																																
63	Пудинг творожный											11		13																			
2	Молоко стуженное																25		98														
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																						
12	Чай с молоком													5																			
	Итого	0	0	0	0	10	0	0	0	0	95	11	0	18	0	3	11	48	98	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весу, день																																
	Итого за день	60	40	0	0	10	11	102	114,5	180	109	16	30	38	14,5	10	98	409	98	0	19	40	0	9	0,67	0	1,25	0	3	3	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание
Третья неделя, день 5

№ ТК (ГТК)	Прим понижаемое блюда	Третья неделя, день 5																														
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Мякотины кислая	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена суширодуктов на говядину)	Суширодукты	Птица (за вычетом брюшны потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая, йодир.	Дрожжекарпаше		
51	Макаронные изделия, запеченные с сыром																															
36	Кофейный напиток с молоком						46																			10						
27	Бутерброд с маслом	35											5																			
	Итого	35	0	0	0	0	46	0	0	0	0	0	5	11	0	0	85	0	0	0	0	0	0	0	10	0	1,67	0	0	0		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
43	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)							9																								
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом							50	22,2																							
26	Субпродукты в соусе			2,5												1,8																
21	Рис отварной с овощами								9,5							2,5																
III	Хлеб пшеничный	15							29							5																
55/527	Компот из плодов консервированных																															
III	Хлеб ржаной	20																														
	Итого	15	20	2,5	0	36,5	0	50	69,7	0	130	0	2	9,3	2	5	0	11	77	0	37	5	0	0	0	0	0	0	0	0		
33	Напиток из шиповника																															
	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста																															
106		0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	15	11,02	3	2,5	0,8	3,25	11														
	Итого	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	15	11,02	8	2,5	0,8	3,25	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
67	Кукуруза с яйцом и луком																															
66	Голубцы ленивые																															
III	Хлеб пшеничный	30																														
III	Хлеб ржаной	20																														
25	Чай с сахаром																															
	Итого	30	20	24	0	9	0	0	141	0	0	0	5	6	3	23	0	75	0	0	0	0	0	0	0,67	0	0	0	0	0		
	Норма соли пищевой																															
	Итого за день	80	40	52,5	0	45,5	46	50	210,7	0	130	15	11,02	20	28,8	5,8	31,25	256	0	86	77	0	37	5	10	0,67	1,67	0	3	1		
	Итого	80	40	52,5	0	45,5	46	50	210,7	0	130	15	11,02	20	28,8	5,8	31,25	256	0	86	77	0	37	5	10	0,67	1,67	0	3	1		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Пример наименования блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупа, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (исключая бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофеинный напиток	Какао-порошок	Соль	пш.пов.волокн.	Дрожжи хлебопекарные					
																															Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
37	Суп молочный с крупой													2	1,5		135																		
16	Какао с молоком													5			85										1,25								
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	20											10																						
	Итого	20	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	10	7	1,5	0	220	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
79	Салат "Овощная мозайка"							11,3	30,05						3																				
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с маслом							28	56,2			0,17		1,8					11																
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	15							5						4	7	8					40													
32	Картофельное пюре							102						3		18																			
7	Комлот из сухофруктов											15		5																					
ПІ	Хлеб пшеничный	15																																	
ПІІ	Хлеб ржаной	20																																	
	Итого	30	20	0	0	0	0	141,3	91,25	0	0	15	0,17	5	4,8	7	26	0	11	0	0	40	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																																		
75	Крепитель сахарный													8	7	0,3	4																	1	
	Итого	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	7	0,3	4	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
18	Овощи натуральные соленые или свежие								40																										
1	Капуста, тушеная с мясом																																		
33	Напиток из шиповника			1,3															43																
ПІ	Хлеб пшеничный	25												5																					
ПІІ	Хлеб ржаной	20																																	
	Итого	2,5	20	1,3	0	0	0	0	190	0	0	15	0	5	0	8	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																		
	Итого за день	75	40	29,3	0	10	0	141,3	281,25	0	100	30	10,17	25	13,3	15,3	11	436	0	54	0	40	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,25	3

