

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЛЮЩИХСЯ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕВЫШАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины														№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углево-да, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Ф, мг	Se, мг		
Завтрак																					
МЯСО ВАРЕНОЕ	20	1,6	1,2	0,1	25,3	0,01	0,00	0,04	0,40	0,80	0,05	12,81	1,93	48,24	0,40	16,08	4,02	0,16	0,00	213	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	2,2	5,1	16,7	124,3	0,02	0,36	0,03	0,10	0,69	0,08	92,91	8,19	73,12	0,08	32,49	6,17	0,02	0,00	189	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,8	2,3	11,0	91,4	0,03	0,57	0,02	0,00	1,10	0,12	145,26	18,76	123,24	0,39	55,51	9,90	0,03	0,00	TKM003	УСЛ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,4	0,7	15,0	57,5	0,11	0,00	0,00	0,06	0,00	0,04	4,75	3,25	25,00	0,53	13,00	0,00	0,03	0,00	TKM004	УСЛ
Итого за прием пищи:	365	6,9	9,3	42,8	298,6	0,17	0,93	0,09	0,56	2,59	0,30	255,72	32,13	259,60	1,39	117,59	20,09	0,23	0,00		
II Завтрак																					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,5	0,0	24,8	102,0	0,03	9,00	0,09	0,00	0,00	0,06	7,50	18,00	22,50	0,30	228,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,5	0,0	24,8	102,0	0,03	9,00	0,09	0,00	0,00	0,06	7,50	18,00	22,50	0,30	228,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,0	0,1	0,9	6,5	0,01	2,50	0,00	0,00	0,00	0,01	11,50	7,00	12,00	0,30	25,00	0,00	0,01	0,00	TKM017	УСЛ
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	2,7	6,5	10,4	69,8	0,04	5,33	0,20	0,16	0,57	0,05	62,00	21,81	70,00	1,10	273,50	5,00	0,00	0,00	57	2012
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	4,3	2,8	0,4	69,0	0,04	0,21	0,05	0,93	5,00	0,08	53,77	14,15	186,11	0,56	0,53	0,00	0,00	0,00	249	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,9	0,4	10,6	67,5	0,09	7,22	0,50	0,24	0,19	0,08	50,49	27,85	85,34	1,00	103,88	7,05	0,04	0,00	322	2012
КОМОТ ИЗ ЯБЛОКА	150	0,0	0,1	13,1	54,8	0,01	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	17,99	6,29	17,55	0,35	65,61	0,00	0,01	0,00	TKM005	УСЛ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,1	8,4	28,5	0,03	0,00	0,00	0,33	0,02	0,02	2,70	2,85	13,05	0,60	5,40	0,84	0,15	0,00	TKM003	УСЛ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,4	0,7	15,0	57,5	0,11	0,00	0,00	0,06	0,00	0,04	4,75	3,25	25,00	0,53	13,00	0,00	0,03	0,00	TKM004	УСЛ
Итого за прием пищи:	585	11,2	10,7	56,7	352,6	0,34	15,28	0,75	1,62	5,78	0,31	203,14	83,23	389,05	4,43	486,73	12,90	0,23	0,00		
Уплотненный полдник																					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,0	0,1	1,9	12,0	0,03	13,39	0,08	0,20	0,05	0,02	7,00	10,00	13,00	0,50	10,00	1,00	0,05	0,00	TKM014	УСЛ
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	5,0	3,1	5,9	70,8	0,05	0,42	0,02	0,16	0,16	0,08	37,98	10,13	121,82	0,72	32,50	2,85	0,21	0,00	308	2012
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,0	1,0	0,2	51,2	0,03	4,57	0,41	0,26	1,11	0,03	49,26	13,27	54,40	0,49	46,30	2,64	0,03	0,00	129	2008
КЕФИР 2,5%	180	3,4	5,2	7,2	95,4	1,80	18,00	0,18	3,60	3,60	0,00	4,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	435	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	14,0	47,5	0,05	0,00	0,00	0,55	0,03	0,04	4,50	4,75	21,75	1,00	9,00	1,40	0,25	0,00	003	УСЛ
ВАТУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,1	3,4	40,6	201,9	0,05	4,00	0,02	0,34	0,15	0,04	15,02	8,51	40,87	0,52	43,61	1,25	0,04	0,01	453	2008
Итого за прием пищи:	485	14,2	13,0	78,8	478,8	2,03	39,49	0,71	5,10	5,10	0,21	113,75	48,05	252,04	3,23	141,51	9,13	0,50	0,01		
Всего за день:		32,8	33,0	205,1	1 232,1	2,35	64,79	1,65	7,20	13,48	0,37	580,11	180,03	613,19	9,35	973,32	42,13	1,06	0,01		

Составлено в соответствии с требованиями СанПиН 2.3.1.2242-07 к питанию детей в дошкольных образовательных учреждениях, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

