

Согласовано:

Руководитель дошкольной
образовательной организации

" " 20 г.

Утверждаю:

Директор МБУ "Комбинат питания"

А.С. Коряков



20 11/2 г.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

для питания детей в возрасте от 1-го до 3-х лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения КОиН г.Новокузнецка.

Литература:

1. "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" под редакцией А.Я.Перевалова, г.Пермь 2013г., издание 7-е.
2. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" под редакцией В.Т.Латишиной, г.Москва, 2004г.
3. "Справочник рецептуры блюд для питания учащихся для образовательных учреждений города Москвы", г.Москва 2003г.
4. "Химический состав и калорийность Российских продуктов питания" Тутельян В.А., г.Москва, 2012г.
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г г.Москва № 32
"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения СанПиН 2.3/2.4.3590-20"
6. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" под редакцией Ф.Л.Марчука, г.Москва, 1996г.

Начальник отдела технологов МБУ "Комбинат питания:

Хромова В.И.

Телефон: 32-14-59

Исполнитель: технолог МБУ "Комбинат питания"

Шулакова О.В.

Телефон: 32-21-98

г.Новокузнецк

2021г.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 1

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ - ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Вес блюда, (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe	
Приём пищи: Завтрак																	
1.Масло сливоч.	5	Масло сливочное	5	5	0,04	3,61	0,07	33,05	0	0,01	20	0	1,2	0	1,5	0,01	111
2.Паста, запечённая в сметано- маслян. соусе	150	Макаронные издел.	35	35	3,52	4,95	33,01	164,91	0,09	0,02	65,3	3,35	31,4	18,6	71	0,52	ТТК
		Вода	200	200													
		Морковь	50	40													
		Масло сливочное	3	3													
		Горошек консервир.	18,3	13													
		или															
		Кукуруза консервир.	19,9	13													
		Соус сметано-мяслян		10													
		Масло сливочное	5	5													
Сметана	5	5															
Сыр	5,3	5															
3.Кофейный напиток без молока	170	Кофейный напиток	1,7	1,7	0,25	0,06	8,17	34,42	0	0,34	0	0	2,19	0	4,87	0,15	ТТК
		Сахар	9	9													
		Вода	157,5	158													
4.Хлеб пшеничн.	25	Хлеб пшеничный	25	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,03	0	0	5	2,8	3,38	0,28	114
Суммарный объём:	350																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					5,7	8,8	53,6	291,13	0,12	0,40	85,3	3,35	39,8	21,4	80,8	1,0	
Доля суточной потребности в энергии, %									20,18								
Приём пищи: Второй завтрак																	
1.Фрукты св.	130	Фрукты свежие	130	130	1,17	0,26	10,53	55,90	0,05	0,04	0	78	44,2	16,9	29,9	0,39	118
(апельсины)																	
Суммарный объём:	130																
Итого за приём пищи:					1,17	0,26	10,53	55,90	0,05	0,04	0	78	44,2	16,9	29,9	0,39	
Доля суточной потребности в энергии, %									3,88								
Приём пищи: Обед																	
1.Салат картофельный с консервиров. огурцом	40	Картофель	33	24	0,6	1,86	4,24	36,10	0,02	0,02	0	5,72	7,2	8,53	20,2	0,31	65
		Лук репчатый	5,2	4,4													
		Морковь	5,5	4,4													
		Огурцы консервиров.	9,5	5,2													
		Масло растительное	2	2													
2.Солянка рыбная домашняя	150	Горбуша, потрошен. с головой	41,1	28,8	4,40	2,85	1,40	46,60	0,08	0,03	37,6	8,8	13,9	20,9	65,7	0,33	ТТК
		Лук репчатый	16,1	13,5													
		Картофель	60	45													
		Огурцы консервиров.	16,4	9													
		Томатная паста	1,2	1,2													

		Масло сливочное	3	3															
		или																	
		Масло растительное	3	3															
		Вода или бульон	110	110															
		Лимоны	2	1,2															
3.Люля-кебаб с томатным соусом	60/10	Говядина блочная	56	51	6,80	6,95	11,01	152,71	0,05	0,08	0	3,17	8,5	15,8	64,1	0,85	ТТК		
		Лук репчатый	6,5	5,5															
		Хлеб пшеничный	5,5	5,5															
		Вода для хлеба	5,5	5,5															
		Крупа манная	1,3	1,3															
		Вода для крупы	3,7	3,7															
		Мука пшеничная	4,8	4,8															
		Масло растительное	1,3	1,3															
		Соус томатный:																	
		Мука пшеничная	1	1															
		Томатная паста	8	8															
		Вода для разведен. томатной пасты	12	12															
		Сахар	0,5	0,5															
		Чеснок	0,23	0,2															
		Вода	5	5															
4.Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	Крупа гречневая	40	40	3,87	7,22	20,56	155,00	0,2	0,05	54,8	2,84	20,3	73,3	107	1,32	ТТК		
		Вода	62	62															
		Морковь	32	25,6															
		Лук репчатый	30,5	25,6															
		Масло сливочное	5	5															
		или растительное																	
		Масло сливочное	5	5															
5.Компот из сухофруктов	150	Смесь сухофруктов	15	15	0,31	0,00	14,87	60,72	0	0,01	0	0,3	16,88	4,5	11,6	0,92	ТТК		
		Сахар	7,5	7,5															
		Вода	150	150															
6.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115		
7.Хлеб пшеничн.	10	Хлеб пшеничный	10	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,01	0,01	0	0	2	1,4	6,5	0,1	114		
Суммарный объём:	580																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					19,4	19,4	70,4	544,23	0,43	0,23	92,8	20,8	88	144	338	5,4			
Доля суточной потребности в энергии, %																			
Приём пищи: Полдник																			
1.Шанежка наливная	40	Мука пшеничная	25	25	3,32	2,67	19,52	115,39	0,05	0,04	32,8	0,06	13,9	5,2	23,9	0,25	ТТК		
		Сахар	1,5	1,5															
		Масло сливочное	1,2	1,2															
		Яйцо	1/40шт	1															
		Молоко или вода	10	10															
		Дрожжи прессован.	0,6	0,6															
		Сметана	8	8															
		Сахар	0,5	0,5															
		Мука пшеничная	1,5	1,5															
		Яйцо д/смазки изд.	1/50шт	0,8															
		Масло растительное	0,2	0,2															
		для смазки листов																	