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 3

№ ТК (ТТК)	Пример пищи/наименование блюда	Завтрак										2 завтрак						Обед						Полдник						Ужин					
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Кислое	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (часть мясной тамен)	Субпродукты (говядина)	Субпродукты	Пицца (наполнители)	Блюда в категории (погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая	Дрожжи хлебопекарные			
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)				13					18			2	2																					
36	Кофейный напиток с молоком											5					98																		
3	Бутирфрод с маслом и сыром	30												5			85															1,67			
	Итого	30	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	7	0	183	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	1,67	0	0	0	0		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																160																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
35	Салат "Океан" (с кальмарами)								8																										
59	Суп картофельный с бобовыми, с маслом				14		35	16,2																39											
60	Гречка из пшеничного хлеба	28												1,8																					
70	Азу			2				24,1																											
49	Макаронные изделия отварные с овощами																																		
22	Кисель из ягод					5		26																											
ГП	снежмеороженых																																		
	Хлеб ржаной	28	20	2	5	14	26	35	118,3	0	16	0	8	4,8	6	8	0	0	0	58	0	0	0	0	39	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого	28	20	2	5	14	26	35	118,3	0	16	0	8	4,8	6	8	0	0	58	0	0	0	0	39	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
25	Чай с сахаром																																		
81	Творожники песочные			21																															
	Итого	0	0	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0,09	8,13	8	0,8	6	16														0,67			
18	Овощи натуральные соевые или свежие																																		
82	Теряги рыбные			5			3																												
32	Картофельное пюре						102		40																										
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																									
ГП	Хлеб ржаной	20																																	
	Итого	0	20	5	0	3	0	102	47	180	0	0	0	3	3	3	30	0	0	0	0	0	0	0	39	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																		
	Итого за день	58	40	28	5	30	26	137	165,3	180	34	0	0,09	28,13	22,8	9,8	17	373	16	58	0	0	78	2	9	0,67	1,67	0	3	3	0	3	0		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощный)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Мясо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (исключая category I потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофе/чай/напиток	Какао-порошок	Соль	Жиры/масла/др.					
																															Завтрак	Обед	Ужин		
11	Омлет натуральный Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные							62						5	80	70																			
12	Какао с молоком													5				85										1,25							
16	Бутерброд с маслом	20												6																					
27	Итого	20						62						5	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,25	0	0	0				
2 завтрак																																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)								180																										
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																			
54	Салат "Сельский"							35									2	9																	
107	Суп-уха с рыбой							47	14							1,8																			
113	Запеканка картофельная с мясом					4,5		111	27						5		3			52															
55/527	Компот из плодов консервированных									121																									
ГП	Хлеб пшеничный	15																																	
ГП	Хлеб ржаной	15	40						76	0	121	0	0	2	5	3,8	12	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ГП	Итого	15	40	0	0	4,5	0	158	76	0	121	0	0	2	5	3,8	12	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдние																																			
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		180																
ГП	Кондитерские изделия (печенье, вафли, или пряники, конфеты, или др.)												30																						
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																			
93	Запеканка из творога					9							0,013	9	4		5	32	121																
2	Молоко стуженное																	25																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																								
12	Чай с молоком	0	0	0	0	9	0	0	0	0	95	0	0,013	14	4	0	5	80	121	0	0	0	0	0	4	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0	
ГП	Итого	0	0	0	0	9	0	0	0	0	95	0	0,013	14	4	0	5	80	121	0	0	0	0	4	0	0,67	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за день																																			
ГП	Итого за день	35	40	0	0	13,5	0	158	138	180	216	0	30,013	21	20	3,8	97	415	121	52	0	0	4	0	0,67	0	0	1,25	0	0	0	0	0	0	0

	Хлеб пшеничный	1239	800	510,1	40	643,7	178	2393,7	3635,9	2000	1952	174	242,52	503,53	354,3	174,6	795,8	7828,5	613	1190	243	410	640	179	85	10,05	20,04	10	60	8	Дрожжи хлебопекарные
	Итого за 20 дней	61,95	40	25,505	2	32,185	8,9	119,69	181,79	100	97,6	8,7	12,126	25,177	17,72	8,73	39,8	391,425	30,65	59,5	12,15	20,5	32,0	8,95	4,25	0,503	1,0	0,5	3	0,40	
	Итого за 1 день																														
	Нормы продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам (минимальные)	60	40	25	2	30	8	120	180	100	95	9	12	25	18	9	40	390	30	56,8	20	20	32	9	4	0,5	1	0,5	3	0,4	
	Процент удовлетворения норм питания	103,25	100,00	102,02	100,00	107,28	111,25	99,74	101,00	100,00	102,74	96,67	101,05	100,71	98,42	97,00	99,48	100,37	102,17	104,75	60,75	102,50	100,00	99,44	106,25	100,50	100,20	100,00	100,00	100,00	
	Процент отклонения от норм питания	3,25	0,00	2,02	0,00	7,28	11,25	-0,26	1,00	0,00	2,74	-3,33	1,05	0,71	-1,58	-3,00	-0,53	0,37	2,17	4,75	-39,25	2,50	0,00	-0,56	6,25	0,50	0,20	0,00	0,00	0,00	