2019/08/08/2

2 день

*Лечебно-диагностический центр
г. Москва
29.09.2012*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества									№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Ф, мг	Se, мг								
Завтрак																											
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	2.7	3.8	12.0	88.0	0.09	0.08	0.04	0.09	0.01	0.07	109.40	6.80	80.00	0.54	14.60	0.00	0.08	0.00	0.00	3	2012					
КАША РИСОВАЯ ЖИДКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	2.1	5.1	16.6	126.1	0.03	0.37	0.03	0.17	0.72	0.08	97.66	15.21	96.08	0.21	36.76	6.63	0.02	0.00	0.00	189	2008					
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.4	1.7	9.3	71.7	0.02	0.51	0.01	0.00	0.90	0.10	123.47	14.67	100.28	0.74	46.39	8.10	0.02	0.00	0.00		УСЛ					
Итого за прием пищи:	355	6.2	10.6	37.9	285.8	0.14	0.96	0.08	0.25	1.64	0.26	330.53	36.68	276.36	1.49	97.75	14.73	0.13	0.00	0.00							
II Завтрак																											
КОСУРТ 3,1%	180	4.5	4.5	8.1	101.7	0.05	1.26	0.05	0.00	0.00	0.31	216.00	25.20	171.00	0.00	180.00	0.00	0.05	0.00	0.00		2008					
Итого за прием пищи:	180	4.5	4.5	8.1	101.7	0.05	1.26	0.05	0.00	0.00	0.31	216.00	25.20	171.00	0.00	180.00	0.00	0.05	0.00	0.00							
Обед																											
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.2	5.6	4.3	69.1	0.02	7.34	0.16	3.09	0.03	0.03	30.38	10.76	36.06	0.48	42.60	1.83	0.03	0.00	0.00	51	2008					
СУП ИЗ ОВОЩЕ И С ГОРЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/105	3.1	3.2	7.5	67.9	0.05	5.72	0.14	0.20	0.50	0.05	46.98	17.40	80.21	0.97	67.26	4.00	0.11	0.00	0.00	95	2008					
ПЕЧЕНЬ ПО-СТУГОЛАНОВСКИ	50/30	10.3	7.6	4.1	145.2	0.01	0.42	0.05	0.17	0.87	0.01	20.11	2.33	212.36	0.12	24.90	0.88	0.63	0.00	0.00	256	2008					
МАКРОННЫЕ И ЗЕЛЕНИИ ОВЯРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2.9	3.3	22.6	129.1	0.04	0.00	0.02	0.77	0.01	0.01	9.49	4.89	27.46	0.62	7.00	0.50	0.01	0.01	0.01	205	2012					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА	150	0.0	0.2	10.9	55.2	0.12	0.13	0.00	0.00	0.33	0.00	8.51	1.35	11.70	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00	ТК№027	УСЛ					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ СЛОЖАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	11.2	38.0	0.04	0.00	0.00	0.44	0.02	0.03	3.60	3.80	17.40	0.80	7.20	1.12	0.20	0.00	0.00	ТК№003	УСЛ					
БАТОН СЛОЖАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.06	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	0.00	ТК№004	УСЛ					
Итого за прием пищи:	610	19.2	20.6	75.7	561.9	0.39	13.61	0.36	4.74	1.75	0.18	123.82	43.78	410.19	3.52	162.77	8.32	1.00	0.01	0.01							
Уплотненный полдник																											
СЕРБИД СОЛЕНАЯ	50	6.5	6.5	0.0	92.0	0.15	0.50	0.02	0.00	22.50	0.50	11.50	14.50	118.00	0.35	17.50	0.00	0.50	0.02	0.02	521	2013					
ПЮРЕ КАРГОФЕЛЬНОЕ	110	2.0	3.1	9.9	86.7	0.01	7.61	0.02	0.18	0.17	0.08	31.73	21.35	67.61	0.87	102.21	6.19	0.03	0.00	0.00	321	2012					
КОМПОТ ИЗ СМЕ СИ СУХОВЯЖТОВ	185	0.0	0.0	4.8	19.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.74	1.70	0.00	0.00	0.72	0.00	0.00	0.00	402	2008						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ СЛОЖАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	11.2	38.0	0.04	0.00	0.00	0.44	0.02	0.03	3.60	3.80	17.40	0.80	7.20	1.12	0.20	0.00	0.00							
Ваколи	25	0.5	0.6	19.3	88.5	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	4.00	2.50	9.00	0.48	35.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5	2008					
Итого за прием пищи:	400	10.3	10.9	45.3	324.5	0.29	8.11	0.04	0.62	22.69	0.62	58.58	43.85	212.01	2.40	162.65	7.31	0.73	0.02	0.00							
Всего за день:		40.2	46.8	167.0	1274.0	0.47	23.94	0.53	6.61	26.08	1.36	728.93	149.51	1089.58	7.41	603.17	30.36	1.91	0.03	0.03							