2.Кисл. продук.(ряж)	160	Кисломол. продукция	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535
Суммарный объем:	200																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					8,44	7,17	26,62	204,24	0,11	0,46	101	1,02	381	50,0	53,3	0,57	
Доля суточной потребности в энергии, %								14,16									
Приём пищи: Ужин																	
1.Икра кабачковая	40	Икра кабачковая пром. производства	42,4	40	0,76	3,56	3,08	47,60	0,01	0,02	0	2,80	16,4	6	14,8	0,28	121
2.Запеканка картофельная с овощами, с соусом молочным	150/30	Картофель	180	135	10,52	7,75	19,94	191,92	0,095	0,09	95,2	30,9	80,7	38,6	114	1,05	ТТК
		Яйцо для картофел.	1/6,7шт	6													
		Капуста белокочан.	37,5	30													
		Масло сливочное	6	6													
		Яйцо	1/5шт.	8													
		Сухари панировочн.	4,5	4,5													
		Сметана	4,5	4,5													
		Соус молочный:		30													
		Молоко	30	30													
		Мука пшеничная	1,5	1,5													
		Масло сливочное	1,5	1,5													
		Сахар	0,3	0,3													
3.Чай с молоком полусладкий	150	Чай	0,5	0,5	1,13	0,86	6,22	37,14	0,05	0,2	3,8	1,78	48,2	7,52	38,3	0,5	ТТК
		Сахар	5	5													
		Вода	75	75													
		Молоко	38	38													
4.Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114
Суммарный объем:	400																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					14,69	12,41	44,00	347,16	0,19	0,34	99,0	35,5	151	56,3	187	2,13	
Доля суточной потребности в энергии, %								24,06									
						Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Са	Мg	Р	Fe
Итого за день: с учётом потерь при тепловой обработ.					49,39	48,10	205,06	1442,66	0,90	1,47	378	139	704	289	688	9,44	
Доля суточной потребности в энергии, %								103,0									
(норма)					42,0	47,0	203,0	1400,0	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10	

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 1

ВТОРОЙ ДЕНЬ - ВТОРНИК

Наименование блюда	Вес блюда, (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры	
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe		
Приём пищи: Завтрак																		
1.Омлет натуральный	85	Яйцо	1шт/20	42	5,94	5,08	4,49	89,4	0,04	0,08	115	0,31	84,3	12,18	97	0,85	ТТК	
		Молоко	51	51														
		Масло растительное для смазки листа	0,7	0,7														
2.Каша пшенная молочная жидкая	100	Крупа пшенная	15,6	15,6	3,02	2,80	13,42	85,96	0,05	0,04	12,9	0,29	63,55	19,81	66,1	0,42	273	
		Сахар	2	2														
		Вода	33	33														
		Молоко	49	49														
		Масло сливочное	2	2														
3.Какао с молоком	150	Какао-порошок	1,25	1,25	1,84	1,54	14,15	74,26	0,02	0,0	10,5	0,57	115	18,54	87,2	0,39	ТТК	
		Сахар	8	8														
		Вода	63	63														
		Молоко	94,5	94,5														
4.Хлеб пшеничн.	20	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,02	0	0	4	2,8	13	0,22	114	
Суммарный объём:		355																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					12,3	9,6	41,9	296,62	0,1	0,1	138	1,2	267	53,3	263	1,9		
Доля суточной потребности в энергии, %								20,22										
Приём пищи: Второй завтрак																		
1.Сок фруктовый	170	Сок фрукт/(яблоч)	170	170	0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38	537	
Суммарный объём:		170																
Итого за приём пищи:					0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38		
Доля суточной потребности в энергии, %								5,33										
Приём пищи: Обед																		
1.Салат из свеклы с сыром,маслом	40	Свекла	42	33,6	1,12	4,84	2,84	59,20	0,01	0,02	4,2	3,4	40,43	8,8	29,1	0,5	56	
		Сыр	3	2,8														
		Масло растительное	4	4														
2.Рассольник "Ленинградский" со сметаной,	150/6	Крупа перловая	3	3	1,35	3,45	12,70	110,00	0,05	0,04	9,8	8,1	16,8	16,5	39,3	0,5	139	
		Картофель	60	45														
		Морковь	7,5	6														
		Лук репчатый	3,6	3														
		Масло растительное	3	3														
		или																
		Масло сливочное	3	3														
		Вода или бульон	112,5	113														
		Огурцы консервиров.	16,4	9														
Сметана	6	6																
3.Котлета из птицы "Ряба"	50	Цыплёнок-бройлера	109,2	46,9	7,36	5,35	9,30	125,50	0,05	0,04	24,3	1,47	16,0	9,8	66,3	0,50	ТТК	
		Лук репчатый	6	5														
		Хлеб пшеничный	5	5														
		Молоко	5	5														
		Мука пшеничная	5	5														

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 1

ТРЕТИЙ ДЕНЬ - СРЕДА

ТРЕТИЙ ДЕНЬ - СРЕДА																			№ ре це пту ры				
Наименование блюда	Вес блюда, (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)										
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe							
Приём пищи: Завтрак																							
1.Бутерброд горячий с сыром и маслом	40	Сыр	11	10	3,75	5,38	11,98	111,34	0,03	0,04	39	0,06	66,2	6,8	67,8	0,37	ТТК						
		Масло сливочное	5	5																			
		Хлеб пшеничный	25	25																			
		или																					
		Хлеб ржаной	25	25																			
2.Суп молочный с макаронными изделиями	150	Макаронн.изделия	10	10	3,50	3,04	11,46	87,20	0,05	0,06	0,54	1,17	110	12,5	8,7	0,20	ТТК						
		Сахар	1,2	1,2																			
		Вода	60	60																			
		Молоко цельное	90	90																			
		Масло сливочное	1,5	1,5																			
3.Кофейный напиток с молоком	150	Кофейный напиток	1,7	1,7	4,04	3,13	13,38	87,85	0,05	0,14	16	1,82	170	19,6	130	0,21	ТТК						
		Сахар	8	8																			
		Молоко	140	140																			
		Вода	25	25																			
4.Хлеб пшеничн.	10	Хлеб пшеничный	10	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,01	0,01	0	0	2	1,4	6,5	0,1	114						
Суммарный объем:		350																					
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					12,1	11,6	41,7	309,89	0,1	0,3	55,5	3,1	348	40	213	0,9							
Доля суточной потребности в энергии, %																		22,78					
Приём пищи: Второй завтрак																							
1.Сок фруктовый	170	Сок фрукт/(яблоч)	170	170	0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38	537						
Суммарный объем:		170																					
Итого за приём пищи:					0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38							
Доля суточной потребности в энергии, %																		5,75					
Приём пищи: Обед																							
1.Овощи отварные	40	Морковь	50,4	40*	0,5	0,04	2,8	24,14	0,02	0,03	0	2,0	10,8	15,2	22,0	0,29	Т№24						
		или																					
		Свекла	51,2	40*																			
2.Суп из овощей с гречками, с птицей	150/15/10	Капуста свежая	15	12	5,23	5,85	15,50	114,32	0,07	0,06	22,7	9,5	35,8	20,3	77	0,50	ТТК						
		Картофель	20	15																			
		Морковь	22,5	18																			
		Лук репчатый	7,1	6																			
		Масло растительное	2	2																			
		Цыплёнок-бройлера	50	21,5																			
		Масло сливочное	2	2																			
		Молоко	21	21																			
		Гречки:		10																			
		Хлеб пшеничный	15,7	15,7																			
Вода или бульон	109	109																					
3.Пудинг из печени с морковью	150	Печень говяжья	108	90	15,02	9,95	13,03	205,78	0,22	0,55	747	21,9	152	38,6	229	2,05	ТТК						
		Морковь	37,8	30*																			
		Яйцо	/1,3шт	30																			