Расчет продуктов питания (в граммах), на одну порцию, на одного ребенка
Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовые напитки)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (чистинная тамяна субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (целыгта-бройлера I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	пш.пов.допр.	Дрожжи хлебопекарные						
																																	Завтрак					
15	Каша манная молочная жидкая					23									3	3																						
36	Кофейный напиток со ступленными молочком														6					85									2									
27.83	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	25														6																						
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	0	191	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0			
Сок фруктовый (овощной)									180																													
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																						
18	Овощи натуральные соевые или сливие								50																													
5	Шни из свежей капусты со сметаной, с маслом							39	57,1							2					12																	
6	Паюс с маслом					51			30						3	3					80																	
22	Кашель из ягода																																					
ГП	Хлеб пшеничный	20				7,5						18			9																							
ГП	Хлеб ржаной		25																																			
ГП	Итого	20	25	0	7,5	51	0	39	137,1	0	0	18	0	0	9	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																						
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																																					
ГП	Бигон, или сушки, или булочки, или баранки	50																																				
ГП	Итого	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																						
76	Выпечет овощной							12,4	49,2																													
82	Тюфтели рыбные			6		4			8																													
32	Картофельное пюре							128																														
44	Чай с лимонном											6																										
ГП	Хлеб ржаной	25																																				
ГП	Итого	0	25	6	0	4	0	140,4	57,2	0	0	6	0	0	6	4	10	3,5	36	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной водированной на весь день																																					
ГП	Итого за день	95	50	6	7,5	78	0	179,4	194,3	180	0	24	0	0	24	16	15	3,5	427	0	92	0	0	0	46	6	0	0,8	2	0	0	0	0	0	0	5	0	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 3

№ ТК (ТК)	Наименование блюда	Первая неделя, день 3																																			
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Круты, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овоще)	Напитки негазированные (готовые напитки)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное растительное	Масло	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная заморозка на говядину)	Субпродукты	Птица (заморозка 1 категории попр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев., водпр.	Дрожжи хлебопекарные							
		Завтрак																																			
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					20						27		3	3		150																				
36	Кофейный напиток с молоком													6			85										2										
3	Бутерброд с маслом и сыром	35													5										13												
	Итого	35	0	0	0	20	0	0	0	0	0	27	0	9	8	0	235	0	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0	0	0	0	0					
		2 завтрак																																			
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																180																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
		Обед																																			
35	Салат "Океан" (с кальмарами)						12																														
108	Суп картофельный с крупой со сметаной, с маслом				4		56	19,5																													
40	Птица отварная							5																													
49	Макаронные изделия отварные с овощами																																				
22	Кисель из ягод свежемороженых																																				
ГП	Хлеб пшеничный	20										18																									
ГП	Хлеб ржаной	25																																			
	Итого	20	25	0	7,5	4	35	56	132,5	0	0	18	0	9	6	6	12	0	0	13	0	100	59	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
		Полдник																																			
25	Чай с сахаром																																				
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом																																				
92	Итого	0	0	29	0	2	0	0	1,8	0	0	0	0	0	0	0	7,7	4,4	0,8	4,8	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Ужин																																			
67	Кукуруза с айцом и луком								78																												
66	Голубцы ленивые								99																												
20	Компот из ягод замороженных			24		9																															
ГП	Хлеб пшеничный	30										20																									
ГП	Хлеб ржаной	25																																			
	Итого	30	25	24	0	9	0	0	177	0	0	20	0	6	6	4	28	0	0	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Норма соли пищевой поваренной водороданной на весь день																																			
	Итого за день	85	50	53	7,5	35	35	56	311,3	0	0	65	0	0	31,7	24,4	10,8	44,8	422	0	88	0	100	74	6	13	0,8	2	0	0	0	0	5	5	1,25		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 4