3 день

Смирнов
Добровольцев
 29.10.2022

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.3	3.0	23.5	108.1	0.10	5.88	0.01	0.12	0.01	0.04	8.56	4.83	24.61	0.53	26.23	0.00	0.02	0.00	2	2012
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0.4	1.2	6.9	22.0	0.03	3.30	0.00	0.98	0.00	0.01	6.44	6.25	18.01	0.21	28.40	0.00	0.01	0.00	10	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8.7	12.1	2.3	119.0	0.10	0.20	0.20	4.20	0.40	30.90	13.70	183.80	2.10	178.90	21.50	0.00	0.00	0.00	214	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.5	1.7	10.5	79.2	0.03	0.47	0.01	0.00	0.90	0.10	121.73	13.10	103.13	0.26	47.87	8.10	0.02	0.00	ТН№028	УСЛ
Итого за прием пищи:	380	11.9	18.1	43.2	328.4	0.26	9.85	0.23	5.30	2.91	0.55	217.62	38.88	329.55	3.09	281.40	29.60	0.06	0.00		
II Завтрак																					
РЯЖЕНКА 2.5%	200	5.8	5.0	8.4	108.0	0.04	0.60	0.05	0.00	0.20	0.26	400.00	28.00	300.00	0.20	70.00	18.00	0.20	0.00	435	2008
Итого за прием пищи:	200	5.8	5.0	8.4	108.0	0.04	0.60	0.05	0.00	0.20	0.26	400.00	28.00	300.00	0.20	70.00	18.00	0.20	0.00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.0	0.1	1.3	7.0	0.02	5.00	0.01	0.05	0.00	0.02	11.50	7.00	21.00	0.50	25.00	1.50	0.01	0.00	ТН№015	УСЛ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	150/10/1	3.1	2.7	12.2	91.6	0.05	4.36	0.13	0.65	0.00	0.03	20.01	14.66	38.70	0.65	58.91	2.82	0.03	0.00	82	2012
ГУЛЫШ ИЗ ОТВАРНТОГО МЯСА	50/50	10.5	9.7	3.5	130.3	0.05	0.67	0.35	0.19	0.41	0.12	88.59	23.64	216.48	2.14	58.67	6.94	0.40	0.00	277	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3.4	5.1	25.8	146.2	0.13	0.00	0.02	2.74	0.04	0.07	12.90	72.00	107.88	2.51	20.77	1.31	0.01	0.00	181	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0.0	0.2	16.2	73.6	0.02	3.20	0.00	0.00	0.16	0.02	24.00	6.40	11.20	5.60	32.00	1.60	0.16	0.00	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.0	0.1	8.4	28.5	0.03	0.00	0.00	0.33	0.02	2.70	2.85	13.05	0.60	5.40	0.84	0.15	0.00	ТН№ 003	УСЛ	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.05	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	ТН№004	УСЛ
Итого за прием пищи:	621	19.4	18.6	82.2	534.6	0.40	13.23	0.50	4.23	0.63	0.32	164.46	128.80	433.31	12.52	213.75	15.01	0.78	0.00		
Уплотненный полдник																					
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	2.2	5.1	7.6	64.1	0.00	0.02	0.03	0.13	0.02	0.00	2.47	0.00	1.86	0.01	0.87	0.00	0.03	0.00	126	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0.0	0.0	5.2	23.3	0.00	1.92	0.00	0.00	0.00	0.00	10.93	2.75	2.36	0.11	20.19	0.00	0.00	0.00	ТН№040	УСЛ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.0	0.1	8.4	28.5	0.03	0.00	0.00	0.33	0.02	2.70	2.85	13.05	0.60	5.40	0.84	0.15	0.00	ТН№003	УСЛ	
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3.7	1.5	28.0	143.7	0.06	0.10	0.00	0.26	0.10	0.04	31.76	1.31	53.91	0.40	26.75	2.42	0.01	0.01	477	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	100	0.5	0.5	21.0	96.0	0.04	10.00	0.03	0.20	0.10	0.05	8.00	47.00	28.00	0.80	100.00	0.00	0.06	0.00	ТН№020	УСЛ
Итого за прием пищи:	465	7.9	7.2	70.2	357.6	0.13	12.04	0.05	0.71	0.24	0.12	57.65	55.92	99.19	1.72	153.27	3.26	0.25	0.01		
Всего за день:	44.9	48.9	204.1	1 328.6	0.83	35.72	0.84	10.23	3.96	1.25	839.93	253.80	1 102.	17.53	718.36	65.87	1.29	0.02			

Лист (вкладыш) в журнал учета приема пищи
 29.12.2012

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Не ретен-туры	Специк рецептур				
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			Л, мкг	Ф, мг	Se, мг	
Завтрак																						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3.1	2.3	0.3	50.8	0.02	0.00	0.08	0.03	0.81	1.67	0.12	25.66	3.86	96.60	0.81	32.20	8.05	0.32	0.00	213	2008
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	140	2.3	4.7	16.7	121.4	0.03	0.36	0.03	0.47	0.69	0.08	95.40	10.62	84.44	0.21	39.92	6.17	0.02	0.00	189	2008	
БАЛЛО С МОЛОКОМ	180	1.8	2.3	11.0	91.4	0.03	0.57	0.02	0.00	0.00	1.10	0.12	145.28	18.76	123.24	0.39	53.51	9.90	0.03	0.00	ТК№003	УС1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.6	0.9	18.0	69.0	0.13	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.05	5.70	3.90	30.00	0.63	15.60	0.00	0.03	0.00	ТК№004	УС1
Итого за прием пищи:	390	8.9	10.1	48.9	332.6	0.21	0.93	0.12	1.35	3.40	0.37	272.00	37.14	334.28	2.03	143.23	24.12	0.40	0.00			
II Завтрак																						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0.0	0.2	15.2	69.0	0.02	3.00	0.00	0.00	0.00	0.15	0.02	22.50	6.00	10.50	5.25	30.00	1.50	0.15	0.00	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0.0	0.2	15.2	69.0	0.02	3.00	0.00	0.00	0.00	0.15	0.02	22.50	6.00	10.50	5.25	30.00	1.50	0.15	0.00		
Обед																						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0.2	2.1	3.9	36.8	0.02	2.73	0.53	1.36	0.00	0.00	0.02	22.60	10.82	41.50	0.72	18.75	1.77	0.12	0.00	40	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СЛЕГАННОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	150/105	2.9	4.3	5.7	82.2	0.04	8.11	0.17	1.39	0.53	0.05	53.77	17.51	74.61	0.99	81.53	4.09	0.10	0.00	0.00	57	2012
ПЕТРУШКА	70	6.8	5.3	6.7	101.9	0.06	0.30	0.04	0.65	0.27	3.27	0.08	67.83	15.55	158.12	0.48	42.99	67.19	0.43	0.00	289	2012
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	130	1.6	5.2	12.1	101.5	0.06	8.04	0.32	0.27	1.01	0.05	48.13	18.81	60.28	0.82	82.69	4.56	0.03	0.00	344	2012	
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 И ВАНИЛИ)	140	0.0	0.0	15.6	48.6	0.01	0.21	0.08	0.00	0.00	0.00	0.02	29.69	13.66	19.89	0.37	130.61	0.00	0.01	0.00	402	2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	20	1.3	0.2	11.2	38.0	0.04	0.00	0.00	0.44	0.02	0.03	3.60	3.80	17.40	0.80	7.20	1.12	0.20	0.00	ТК№003	УС1	
ХЛЕБ, РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.3	0.11	0.09	0.00	0.06	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	ТК№004	УС1	
Итого за прием пищи:	610	14.1	17.8	70.3	486.4	0.34	19.39	1.13	4.17	4.78	0.30	230.37	83.40	396.80	4.71	376.77	78.73	0.92	0.00			
Уплотненный полдник																						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	9.9	8.7	22.4	212.9	0.05	0.23	0.01	1.62	0.73	0.22	303.23	28.06	439.76	0.79	65.70	1.11	0.48	0.03	317	2012	
С ОУХ МОЛОЧНЫЙ (САЛАТ)	30	0.4	1.5	4.0	30.7	0.01	0.08	0.01	0.03	0.08	0.02	21.59	2.08	17.33	0.03	7.81	1.37	0.00	0.00	31.7	2008	
МОЛОКО КИРСКОЕ	170	1.8	3.5	8.2	104.2	0.05	0.93	0.03	0.60	1.79	0.19	228.35	20.06	186.26	0.14	82.20	16.12	0.04	0.00	434	2008	
ЯБЛОКО СВЕЖЕ	110	0.4	0.4	10.8	51.7	0.03	11.00	0.01	0.49	0.00	0.02	17.40	8.40	88.00	2.42	27.50	2.20	0.55	0.00	ТК№010	УС1	
Итого за прием пищи:	430	13.5	14.1	45.3	389.5	0.14	12.24	0.06	2.34	2.80	0.45	570.77	58.99	731.36	3.39	183.40	20.80	1.08	0.03			
Всего за день:		36.5	42.2	176.6	1267.6	0.70	35.56	1.31	7.86	10.93	1.13	1095.64	185.54	1472.94	15.38	733.40	128.16	2.54	0.03			