		Молоко	124,5	125															
		Масло растительное	3	3															
		или сливочное для	3	3															
		смазки противня																	
4.Компот из апельсинов с яблоками	150	Апельсины	44,3	30	0,34	0,13	11,03	46,65	0,02	0,02	0	20,25	14,03	5,93	9,38	0,61	529		
		Яблоки свежие	31,5	22,5															
		Сахар	7,5	7,5															
		Вода	100	100															
5.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115		
Суммарный объем:	555																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					23,7	16,5	55,7	460,49	0,40	0,69	770	53,7	231	99,6	400	5,01			
Доля суточной потребности в энергии, %								33,86											
Приём пищи: Полдник																			
1.Пироги печёные с морковью и яйцом	40	Мука пшеничная	18	18	2,90	2,59	16,08	109,23	0,04	0,03	29,6	0,83	17,51	9,7	33,7	0,5	562,621		
		Мука на подпыл	1	1															
		Сахар	1,2	1,2															
		Масло сливочное	2	2															
		Яйцо	1/16шт.	2,5															
		Молоко или вода	5	5															
		Дрожжи прессован.	0,6	0,6															
		Фарш морковный с яйцом:																	
		Морковь	20	16															
		Масло сливочное	1,4	1,4															
		Яйцо	1/20шт.	2															
		Сахар	0,2	0,2															
		Яйца д/смазки издел.	1	1															
		Масло растительное	0,5	0,5															
		д/смазки противня																	
2.Кисл. продук.(ряж)	160	Кисломол. продукц.	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535		
Суммарный объем:	200																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					8,02	7,09	23,18	198,08	0,1	0,45	97,8	1,79	384,5	54,5	63,1	0,82			
Доля суточной потребности в энергии, %								14,56											
Приём пищи: Ужин																			
1.Огурец консерв.	40	Огурец консервиров.	72,7	40	0,32	0,04	0,68	5,20	0,01	0,01	2	2	9,2	5,6	9,6	0,24	113		
2.Картофель, запечённый под сливочной корочкой	180	Картофель	207	155	3,70	7,92	29,23	208,25	0,2	0,1	49,7	21,1	46,4	27,9	99,2	0,9	ТТК		
		Масло сливочное	2,9	2,9															
		или																	
		Масло растительное	2,9	2,9															
		Соус сметанный:																	
		Сметана	12,7	12,7															
		Мука пшеничная	2	2															
		Масло сливочное	1,9	1,9															
		Вода	41	41															
		Сыр	2,7	2,5															
		Масло сливочное	3	3															
3.Чай с сахаром	150	Чай	0,5	0,5	0,09	0,00	7,28	29,48	0	0	0	0,05	2,72	2,2	4,1	0,43	ТТК		
		Вода д/приг. заварки	40	40															
		Вода	115	115															

		Сахар	8	8														
4.Хлеб пшеничн.	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114	
Суммарный объём:	400				Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					6,4	8,2	52,0	313,43	0,2	0,1	51,7	23,2	64,3	39,9	132	1,9		
Доля суточной потребности в энергии, %								23,05										
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					51,04	43,54	189,76	1360,1	0,90	1,55	975	85,0	1040	241	884	11,0		
Доля суточной потребности в энергии, %								97,15										
		(норма)			42,0	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10		

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 1

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ - ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Вес блюда, (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe	
Приём пищи: Завтрак																	
1.Мамина кашка с фруктами	150/20	Крупа манная	14	14	3,74	4,26	19,5	130,4	0,03	0,04	24,7	2,49	101	12,8	68,8	0,45	ТТК
		Молоко	82	82													
		Вода	55	55													
		Сахар	3	3													
		Масло сливочное	3	3													
		Фрукты св.(яблоки)	35,7	25/20*													
		или (бананы)	37	22,2/20*													
		или сироп	20	20													
		фруктово-ягодный															
2.Какао с молоком	150	Какао-порошок	1,25	1,25	1,84	1,54	14,15	74,26	0,02	0	10,5	0,57	115	18,5	93,2	0,39	ТТК
		Сахар	8	8													
		Вода	63	63													
		Молоко	94,5	94,5													
3.Хлеб пшеничн.	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,02	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114
Суммарный объём:		350															
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					7,86	6,04	48,41	275,16	0,07	0,07	35,2	3,06	222	35,5	182	1,1	
Доля суточной потребности в энергии, %								17,80									
Приём пищи: Второй завтрак																	
1.Фрукты св.(апель)	150	Фрукты свежие	150	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	0,05	0	86,5	51	19,5	34,6	0,46	118
Суммарный объём:		150															
Итого за прием пищи:					1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	0,05	0	86,5	51	19,5	34,6	0,46	
Доля суточной потребности в энергии, %								4,17									
Приём пищи: Обед																	
1.Маринад свекольный	40	Свекла	25,5	20	0,46	2,67	3,21	38,71	0,01	0,01	0	3,52	10,38	6,32	14,7	0,38	614
		Томатная паста	1,6	1,6													
		Лук репчатый	9,5	8													
		Масло растительное	3	3													
		Лимонная кислота	0,48	0,48													
		Крахмал картофел.	0,4	0,4													
		или															
		Мука пшеничная	0,6	0,6													
		Сахар	0,5	0,5													
		Вода	2	2													
2.Бабушкин суп с мясом	150/7	Яйцо	1/4шт.	10	2,25	3,75	14,79	109,73	0,1	0,01	27,4	11,22	16,25	20,6	68,6	0,68	ТТК
		Картофель	69	52													
		Говядина блочная	12,3	11,2													
		Морковь	10	8													
		Лук репчатый	5	4,2													
		Крупа пшено	4	4													
		Масло растительное	2	2													