№ ТК (ГТК)	Наименование блюда	Завтрак												Обед												Ужин											
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Напитки витаминизированные (готовые напитки)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Мясо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цельная категория позр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая	Дрожжи хлебопекарные						
11	Омлет натуральный													5			80	70																			
	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные						77												85																		
12	Каша с молоком													6																			1,5				
27	Бутерброд с маслом	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
Итого		25	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	0	6	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
ГТК	Сок фруктовый (оплошой)								180																												
Итого		0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
28	Салат из морской капусты с яйцом						49										4	8																			
107	Суп-уха с рыбой				4,5		47	14									1,8																				
57	Судак из субпродуктов																																				
32	Картофельное пюре		1,4				14										1,4	5	18																		
74	Лимонный пайтток						128												22																		
ГТК	Хлеб пшеничный	20												17																							
ГТК	Хлеб ржаной	50																																			
Итого		20	50	1,4	0	4,5	0	175	77	0	0	0	0	17	5,4	10,8	22	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200																		
ГТК	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)													55																							
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
62	Сырники из творога													13	5		7																				
2	Молоко стуженное			27																																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)																																				
13	Чай с молоком																																				
Итого		0	0	27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	5	0	7	62,5	187	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																				
Итого за день		45	50	28,4	0	4,5	0	175	154	180	0	0	116	0	55	42	21,4	10,8	457,5	187	0	70	0	52	0	0	0,8	0	1,5	5	0	0					

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 5

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупа, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовые напитки)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (часть мясной тушки)	Субпродукты	Птица (цельная тушка)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль, повидло, мар.	Джемы, варенье							
		г	г	г	г	г	г	г	г	мл	мл	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г							
45	Каша "Дружба"					26																																
36	Кофейный напиток с молоком																			150																		
3	Булгурод, с маслом и сыром	35														6			85								2											
	Итого	35	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	235	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0	0	0	0	0					
Сок фруктовый (ополшой)									180																													
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
Обед																																						
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)								67,2																													
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом				15			39	18,5						2						12																	
60	Гречка из пшеничного хлеба	47																																				
42	Рыба по-польски			7																				60														
21	Рис отварной с овощами				45				40						6																							
109	Компот из сухофруктов (кураги и яблока)																																					
ГП	Хлеб ржаной	50											18		6																							
	Итого	47	50	7	0	60	0	39	125,7	0	0	0	18	0	6	8	9	20	13	0	12	0	0	60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Полдник																																						
8,9	Кисломолочный напиток или молоко																																					
23	Квашеное																																					
	Супчик на сметане	42													8	2,4	0,8	6		200																		
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	2,4	0,8	6		200	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																						
84	Резу из овощей с маслом							44	212						4	7																						
ГП	Хлеб пшеничный	30																																				
25	Чай с сахаром														6												0,8											
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	30	0	0	0	0	44	212	0	0	0	100																										
	Итого	30	0	0	0	0	44	212	0	0	0	100																										
Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																						
	Итого за день	112	50	49	0	86	0	83	337,7	180	0	100	18	0	29	22,4	16,8	26	448	0	53	0	60	19	13	0,8	2	0	5	0	0	0	0	0	0			