Исполнитель: [подпись]
 20.10.2012

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											№ рецеп-туры	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			Л, мг	Н, мг	Se, мг
Завтрак																					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2.7	3.8	12.0	88.0	0.09	0.06	0.04	0.09	0.01	0.07	109.40	6.80	80.00	0.54	14.60	0.00	0.00	3	2012	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	140	2.3	5.1	16.7	124.3	0.03	0.36	0.03	0.48	0.70	0.06	95.61	10.62	84.60	0.21	39.98	6.17	0.02	0.00	189	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.4	1.7	9.3	71.7	0.02	0.51	0.01	0.00	0.90	0.10	123.47	14.67	100.28	0.74	46.39	8.10	0.02	0.00	ТК№040	УСЛ
Итого за прием пищи:	350	6.4	10.6	38.0	284.1	0.15	0.95	0.08	0.57	1.61	0.25	328.48	32.09	264.88	1.49	100.98	14.27	0.12	0.00		
II Завтрак																					
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.2	7.5	38.0	0.06	38.00	0.01	0.20	0.10	0.03	35.00	11.00	17.00	0.10	155.00	0.00	0.15	0.00	ТК№054	УСЛ
Итого за прием пищи:	100	0.8	0.2	7.5	38.0	0.06	38.00	0.01	0.20	0.10	0.03	35.00	11.00	17.00	0.10	155.00	0.00	0.15	0.00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0.0	0.1	0.9	6.5	0.01	2.50	0.00	0.00	0.00	0.01	11.50	7.00	12.00	0.30	25.00	0.00	0.01	0.00	ТК№017	УСЛ
СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	250/15/1	6.1	3.1	19.4	132.2	0.13	10.07	0.22	0.57	1.70	0.09	55.04	38.32	156.96	1.35	148.47	52.35	0.31	0.00	92	2008
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	130	8.5	8.1	21.6	190.7	0.07	0.97	0.26	0.51	0.07	0.11	46.66	28.87	202.97	1.21	50.83	3.77	0.32	0.00	304	2012
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	150	0.0	0.0	16.3	67.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.58	1.44	3.24	0.00	0.52	0.00	0.01	0.00	ТК№046	УСЛ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.7	0.2	14.0	47.5	0.05	0.00	0.00	0.55	0.03	0.04	4.50	4.75	21.75	1.00	9.00	1.40	0.26	0.00	ТК№003	УСЛ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.00	0.00	0.04	4.75	3.25	9.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	ТК№004	УСЛ
Итого за прием пищи:	646	17.5	12.2	87.6	501.6	0.37	13.55	0.48	1.70	1.80	0.29	131.03	83.43	411.93	4.38	246.81	57.52	0.92	0.00		
Уплотненный полдник																					
ЖАРКОЕ ГО-ДОМШЕНУ	150	12.1	9.6	8.5	184.5	0.11	6.84	0.01	0.16	0.42	0.16	84.81	34.75	249.28	2.77	131.47	10.36	0.43	0.00	276	2012
КЕФИР 2.5%	100	3.4	5.2	7.2	95.4	1.80	18.00	0.18	3.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	435	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.0	0.1	6.4	28.5	0.03	0.00	0.00	0.31	0.02	0.02	2.70	2.85	13.05	0.60	5.40	0.84	0.15	0.00	ТК№003	УСЛ
БУЛОЧКА "ИЗ ЧУШКА"	55	3.1	3.4	26.2	150.6	0.05	0.00	0.00	1.57	0.04	0.02	8.37	5.91	33.75	0.38	18.28	0.74	0.01	0.01	471	2008
Итого за прием пищи:	400	19.7	18.3	50.3	439.0	2.00	24.84	0.20	5.60	4.07	0.20	95.88	43.51	240.09	3.74	185.14	11.94	0.61	0.01		
Всего за день:		44.4	41.3	183.4	1 262.8	2.57	77.33	0.78	8.13	7.58	0.78	590.39	170.03	989.89	9.72	657.94	83.73	1.81	0.02		