		или																
		Масло сливочное	2	2														
		Бульон или вода	120	120														
3.Биточек из рыбы запечённый "Водолей"	60	Минтай потр б/голов.	80	52,8	5,32	3,65	9,18	98,22	0,01	0,01	14,7	2,62	44,09	26,9	132	0,65	ТТК	
		или																
		Горбуша потр. с гол.	78,8	52,8														
		Лук репчатый	27,4	23														
		Масло растительное	2,3	2,3														
		Хлеб пшеничный	11,3	11,3														
		Молоко	9	9														
		Яйцо	13,3шт	3														
		Мука пшеничная	2,3	2,3														
		Сухари панировочн.	2,3	2,3														
		Масло раст.д/смазки	1	1														
4.Рис с томатом и овощами	120	Крупра рисовая	32	32	2,69	4,12	24,16	144,48	0,05	0,05	26,5	3,27	12,74	19,1	58,7	0,52	ТТК	
		Вода или бульон	68	68														
		Масло сливочное	6	6														
		Морковь	36,8	29,4														
		Томатная паста	4	4														
5.Кисель плодово-ягодный	150	Концентрат киселя	18	18	1,05	0,00	21,80	91,50	0	0	0	0	0,1	0	0	0,02	516	
		Сахар	5	5														
		Вода	156	156														
6.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115	
Суммарный объём:	567																	
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					14,41	14,67	86,50	552,24	0,24	0,11	69,0	20,6	102	92,5	337	3,81		
Доля суточной потребности в энергии, %								35,73										
Приём пищи: Полдник																		
1.Сдоба обыкновенная	40	Мука пшеничная	29	29	3,18	2,50	21,50	121,22	0,06	0,02	7,2	0	6,59	5,33	31,2	0,42	589	
		Мука на подпыл	1,5	1,5														
		Сахар	2	2														
		Масло сливочное	0,9	0,9														
		Дрожжи прессован.	0,6	0,6														
		Вода	12,6	12,6														
		Масло раст. д/разд.	1,2	1,2														
		Яйцо для смазки	1/33,3шт.	1,2														
		Масло раст. для смазки листов	0,5	0,5														
2.Кисл. продук.(ряж)	160	Кисломол. продукц.	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535	
Суммарный объём:	200																	
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					8,30	7,00	28,60	210,07	0,12	0,44	75,4	0,96	374	50,1	60,6	0,74		
Доля суточной потребности в энергии, %								13,59										
Приём пищи: Ужин																		
1.Яйцо варёное	40	Яйцо	1шт	40	5,1	4,6	0,3	63,00	0,03	0,18	104	0	22	4,8	76,8	1,0	306	
2.Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/40	Творог	131,6	130	14,73	12,75	26,54	310,16	0,55	0,08	92,8	1,17	287	39,5	281	0,75	319,484	
		Крупа манная	7,4	7,4														
		Молоко или вода для каши	34	34														
		или																
		Мука пшеничная	11,2	11,2														
		Яйцо	1/8,5шт.	4,7														

		Сахар	2	2															
		Сметана	4,8	4,8															
		Сухари панировочн.	4,8	4,8															
		Масло сливочное	4,8	4,8															
		Молоко сгущенное	40	40															
3. Чай не сладкий	150	Чай	0,5	0,5	0,10	0,03	0,02	0	0	0	0	0,05	2,48	2,2	4,12	0,41	ТТК		
		Вода д/приг. заварки	40	40															
		Вода	113	113															
3. Хлеб пшеничн.	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114		
Суммарный объём:	400				Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe			
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					22,21	17,62	41,62	443,66	0,61	0,29	197	1,22	317	50,7	381	2,46			
Доля суточной потребности в энергии, %								28,71											
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					54,13	45,63	217,28	1545,63	1,10	0,96	376	112	1066	248	995	8,61			
Доля суточной потребности в энергии, %								110,40											
		(норма)			42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10			

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет																			
Неделя 1																			
ПЯТЫЙ ДЕНЬ - ПЯТНИЦА																			
Наименование блюда	Вес блюда (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры		
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe			
Приём пищи: Завтрак																			
1.Бутерброд пикантный	40	Хлеб пшеничный	47,2	47,2/30*	4,03	2,67	12,43	87,13	0,04	0,03	14,5	0,07	35,8	6,36	48,9	0,28	104		
		или																	
		Хлеб ржаной	47,2	47,2/30*															
		Чеснок	0,3	0,2															
		Сыр	5,3	5															
		Сметана	5	5															
2.Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	Крупа "Геркулес"	22	22	4,67	5,44	17,60	138,04	0,07	0,08	27,2	0,46	79,5	29,2	113	0,48	ТТК		
		Сахар	2	2															
		Вода	51	51															
		Молоко	77	77															
		Масло сливочное	4	4															
3.Кофейный напиток с молоком	150	Кофейный напиток	1,7	1,7	4,04	3,13	13,38	87,85	0,05	0,14	16	1,82	170	19,6	130	0,21	ТТК		
		Сахар	8	8															
		Молоко	140	140															
		Вода	25	25															
4.Хлеб пшеничн.	10	Хлеб пшеничный	10	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,01	0,01	0	0	2	1,4	6,5	0,1	114		
Суммарный объём:		350																	
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					13,50	11,32	48,33	336,52	0,17	0,26	57,7	2,35	287	56,6	299	1,07			
Доля суточной потребности в энергии, %								21,43											
Приём пищи: Второй завтрак																			
1.Сок фруктовый	160	Сок фрукт/(яблоч)	160	160	0,80	0,16	16,16	73,60	0,02	0,02	0	3,2	11,2	6,4	11,3	2,26	537		
Суммарный объём:		160																	
Итого за приём пищи:					0,80	0,16	16,16	73,60	0,02	0,02	0,00	3,20	11,2	6,40	11,3	2,26			
Доля суточной потребности в энергии, %								4,7											
Приём пищи: Обед																			
1.Сельдь с/солёная (филе)	40	Сельдь с/солёная	70	40	6,8	6,84	0	89,60	0,01	0,05	8	0,32	32	16	108	0,40	109		
2.Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/5	Свекла	30	24	1,14	3,39	5,6	57,47	0,03	0,02	7,5	12,0	24,5	13,2	32,9	0,48	133		
		Капуста свежая	15	12															
		Картофель	16	12															
		Морковь	9,4	7,5															
		Лук репчатый	7,1	6															
		Масло растительное	3	3															
		или																	
		Масло сливочное	3	3															
		Томатная паста	1,8	1,8															
		Вода или бульон	120	120															
		Сметана	5	5															
3.Котлета мясная "Лукоморье"	60	Говядина блочная	32,4	29,5	11,49	9,95	4,97	152,65	0,03	0,05	17,8	0,66	15,9	14,5	89,7	0,75	ТТК		
		Цыплёнок-бройлер	72,1	31															
		Хлеб пшеничный	6	6															