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Вторая посуда, день 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Казеин	Крутым, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Пишкетки витаминизированые (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Мясо, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частьная замена сухофруктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цельнотел. бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофеинный напиток	Какао-порошок	Соль, пов. соль, ипр.	Дрожжи хлебопекарные						
																															Завтрак	2 завтрак	Обед	Итоговое	Ужин	
37	Суп молочный с крушой					13									3	2		180																		
16	Какао с молоком														6			85						1,5												
17	Бутерброд с маслом (для повидлом)	25													12																					
	Итого	25	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	12	9	2	0	265	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,5	0	0			
ГП	Сок фруктовый (овощной)								180																											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
72	Икра кабачковая (промышленного производства)							50																												
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с маслом							31	61,5						0,19	2					12															
113	Запеканка картофельная с мясом							128	31							7					60															
7	Компот из сухофруктов												18																							
ГП	Хлеб пшеничный	20													6																					
ГП	Хлеб ржаной	50																																		
	Итого	20	50	0	0	0	0	159	142,5	0	0	0	18	0,19	6	9	0	3,5	0	72	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко																																			
111	Мягкое																																			
	Итого	0	0	44	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,7	3	0,3	2,8	200																1,25	
100	Вареники ленивые с маслом сливочным														3,7	3	0,3	2,8	218	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,25	
33	Напиток из шиповника												18			5	10																			
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																								
	Итого	0	0	40	0	0	0	0	0	0	0	100	18	0	22	5	0	10	0	119	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день	45	50	84	0	13	0	159	142,5	180	0	100	36	12,19	40,7	19	0,3	16,3	483	119	72	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	1,5	5	1,25		
	Итого за день	45	50	84	0	13	0	159	142,5	180	0	100	36	12,19	40,7	19	0,3	16,3	483	119	72	0	0	20	0	0	0	0	0	0	1,5	5	1,25			

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 1

№ ТК (ТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частьная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (индейка, бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные						
112	Суп молочный с макаронными изделиями						16								3	2			180																		
36	Кофейный напиток со стуженым молоком														6				85									2									
94	Яйцо отварное															40																					
27	Бульон с маслом	25														6																					
	Итого	25	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	40	265	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0				
Сок фруктовый (овощной)									180																												
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Обед																																					
18	Овощи натуральные соевые или свежие								50																												
107	Суп-уха с рыбой					4,5		47	14								1,8							52													
6	Шош с маком					51		30	30							3	3		80																		
22	Кисель из ягод																																				
22	Свежемороженых					7,5						18			9																						
ГП	Хлеб пшеничный	20																																			
ГП	Хлеб ржаной	25																																			
ГП	Итого	20	25	0	7,5	55,5	0	47	94	0	0	18	0	0	9	3	4,8	0	80	0	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Кисломолочный (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)																			200																		
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Ужин																																					
76	Вяленет овощной							12,4	49,2																												
11	Омлет натуральный														5		6		80	70																	
25	Чай с сахаром																																				
ГП	Хлеб пшеничный	30													6																						
ГП	Хлеб ржаной	25																																			
ГП	Итого	30	25	0	0	0	0	12,4	49,2	0	0	0	0	0	6	5	6	80	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0	0	0	0	0	0	0	
Норма соли пищевой поваренной водородной на весь день																																					
ГП	Итого за день	75	50	0	7,5	55,5	16	59,4	143,2	180	0	18	0	55	24	16	10,8	120	535	0	80	0	52	0	0	0	0,8	2	0	0	5	5	0	0	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание
Третья неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крутым, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Пищевитаминизированное (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сусloffрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Мясо, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная заморозка на говядину)	Субпродукты	Птица (целыгитя-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные				
15	Каша манная молочная жидкая					23									3			106																
16	Какао с молоком														6			85										1,5						
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	25												12																				
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	12	9	3	0	191	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,5	0	0				
	2 завтрак																																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Обед																																	
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)							67,2									5																	
39	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом					5		56	22,1						2					12				6										
64	Печень говяжья порционная, с картошкой	0,6						128							0,6	6		22		69			12											
32	Картофельное пюре														4																			
7	Компот из сухофруктов												18																					
ГП	Хлеб пшеничный	20																																
ГП	Хлеб ржаной	25																																
	Итого	20	25	0,6	0	5	0	184	89,3	0	0	0	18	0	6	6,6	11	22	0	12	69	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Полдник																																	
8,9	Кисломолочный напиток или молоко																	200																
23	Вареники																																	
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	2,4	0,8	6	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Ужин																																	
18	Овощи натуральные соевые или свежие								50																									
1	Каруца, тушеная с маслом			1,3				150																										
33	Напиток из шиповника												18		6																			
ГП	Хлеб пшеничный	30																																
ГП	Хлеб ржаной	30							200	0	0	0	18	0	6	0	8	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого	30	25	1,3	0	0	0	200	0	0	0	0	18	0	6	0	8	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой																																	
	Итого за день	75	50	43,9	0	28	0	184	289,3	0	0	100	36	12	29	12	19,8	6	413	0	69	0	0	37	0	0	0	1,5	5	5	0	0		