6 день

*Ирина Викторовна
Давыдова
20.07.2022*

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины												Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур										
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Na, мг	Se, мг																				
Завтрак																																							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,3	3,9	23,5	144,7	0,10	5,88	0,03	0,14	0,14	0,01	0,04	9,28	4,83	25,25	0,53	26,38	0,00	0,02	0,00	2	2012																	
КАША ПШЕНИНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СПИВОЧНЫМ	155	2,6	5,4	16,3	131,5	0,07	0,40	0,03	0,49	0,77	0,09	106,48	20,17	112,03	0,48	40,38	7,51	0,02	0,00	189	2008																		
КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,5	1,7	10,5	79,2	0,03	0,47	0,01	0,00	0,90	0,10	121,73	15,10	103,13	0,26	47,87	8,10	0,02	0,00	TKH028	УСЛ																		
Итого за прием пищи:	375	5,4	11,1	50,3	325,3	0,19	6,74	0,08	0,63	1,67	0,23	237,49	40,10	240,41	1,27	114,83	15,61	0,07	0,00																				
II Завтрак																																							
КЕФИР 2,5%	150	2,9	4,4	6,0	79,5	1,50	15,00	0,15	3,00	3,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	435	2008																
Итого за прием пищи:	150	2,9	4,4	6,0	79,5	1,50	15,00	0,15	3,00	3,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00																		
Обед																																							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,0	2,4	4,1	40,3	0,01	1,90	0,00	1,33	0,05	0,02	25,65	9,41	34,26	0,60	23,75	3,33	0,04	0,00	33	2012																		
СУП КАРТОВОЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,9	3,1	21,4	118,2	0,16	2,78	0,15	2,48	0,00	0,06	29,06	21,95	64,74	1,46	108,43	2,67	0,03	0,00	81	2012																		
РЫБА (ФЛИП) ОТВАРНАЯ	30	7,5	0,4	0,3	44,3	0,04	0,36	0,04	0,61	3,84	0,03	45,86	16,30	156,44	0,29	35,00	86,56	0,51	0,00	228	2008																		
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	1,9	8,2	14,5	134,5	0,08	14,21	0,52	2,47	0,06	0,07	49,47	28,34	74,40	1,29	130,95	6,05	0,04	0,00	141	2008																		
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	110	0,4	0,1	31,0	112,2	0,01	0,21	0,00	0,00	0,00	0,02	31,69	14,07	12,89	0,37	14,104	0,00	0,01	0,00	406	2008																		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	1,3	0,2	11,2	38,0	0,04	0,00	0,00	0,44	0,02	0,03	3,60	3,80	17,40	0,80	7,20	1,12	0,20	0,00	TKH003	УСЛ																		
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,4	0,7	15,0	57,5	0,11	0,00	0,00	0,06	0,00	0,04	4,75	3,25	25,00	0,53	13,00	0,00	0,03	0,00	TKH004	УСЛ																		
Итого за прием пищи:	615	15,4	15,0	97,5	545,0	0,45	19,48	0,79	7,39	3,97	0,28	180,06	98,11	392,14	5,35	449,37	99,72	0,66	0,00																				
Уплотненный полдник																																							
СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,1	7,3	1,3	99,1	0,04	0,00	0,03	0,23	0,64	0,10	63,13	18,47	163,02	1,67	35,17	5,82	0,34	0,00	298	2008																		
ПОРРЕ КАРТОВОЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	1,8	3,7	10,4	89,4	0,09	7,20	0,52	0,33	0,15	0,08	46,82	27,38	82,31	1,00	102,89	6,69	0,04	0,00	322	2012																		
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,2	0,1	18,7	77,5	0,00	14,72	0,00	0,13	0,00	0,01	12,45	6,50	5,46	0,22	65,40	0,18	0,00	0,00	437	2008																		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,1	8,4	28,5	0,03	0,00	0,00	0,33	0,02	0,02	2,70	2,85	13,05	0,60	5,40	0,84	0,15	0,00	TKH002	УСЛ																		
ГРУША С ВИШНЕЙ	100	0,4	0,3	10,3	47,0	0,02	5,00	0,00	0,36	0,01	0,03	19,00	40,00	2,00	100,00	1,00	0,01	0,00	0,00																				
Итого за прием пищи:	435	11,5	11,5	49,2	341,6	0,10	26,92	0,56	1,39	0,82	0,24	144,20	67,21	304,44	5,30	308,55	14,53	0,54	0,00																				
Всего за день:	202,9	35,1	41,9	202,9	1 291,4	2,32	68,14	1,58	12,40	9,46	0,75	571,77	200,42	936,99	17,03	672,55	129,85	1,48	0,00																				