		Молоко	6	6															
		Мука пшеничная	3	3															
		Масло растительное	1,5	1,5															
4.Сложный гарнир (пюре картоф.+ пюре морковное)	60/60	Морковь	81,8	65,4	2,03	4,23	12,04	94,35	0,07	0,07	22,2	13,4	34,75	27,7	67,8	0,68	434,528		
		Масло сливочное	2,7	2,7															
		Картофель	67,2	50,4															
		Молоко	9,6	9															
		Масло сливочное	2,5	2,5															
5.Компот из кураги	150	Курага	20	20	0,98	0,00	15,64	66,48	0,02	0,03	0	0,8	32,21	21	29,2	0,59	ТТК		
		Сахар	7	7															
		Вода	152	152															
6.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115		
Суммарный объём:		565																	
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					25,08	24,89	51,61	530,15	0,23	0,25	55,9	27,19	158,2	112	390	4,46			
Доля суточной потребности в энергии, %					33,77														
Приём пищи: Полдник																			
1.Пирожки	40	Мука пшеничная	18	18	2,67	3,20	16,05	103,68	0,04	0,03	19,8	3,46	8,90	7,86	37,4	0,51	562,615		
печёные с картофелем и луком		Мука на подпыл	1	1															
		Сахар	1,3	1,3															
		Масло сливочное	2	2															
		Яйцо	1/16шт	2,5															
		Дрожжи прессован.	0,6	0,6															
		Вода	5	5															
		Фарш карт. с лук.		17															
		Картофель	20,1	15,1															
		Лук репчатый	5,3	4,4															
		Масло растительное	1	1															
		Масло раст. д/смазк	0,5	0,5															
		Яйцо д/смазки изд.	1	1															
2.Кисломол. проду	160	Кисломол. продукция	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535		
3.Фрукты св.(апель)	130	Фрукты свежие	130	130	1,17	0,26	10,53	55,90	0,05	0,04	0	78	44,2	16,9	29,9	0,39	535		
Суммарный объём:		330																	
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					8,96	7,96	33,68	248,43	0,15	0,49	88,0	82,4	420	69,6	96,7	1,22			
Доля суточной потребности в энергии, %					15,82														
Приём пищи: Ужин																			
1.Драчена	50	Яйцо	1шт.	40	5,56	6,93	2,95	96,41	0,03	0,02	119	0,10	43,26	7,55	83,1	0,58	318		
		Молоко	13	13															
		Мука пшеничная	3	3															
		Сметана	5	5															
		Масло сливочное	3	3															
2.Каша рисовая молочная жидкая	150	Крупа рисовая	15	15	3,19	3,8	16,35	112,36	0,02	0,07	22,1	0,48	78,2	16,8	85,4	0,25	ТТК		
		Молоко	80	80															
		Вода	53	53															
		Сахар	3	3															
		Масло сливочное	3	3															
3.Чай полусладкий	150	Чай	0,5	0,5	0,09	0,00	4,56	18,60	0	0	0	0,05	2,63	2,2	4,1	0,43	ТТК		
		Вода (д/прит. заварк)	40	40															
		Вода	113	113															
		Сахар	5	5															
4.Хлеб пшеничн.	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114		

5.Кондитер.изд.	20	Конд. изд.(печенье)	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,01	2,2	0	5,8	4	18	0,42	609
Суммарный объём:	400																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					12,62	12,93	53,50	381,27	0,10	0,13	143	0,63	136	34,8	210	1,98	
Доля суточной потребности в энергии, %								24,29				0,00					
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					60,96	57,26	203,28	1569,97	0,67	1,15	345	116	1013	279	1007	11,0	
Доля суточной потребности в энергии, %								112,14	0,00								
Итого среднее за 5 дней с учётом потерь при т/обработ.					53,55	48,11	203,15	1477,086	0,84	1,21	460	136	900	254,3	881	10,5	
Доля среднесуточной потребности (фактически)																	
в энергии, % за 5 дней								105,51									
		(норма)			42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10	
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Са	Мg	Р	Fe	