*Для бухгалтерии
добавить
2022.12.12*

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг	В1, мг		С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мкг	Se, мг
Завтрак																					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.1	8.8	12.1	105.8	0.09	0.00	0.07	0.27	0.02	0.04	8.80	2.60	24.00	0.44	11.90	0.00	0.02	0.00	1	2012
САЛАТ ИЗ ГОРШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0.5	1.7	9.2	29.4	0.04	4.40	0.00	1.30	0.00	0.02	8.56	8.32	23.98	0.27	37.82	0.00	0.02	0.00	10	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	7.1	8.6	1.5	93.2	0.08	0.17	0.17	3.49	1.66	0.33	67.15	11.37	152.55	1.74	148.49	17.85	0.00	0.00	214	2008
КАДАУ С МОЛОКОМ	180	1.8	2.3	11.0	91.4	0.03	0.57	0.02	0.00	1.10	0.12	145.25	18.76	123.24	0.39	55.51	9.90	0.03	0.00	TKH0043	УСП
Итого за прием пищи:	360	10.5	21.3	38.7	319.8	0.24	5.14	0.27	5.06	2.78	0.51	229.76	41.05	323.77	2.84	253.22	27.75	0.07	0.00		
II Завтрак																					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.0	0.2	15.2	69.0	0.02	3.00	0.00	0.00	0.15	0.02	22.50	6.00	10.50	5.25	30.00	1.50	0.15	0.00	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0.0	0.2	15.2	69.0	0.02	3.00	0.00	0.00	0.15	0.02	22.50	6.00	10.50	5.25	30.00	1.50	0.15	0.00		
Обед																					
САЛАТ КАРТОВЕЛЬНЫЙ	50	0.7	6.1	6.3	80.8	0.03	5.13	0.03	3.26	0.01	0.03	10.74	8.80	22.69	0.40	43.50	1.80	0.02	0.00	43	2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/153	3.8	3.9	4.3	67.8	0.04	5.27	0.13	0.10	0.47	0.06	72.64	17.44	119.76	1.09	74.65	4.42	0.15	0.00	88	2008
ПТИЦА, ГУШЕНЬКА В СМЕТАННОМ СОУСЕ	75	5.7	6.7	10.7	134.2	0.04	0.46	0.03	1.68	0.91	0.08	42.33	10.83	139.32	0.72	32.47	3.05	0.26	0.00	312	2008
МАКАРОННЫЕ И ЗАЛИВА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2.9	3.3	22.6	129.1	0.04	0.00	0.02	0.77	0.00	0.01	9.49	4.89	27.46	0.62	7.20	0.50	0.01	0.01	205	2012
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0.5	0.0	4.8	102.0	0.03	9.00	0.09	0.00	0.00	0.06	7.50	18.00	22.50	0.30	228.00	0.00	0.00	0.00	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	11.2	38.0	0.04	0.00	0.00	0.44	0.02	0.03	3.60	3.80	17.40	0.80	7.20	1.12	0.20	0.00	TKH003	УСП
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.06	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	TKH003	УСП
Итого за прием пищи:	598	16.2	20.9	94.9	609.4	0.33	19.86	0.31	6.32	1.41	0.31	151.05	67.01	374.14	4.44	406.02	10.89	0.66	0.01		
Уплотненный полдник																					
ОВОЩИ, ПРИГотовленные в сметанном соусе	130	1.1	0.9	9.7	51.8	0.03	4.57	0.40	0.26	1.02	0.03	45.57	13.22	45.11	0.49	45.98	2.56	0.03	0.00	129	2008
РЯЖЕНКА 2,5%	180	5.2	4.5	7.6	97.2	0.04	0.54	0.05	0.00	0.18	0.23	380.00	25.20	270.00	0.18	63.00	16.20	0.18	0.00	435	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.7	0.2	14.0	47.5	0.05	0.00	0.00	0.55	0.03	0.04	4.50	4.75	21.25	1.00	9.00	1.40	0.25	0.00	TKH003	УСП
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0.6	0.6	14.7	70.5	0.05	15.00	0.01	0.95	0.00	0.03	24.00	12.00	120.00	3.30	37.50	3.00	0.75	0.00	TKH010	УСП
ВАРГУШКА С ТВОРОГОМ	50	3.8	1.7	11.5	119.4	0.04	0.03	0.01	0.16	0.17	0.05	49.38	7.54	88.81	0.37	22.88	1.19	0.10	0.01	249	2014
Итого за прием пищи:	535	12.3	7.9	67.5	386.3	0.20	20.14	0.47	1.92	1.40	0.38	483.45	62.71	545.96	5.34	178.56	24.45	1.31	0.01		
Всего за день:		39.0	50.3	211.2	1384.6	0.79	48.14	1.04	13.30	5.24	1.22	886.77	176.77	1254.08	17.87	888.11	64.46	2.18	0.02		

*Вед. Водкина
дог. Гроу до 10.02.22
Ведкина*

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											№ рецп-туры	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			Л, мг	Ф, мг	Se, мг
Завтрак																					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	2.9	3.9	14.0	95.6	0.11	0.08	0.04	0.09	0.01	0.08	110.03	7.23	83.30	0.61	16.32	0.00	0.00	3	2012	
КОШЛА ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	135	2.7	4.7	18.1	138.0	0.05	0.53	0.03	0.28	1.02	0.11	134.34	19.69	129.99	0.34	50.66	9.52	0.03	0.00	190	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.4	1.7	9.3	71.7	0.02	0.51	0.01	0.00	0.90	0.10	123.47	14.67	100.28	0.74	46.39	8.10	0.02	0.00	ТК№010	УСЛ
Итого за прием пищи:	350	7.0	10.3	41.4	305.3	0.18	1.12	0.08	0.37	1.93	0.29	367.84	41.59	313.57	1.69	113.37	17.62	0.13	0.00		
II Завтрак																					
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.2	7.5	38.0	0.06	38.00	0.01	0.20	0.10	0.03	35.00	11.00	17.00	0.10	155.00	0.00	0.15	0.00	ТК№054	УСЛ
Итого за прием пищи:	100	0.8	0.2	7.5	38.0	0.06	38.00	0.01	0.20	0.10	0.03	35.00	11.00	17.00	0.10	155.00	0.00	0.15	0.00		
Обед																					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0.0	0.1	1.9	12.0	0.03	12.50	0.08	0.20	0.05	0.02	7.00	10.00	13.00	0.50	10.00	1.00	0.05	0.00	ТК№014	УСЛ
РАСОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3.2	4.3	10.3	93.4	0.06	4.03	0.13	1.46	0.56	0.06	42.56	18.69	86.65	0.99	70.94	4.24	0.10	0.00	76	2012
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	7.9	7.3	14.1	139.4	0.14	10.32	0.02	0.68	0.22	0.14	54.95	37.51	181.74	2.37	155.90	9.51	0.25	0.00	291	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.0	0.0	7.1	27.1	0.00	0.04	0.00	0.00	0.00	0.01	10.28	4.93	6.67	0.66	5.16	0.00	0.00	0.00	382	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.7	0.2	14.0	47.5	0.05	0.00	0.00	0.55	0.03	0.04	4.50	4.75	21.75	1.00	9.00	1.40	0.25	0.00	ТК№003	УСЛ
БАЛОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.06	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	ТК№004	УСЛ
Итого за прием пищи:	545	14.0	12.6	62.4	386.8	0.39	26.86	0.23	2.94	0.88	0.30	124.05	79.23	334.62	6.06	283.97	18.25	0.17	0.00		
Уплотненный полдник																					
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	7.1	3.7	4.8	98.3	0.02	0.44	0.02	0.55	0.40	0.04	41.23	4.77	164.95	0.21	24.56	3.49	0.43	0.00	кк	ик
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1.6	4.4	11.1	82.7	0.05	6.50	0.55	0.44	0.23	0.05	65.30	19.73	80.24	0.69	71.34	4.39	0.03	0.00	338	2008
РЫБКА ИКА 2,5%	180	5.2	4.5	7.6	97.2	0.04	0.54	0.05	0.00	0.18	0.23	38.010	28.20	270.00	0.18	63.00	18.30	0.18	0.00	435	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.7	0.2	14.0	47.5	0.05	0.01	0.00	0.55	0.03	0.04	4.30	4.75	21.75	1.00	9.00	1.40	0.25	0.00	ТК№003	УСЛ
БАЛОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3.8	1.7	21.5	110.4	0.04	0.03	0.01	0.16	0.17	0.05	49.41	7.59	89.17	0.37	23.38	4.39	0.10	0.01	249	2014
Итого за прием пищи:	425	19.3	14.5	59.0	445.1	0.19	7.51	0.62	1.70	1.01	0.43	57.044	62.01	618.11	2.46	180.88	21.06	0.39	0.01		
Итого за день:		41.1	37.6	170.3	1185.3	0.82	73.51	0.95	5.21	3.93	1.05	1164.7	193.86	1291.50	10.31	723.15	69.53	1.95	0.02		