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 2

ШЕСТОЙ ДЕНЬ - ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe	
Приём пищи: Завтрак																	
1.Яйцо варёное	40	Яйцо	1шт	40	5,1	4,6	0,3	63,00	0,03	0,18	104	0	22	4,8	76,8	1,00	306
2.Паста с овощами	150	Макарон. изделия	35	35	1,31	2,08	31,70	139,40	0,1	0,05	28	4,91	22,84	26,25	65,1	0,45	300,ТТК
		Вода	210	210													
		Морковь	54,1	43,3													
		Масло сливочное	7	7													
		Томат-паста 25%	4	4													
		Горошек зел.консер.	13,8	9													
		или кукуруза конс.	15	9													
		Морковь (вм.зелени)	1	0,8													
3.Кофейный напиток без молока	150	Кофейный напиток	1,7	1,7	0,22	0,05	7,26	30,37	0	0,3	0	0	1,94	0	4,25	0,13	ТТК
		Сахар	8	8													
		Вода	157,5	158													
4.Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,02	0	0	4	2,8	13	0,22	114
Суммарный объём:	360																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					8,2	6,9	49,1	279,77	0,2	0,5	132	4,9	50,8	33,9	159	1,80	
Доля суточной потребности в энергии, %								20,08									
Приём пищи: Второй завтрак																	
1.Сок фруктовый	170	Сок фрукт/(яблоч)	170	170	0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38	537
Суммарный объём:	170																
Итого за приём пищи:					0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38	
Доля суточной потребности в энергии, %					5,61												
Приём пищи: Обед																	
1.Салат"Клюковка" из морск. капусты	40	Салат из морской	40,8	40	0,2	1,12	4,84	30,40	0,02	0,02	1	0,8	16	68	0	1,3	ТТК
		капусты															
2.Ушица с рыбными фрикадельками	150/30	Картофель	80	60	4,35	2,05	13,15	86,85	0,12	0,06	6,6	14,86	27,19	37,09	124	0,65	ТТК
		Морковь	15	12													
		Лук репчатый	14,3	12													
		Масло растительное или масло сливочн.	1,5	1,5													
		Томат-паста 25%	0,7	0,7													
		Вода или бульон	100	100													
		Фрикадельки:		30													
		Минтай потр.обезг.	40,7	28,5													
		Лук репчатый	7,1	6													
		Яйца	1/60шт	1,5													
Вода	2,9	2,9															
3.Биточек "Пионерский" из мяса птицы	50	Цыплёнок-бройлер	117,2	50,4	9,52	8,35	4,22	135,11	0,06	0,06	20,2	1,51	10,08	11,41	89,3	0,50	ТТК
		Хлеб пшеничный	5	5													
		Вода или молоко	5	5													
		Лук репчатый	6	5													

		Мука пшеничная	2,5	2,5															
		Масло растительное	1,3	1,3															
4.Каша перловая с овощами	120	Крупа перловая	22	22	2,42	4,07	15,88	109,83	0,04	0,02	0	2,74	20,0	17,2	71,1	0,67	ТТК		
		Вода	81	81															
		Лук репчатый	23,8	20															
		Морковь	18,4	14,7															
		Масло сливочное	6	6															
5.Компот из изюма	150	Изюм	15	24*	0,33	0,00	13,52	60,76	0,02	0,01	0	0	12,15	6,3	19,3	0,47	531		
		Сахар	5	5															
		Вода	160	160															
6.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115		
Суммарный объём:	580																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					19,46	16,07	64,97	492,55	0,33	0,20	28,2	19,9	104	160	366	5,15			
Доля суточной потребности в энергии, %								35,35											
Приём пищи: Полдник																			
1.Плюшка "Кемеровская"	40	Мука пшеничная	25,8	25,8	2,04	3,08	22,30	120,28	0,05	0,03	17,5	0	7,14	4,79	31,1	0,25	ТТК		
		Сахар	2,5	2,5															
		Масло сливочное или растительное	2,5	2,5															
		Яйцо	1/20шт	2															
		Дрожжи прессован.	0,6	0,6															
		Вода или молоко 2,5%	8	8															
		Соль йодированная	0,2	0,2															
		Яйца для смазки	1/40шт	1															
		Сахар (для отдел))	0,4	0,4															
		Масло раст .д/разд.	1	1															
		Масло раст.д/см.прот.	0,5	0,5															
2.Кисломол. проду	160	Кисломол. продукция	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535		
Суммарный объём:	200																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					7,16	7,58	29,40	209,13	0,11	0,45	85,7	0,96	374	49,6	60,5	0,57			
Доля суточной потребности в энергии, %								15,01											
Приём пищи: Ужин																			
1.Зразы мясные в томатной заливке	60/40	Говядина	50,5	46	6,2	8,95	11,40	151,72	0,06	0,07	7,5	9,44	17,43	17,64	112	0,85	ТТК		
		Капуста свежая	17,5	14															
		Картофель	8	6															
		Лук репчатый	6,5	5,5															
		Масло растительное или сливочное	5	5															
		Мука пшеничная	2,2	2,2															
		Чеснок	0,5	0,4															
		Яйцо	1/13,3шт	3															
		Вода или молоко	13	13															
		Мука пшеничная	5	5															
		Масло растительное для смазки против.	1,8	1,8															
		Томатная заливка:																	
		Томатная паста	4	4															
		Сахар	0,1	0,1															
		Вода или молоко	44	44															
2.Капуста	120	Капуста свежая	157,5	126	2,73	3,33	8,38	74,41	0,06	0,05	20	59,91	68,5	27,5	55,6	0,50	ТТК		

тушеная		Масло сливочное	5	5															
		Морковь	12,5	10															
		Лук репчатый	11,9	10															
		Томатная паста	3,8	3,8															
		Мука пшеничная	1,4	1,4															
3.Чай с молоком полусладкий	150	Чай	0,5	0,5	1,13	0,86	6,22	37,14	0,05	0,2	3,8	1,78	48,2	7,52	38,3	0,5	ТТК		
		Сахар	5	5															
		Вода	75	75															
		Молоко	38	38															
4.Хлеб пшеничн.	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114		
Суммарный объём	400				Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Са	Mg	P	Fe			
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					12,34	13,38	40,76	333,77	0,20	0,35	31,3	71,1	140	56,9	225	2,15			
Доля суточной потребности в энергии, %								23,95											
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					47,96	44,09	201,40	1393,42	0,81	1,57	277	100	681	307	823	12,1			
Доля суточной потребности в энергии, %								99,53											
		(норма)			42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10			