9 день

Ули Витерон
28.12.2022

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	И, мкг	Na, мг	Ca, мг	Мg, мг	К, мг	Fe, мг	Na, мг					
Завтрак																												
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3.1	2.3	0.3	50.8	0.02	0.00	0.00	0.00	0.81	1.61	0.12	25.66	3.86	96.60	0.81	32.20	8.05	0.32	0.00	213	2008						
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРЮЛЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	1.9	6.4	14.5	122.7	0.07	0.34	0.03	0.57	0.67	0.09	96.09	26.30	114.71	0.61	34.33	6.87	0.02	0.00	189	2008							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.5	1.7	10.5	79.2	0.03	0.47	0.01	0.00	0.90	0.10	121.73	15.10	103.13	0.26	47.87	8.10	0.02	0.00	ТК№028	УСЛ							
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.6	0.9	18.0	69.0	0.13	0.00	0.00	0.08	0.00	0.05	5.70	3.90	30.00	0.63	15.60	0.00	0.03	0.00	ТК№004	УСЛ							
Итого за прием пищи:	380	8.2	10.3	43.2	321.6	0.25	0.81	0.12	1.45	3.18	0.36	249.18	48.17	344.45	2.30	130.01	23.02	0.40	0.00									
II Завтрак																												
МОГУРТ 3.1%	150	3.8	3.8	6.8	84.8	0.05	1.05	0.04	0.00	0.00	0.00	0.26	180.00	21.00	142.50	0.00	150.00	0.00	0.05	0.00		2008						
Итого за прием пищи:	150	3.8	3.8	6.8	84.8	0.05	1.05	0.04	0.00	0.00	0.26	180.00	21.00	142.50	0.00	150.00	0.00	0.05	0.00									
Обед																												
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.0	0.1	1.3	7.0	0.02	5.00	0.01	0.05	0.00	0.00	0.02	11.50	7.00	21.00	0.50	25.00	1.50	0.01	0.00	ТК№103	УСЛ						
БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10	4.2	4.7	9.1	115.1	0.06	6.43	0.19	0.22	0.60	0.07	77.67	27.69	125.20	1.66	0.12	0.00	0.00	0.00	80	2008							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.0	3.5	9.9	87.0	0.09	7.61	0.02	0.18	0.09	0.04	31.83	21.37	67.66	0.87	102.29	6.19	0.03	0.00	321	2012							
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	5.3	3.0	3.2	67.9	0.04	1.16	0.26	1.30	2.65	0.03	45.96	17.18	122.55	0.42	56.62	60.59	0.36	0.00	231	2008							
НАПИТОК КЛУБЕЧНЫЙ	150	0.1	0.0	15.2	63.3	0.00	1.16	0.00	0.00	0.00	0.00	8.88	3.99	1.92	0.10	23.99	0.00	0.00	0.00	437	2008							
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	11.2	38.0	0.04	0.00	0.00	0.44	0.02	0.03	3.60	3.80	17.40	0.80	7.20	1.12	0.20	0.00	ТК№003	УСЛ							
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.06	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	ТК№004	УСЛ							
Итого за прием пищи:	635	14.3	12.2	64.8	435.9	0.35	21.36	0.48	2.95	3.38	0.28	184.19	84.47	380.74	4.89	230.23	69.40	0.63	0.00									
Уплотненный полдник																												
ГОЛУБИЦА ПЕНИНЬЕ	140	9.6	11.3	11.6	180.6	0.06	18.15	0.00	3.28	0.41	0.17	106.12	32.12	183.31	2.54	144.70	7.87	0.31	0.00	306	2008							
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	190	0.0	0.0	6.2	28.0	0.00	2.30	0.00	0.00	0.00	0.00	13.12	3.29	2.85	0.13	24.23	0.00	0.00	0.00	ТК№019	УСЛ							
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	11.2	38.0	0.04	0.00	0.00	0.44	0.02	0.03	3.60	3.80	17.40	0.80	7.20	1.12	0.20	0.00	479	2008							
БУЛОЧКА "ВОРОЖИЧ"*	50	5.0	3.2	30.0	177.1	0.06	0.07	0.02	0.35	0.30	0.07	16.15	9.56	101.14	0.51	31.26	2.54	0.11	0.01									
Итого за прием пищи:	410	16.0	14.6	59.0	424.0	0.16	20.53	0.02	4.07	0.73	0.23	143.80	48.77	314.70	3.97	207.39	11.53	0.52	0.02									
Всего за день:		42.2	40.9	173.9	1286.2	0.81	43.75	0.66	8.46	7.27	1.10	742.35	202.41	1182	39	11.16	717.63	103.94	1.69	0.02								