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет																			
Неделя 2																			
СЕДЬМОЙ ДЕНЬ - ВТОРНИК																			
Наименование блюда	Вес блюда (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры		
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe			
Приём пищи: Завтрак																			
1.Канapé с сыром	15/5/5.	Сыр твердый	5,3	5	1,08	4,29	6,9	69,53	0,02	0,02	27,5	0,03	39,2	3,75	36,3	0,18	6		
		Хлеб пшеничный	15	15															
		или																	
		Хлеб ржаной	15	15															
		Масло сливочное	5	5															
2.Запеканка рисовая со свеж. плодами, с соусом молочным	150/30	Крупа рисовая	30	30	3,36	4,01	34,69	180,69	0,06	0,04	39,4	2,90	111,8	30,8	123	1,09	ТТК		
		Молоко	60	60															
		Вода для каши рис.	51	51															
		Сахар	5	5															
		Сухари панировочн.	2,4	2,4															
		Масло сливочное	3	3															
		Яблоки свежие	34,5	24															
		или																	
		Груши свежие	33	26,3															
		Сметана	1,8	1,8															
		Яйцо	1/8шт	5															
		Соус молочный		30															
		сладкий:																	
		Молоко	22,5	22,5															
		Вода	7,5	7,5															
		Мука пшеничная	1,2	1,2															
		Масло сливочное	1,2	1,2															
		Сахар	2	2															
3.Какао с молоком	150	Какао-порошок	1,25	1,25	1,84	1,54	14,15	74,26	0,02	0	10,5	0,57	115	18,5	93,2	0,39	ТТК		
		Сахар	8	8															
		Вода	63	63															
		Молоко	94,5	94,5															
Суммарный объём	355																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					6,3	9,8	55,7	324,48	0,1	0,1	77,3	3,5	266	53,1	253	1,7			
Доля суточной потребности в энергии, %									21,09										
Приём пищи: Второй завтрак																			
1.Сок фруктовый	170	Сок фрукт/(яблоч)	170	170	0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38	537		
Суммарный объём:	170																		
Итого за приём пищи:					0,85	0,17	17,17	78,20	0,02	0,02	0	3,4	11,9	6,8	11,9	2,38			
Доля суточной потребности в энергии, %									5,08										
Приём пищи: Обед																			
1.Салат "Аппетитный"	40	Свекла	20,5	16*	0,46	3,55	2,2	41,86	0,01	0,01	0	2,6	11	9,2	15,4	0,36	ТТК		
		Морковь	15,1	12*															
		Огурец консервиров.	14,5	8															
		Масло растительное	4	4															
2.Рассольник	150/7/5	Капуста свежая	15	12	3,35	5,07	10,32	104,31	0,08	0,03	5	15,77	21,22	19,6	52,9	0,63	137		

домашний со сметаной, с мясом		Картофель	60	45															
		Морковь	7,5	6															
		Лук репчатый	7,1	6															
		Масло растительное	3	3															
		или сливочное																	
		Вода или бульон	105	105															
		Огурец консервиров.	16,4	9															
		Сметана	5	5															
		Говядина блочная	12,3	11,2															
3.Биточки мясные с омлетом	60	Говядина блочная	33	30	6,35	18,05	4,50	225,70	0,2	0,2	24,6	1,25	22,8	18,8	122	1,29	ТТК		
		Свинина блочная	33,8	30															
		Яйцо	1/6,7шт.	6															
		Молоко	3,6	3,6															
		Масло сливочное	0,8	0,8															
		Лук репчатый	14,3	12															
		Масло растительное	2,4	2,4															
		или сливочное																	
		Сметана	6	6															
		Мука пшеничная	2,4	2,4															
		Сухари панировоч.	2,4	2,4															
		Масло растительное	2,4	2,4															
		д/смазки противня																	
4.Пюре картофельное	120	Картофель	134,4	101	2,43	3,93	15,82	108,37	0,11	0,2	23,4	20,39	32,28	18,7	66,1	0,75	434		
		Молоко	19,2	18															
		Масло сливочное	5	5															
5.Отвар из шиповника	150	Шиповник сухой	13	13	0,41	0,00	11,30	46,84	0,01	0,04	0	130	7,9	2,21	2,21	0,41	ТТК		
		(целые плоды)																	
		Сахар	6	6															
		Вода	157,5	158															
6.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115		
Суммарный объём:	572																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					15,64	31,08	57,50	596,68	0,48	0,51	53,4	170	114	88,1	321	5,00			
Доля суточной потребности в энергии, %								38,79											
Приём пищи: Полдник																			
1.Манник	50	Крупа манная	12,4	12,4	1,71	1,26	18,55	105,40	0,03	0,06	18,0	0,20	49,8	7,91	52,9	0,26	ТТК		
		Яйцо	1/10шт.	4															
		Кефир	40	40															
		Сахар	3	3															
		Натрий двууглекисл.	0,35	0,35															
		Масло сливочное	1	1															
		или																	
		Масло растительное	1	1															
2.Кисл. прод.(йогурт)	170	Кисломол. продукц.	174	170	4,25	4,59	18,36	134,30	0,05	0,26	17,0	0,85	165	22,1	146	0,17	535		
Суммарный объём:	220																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					5,96	5,85	36,91	239,70	0,08	0,32	35,0	1,05	215	30,0	199	0,43			
Доля суточной потребности в энергии, %								15,58											
Приём пищи: Ужин																			
1.Огурец консерв.	40	Огурец консервиров.	72,7	40	0,32	0,04	0,68	5,20	0,01	0,01	2	2	9,2	5,6	9,6	0,24	113		
2.Ежики рыбные с соусом белым	100/50	Минтай потр.обезг.	97,3	64,2	10,96	4,36	4,7	101,88	0,09	0,09	41,4	1,62	34,9	39,8	151	0,64	ТТК		
		Крупа рисовая	3,5	3,5															

		Вода (для припуск.)	7,2	7,2													
		Вода или молоко	20	20													
		Лук репчатый	15,5	13													
		Яйца	1/6,7шт.	6													
		Масло слив.или раст.	2,5	2,5													
		Соус:		50													
		Вода или бульон	55	55													
		Масло сливочное	2,5	2,5													
		Мука пшеничная	2,5	2,5													
		Лимонная кислота	0,01	0,01													
3.Чай полусладкий	150	Чай	0,5	0,5	0,09	0,00	4,56	18,60	0	0	0	0,05	2,63	2,2	4,1	0,43	ТТК
		Вода (д/прит. заварк)	40	40													
		Вода	113	113													
		Сахар	5	5													
4.Хлеб пшеничн.	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0	0	6	4,2	19,5	0,3	114
5.Кондитерс. изд.	30	Конд. изд.(вафли)	30	30	0,84	0,99	23,19	103,13	0,01	0,01	0,9	0	4,8	3	10,8	0,40	607
Суммарный объём	400				Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe	
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					14,49	5,63	47,89	299,31	0,14	0,14	44,3	3,67	57,5	54,8	195	2,01	
Доля суточной потребности в энергии, %								19,46									
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					43,22	52,57	215,21	1538,37	0,82	1,04	210	182	662	233	980	11,5	
Доля суточной потребности в энергии, %								109,9									
(норма)					42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10	