10 день

Иван Кошкин
д.р. 28.10.2022

Привоз пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецеп-тур	Сортник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			Л, мг	Н, мг
Завтрак																				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.1	8.8	12.1	105.8	0.09	0.00	0.07	0.27	0.02	0.04	8.80	2.60	24.00	0.44	11.30	0.00	0.02	0.00	2012
КАША ИЗ ПШЕНА И ГРИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2.8	6.0	18.5	151.8	0.05	0.59	0.04	0.30	1.13	0.13	149.18	20.53	140.84	0.34	55.86	10.50	0.03	0.00	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	186	0.0	0.0	6.2	23.2	0.00	0.04	0.00	0.00	0.00	0.01	12.02	5.31	6.68	0.67	5.27	0.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	366	4.0	14.8	36.8	280.8	0.14	0.63	0.11	0.57	1.15	0.18	170.00	28.44	171.52	1.45	73.03	10.50	0.05	0.00	
II Завтрак																				
БАНАН СВЕЖИЙ	120	1.2	0.6	25.2	115.2	0.06	12.00	0.03	0.00	0.12	0.06	9.60	50.40	33.60	0.72	120.00	0.00	0.07	0.00	ТН№020
Итого за прием пищи:	120	1.2	0.6	25.2	115.2	0.06	12.00	0.03	0.00	0.12	0.06	9.60	50.40	33.60	0.72	120.00	0.00	0.07	0.00	УСЛ
Обед																				
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0.0	0.1	2.1	13.2	0.03	13.75	0.09	0.21	0.06	0.02	7.70	11.00	14.30	0.55	11.00	1.10	0.06	0.00	ТН№014
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ	150/15	3.4	3.1	10.5	89.3	0.07	5.22	0.12	0.76	0.04	0.07	34.80	20.03	84.40	1.10	80.21	4.95	0.11	0.00	83
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	7.6	4.9	2.9	99.1	0.01	0.78	0.19	0.25	0.32	0.03	15.02	4.98	166.78	0.28	18.67	1.81	0.50	0.00	34
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3.4	4.5	29.1	141.5	0.13	0.00	0.02	2.72	0.10	0.07	12.56	72.00	107.62	2.51	20.85	1.31	0.15	0.00	181
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.0	0.2	15.2	69.0	0.02	3.00	0.00	0.00	0.15	0.02	22.50	6.00	10.50	5.25	30.00	1.50	0.15	0.00	442
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.7	0.2	14.0	47.5	0.05	0.05	0.00	0.55	0.03	0.04	4.50	4.75	21.75	1.00	9.00	1.40	0.25	0.00	ТН№003
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.4	0.7	15.0	57.5	0.11	0.00	0.00	0.06	0.00	0.04	4.75	3.25	25.00	0.53	13.00	0.00	0.03	0.00	ТН№004
Итого за прием пищи:	580	17.3	13.7	79.7	577.1	0.42	22.73	0.42	4.56	0.89	0.28	101.91	122.01	430.45	11.21	182.53	12.07	1.24	0.00	УСЛ
Уплотненный полдник																				
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	10.5	13.4	36.0	314.9	0.07	0.23	0.04	2.22	0.85	0.24	320.88	34.09	471.24	1.25	141.13	1.73	0.52	0.03	225
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0.6	2.5	6.6	50.8	0.01	0.13	0.01	0.05	0.13	0.03	35.97	3.46	28.85	0.06	13.01	2.28	0.01	0.00	367
МОЛОДКО КИРПЯЧНОЕ	170	2.8	3.5	8.2	104.2	0.05	0.93	0.03	0.00	1.79	0.19	228.33	20.06	186.28	0.14	82.39	16.12	0.04	0.00	434
ГРЕЯНИКИ	30	1.1	1.4	15.0	109.8	0.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.04	3.30	2.70	15.00	0.24	6.00	0.00	0.00	0.00	ТН№124
Итого за прием пищи:	400	15.0	20.8	67.7	579.7	0.15	1.23	0.08	2.27	2.77	0.47	598.50	60.30	701.36	1.69	242.52	20.13	0.57	0.03	УСЛ
Всего за день:		37.5	49.9	209.4	1492.9	0.76	36.65	0.64	7.40	4.73	0.98	870.00	261.15	1336.93	15.07	618.69	42.70	1.93	0.03	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг				
Итого за весь период	393,7	432,7	1904,0	12985,4	13,03	507,43	9,99	85,90	93,17	10,50	8 003,22	1 973,31	11 639,51	125,81	7 485,70	748,76	17,85	0,19				
Среднее значение за период	39,4	43,3	190,4	1 298,5	1,30	50,74	1,00	8,59	9,32	1,05	800,32	197,33	1 163,95	12,58	748,57	74,88	1,79	0,02				
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12,1	30,0	57,9																			

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
Дети ясли	367	145	605	439

*Лек. Стояковская
Лек. Бекмурза
29.10.2022*