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 2

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ - СРЕДА

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Са	Mg	P	Fe	
Приём пищи: Завтрак																	
1.Бутерброд с повидлом или конфитюром	40	Масло сливочное	5	5	1,26	3,73	24,40	118,21	0,02	0,02	20	0,1	7,0	3,5	13	0,44	101,102
		Повидло или	20,2	20													
		Конфитюр	20,2	20													
		Хлеб пшеничный	15	15													
2.Творожно- яичный омлет	150	Творог	39,8	39	5,95	5,22	10,65	101,38	0,08	0,32	195	0,63	188,4	27,4	184	1,45	ТТК
		Яйцо	1,1/7,6шт	70,5													
		Молоко	73,4	73,4													
		Соль йодированная	0,5	0,5													
		Масло растительн. или	1,5	1,5													
		Масло сливочное	1,5	1,5													
3.Кофейный напиток с молоком	150	Кофейный напиток	1,7	1,7	4,04	3,13	13,38	87,85	0,05	0,14	16	1,82	170	19,6	130	0,21	ТТК
		Сахар	8	8													
		Молоко	140	140													
		Вода	25	25													
4.Хлеб пшеничн.	10	Хлеб пшеничный	10	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,01	0,01	0	0	2	1,4	6,5	0,1	114
Суммарный объём	350																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					12,01	12,16	53,35	330,94	0,16	0,49	231	2,55	367,4	51,9	334	2,2	
Доля суточной потребности в энергии, %								20,6									
Приём пищи: Второй завтрак																	
1.Фрукты св.(апель)	150	Фрукты свежие	150	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	0,05	0	86,5	51	19,5	34,6	0,46	118
Суммарный объём:	150																
Итого за приём пищи:					1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	0,05	0,00	86,5	51,0	19,5	34,6	0,46	
Доля суточной потребности в энергии, %								4,02									
Приём пищи: Обед																	
1.Салат "Светофор"	40	Свекла	20,5	16*	0,51	2,04	2,74	31,18	0,01	0,02	0	2,8	12,08	10,7	17,6	0,38	ТТК
		Морковь	20,1	16*													
		Огурец консервир.	14,5	8													
		Масло растительное	2	2													
2.Суп картофельный с птицей	150/10	Цыпленок-бройлер	33,3	14,3	3,94	3,86	10,88	94,02	0,1	0,07	5,72	14,8	12,3	21,4	69,0	0,85	133
		Картофель	90,4	67,8													
		Морковь	7,5	6													
		Лук репчатый	7,1	6													
		Масло растительное или сливочное	1,8	1,8													
		Вода или бульон	108	108													
3.Запеканка из печени с рисом	150	Печень говяжья	135,6	113	14,46	13,19	26,09	290,91	0,37	1,95	9303	31,88	28,5	33,7	468	4,65	ТТК
		Крупа рисовая	18	18													
		Вода	39,4	39,4													
		Лук репчатый	44,6	37,5													

		Масло сливочное	12	12														
		или																
		Масло растительное	12	12														
		Яйцо	1/5шт.	8														
		Яйцо для смазки	1/10шт	4														
		Масло растительное	0,5	0,5														
		или сливочное	0,5	0,5														
		для с мазки прот.																
4.Компот из сухофруктов	150	Смесь сухофруктов	15	15	0,31	0,00	14,87	60,72	0	0,01	0	0,3	16,88	4,5	11,6	0,92	ТТК	
		Сахар	7,5	7,5														
		Вода	150	150														
5.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115	
Суммарный объём		540																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					21,86	19,57	67,94	546,43	0,55	2,08	9309	49,73	88,52	89,95	629	8,36		
Доля суточной потребности в энергии, %								34,02										
Приём пищи: Полдник																		
1.Сдоба обыкновенная	40	Мука пшеничная	28,6	28,6	3,18	2,50	21,50	121,22	0,06	0,02	7,2	0	6,59	5,33	31,2	0,42	589	
		Мука на подпыл	1,2	1,2														
		Сахар	2	2														
		Масло сливочное	0,9	0,9														
		Дрожжи прессован.	0,6	0,6														
		Вода	12,6	12,6														
		Масло раст. д/разд.	1,2	1,2														
		Яйцо для смазки	1/40 шт	1,2														
		Масло раст. для смазки листов	1	1														
2.Кисломол. проду	160	Кисл. прод. (йогурт)	164	160	4,0	4,32	17,28	126,40	0,05	0,2	16,0	0,3	155	20,8	137	0,16	535	
Суммарный объём:		200																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					7,18	6,82	38,78	247,62	0,11	0,22	23,2	0,30	162	26,1	168	0,58		
Доля суточной потребности в энергии, %								15,42										
Приём пищи: Ужин																		
1.Сельдь с/солёная	40	Сельдь с/солёная	70	40	6,8	6,84	0	89,60	0,01	0,05	8	0,32	32	16	108	0,40	109	
2.Жаркое по-домашнему	180	Говядина блочная	86,8	79	14,80	10,96	20,75	245,10	0,19	0,2	0	25,03	22,84	46,37	221	2,31	436	
		Картофель	138,7	104														
		Лук репчатый	15,5	13														
		Масло растительное	5,2	5,2														
		или																
		Масло сливочное	5,2	5,2														
		Томатная паста	6,5	6,5														
3.Чай с лимоном полусладкий	150/5	Чай	0,5	0,5	0,14	0,02	5,60	23,14	0	0,01	0	2,05	4,6	2,8	5,22	0,46	ТТК	
		Вода(д/приг. завар)	40	40														
		Чай-заварка готов.		37														
		Вода	118	118														
		Сахар	6	6														
		Лимон	6	5														
4.Хлеб пшеничн.	25	Хлеб пшеничный	25	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,03	0	0	5	2,8	3,38	0,28	114	
Суммарный объём		400																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					23,64	18,02	38,65	416,59	0,23	0,29	8	27,4	64,44	67,97	338	3,45		

Доля суточной потребности в энергии, %						25,94									
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.			66,04	56,87	210,87	1606,08	1,11	3,13	9571	166	733	255	1503	15,1	
Доля суточной потребности в энергии, %						114,72									
	(норма)		42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10	

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Неделя 2

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ - ЧЕТВЕРГ

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ - ЧЕТВЕРГ																		
Наименование блюда	Вес блюда (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры	
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe		
Приём пищи: Завтрак																		
1.Омлет натуральный	85	Яйцо	шт1/2	42	5,94	5,08	4,49	89,4	0,04	0,08	115	0,31	84,3	12,18	97	0,85	ТТК	
		Молоко	51	51														
		Масло растительное для смазки листа	0,7	0,7														
2.Каша "Ассорти" на молоке	100	Крупа гречневая	3,5	3,5	2,02	2,49	13,01	73,88	0,04	0,08	14,5	0,27	57,48	19,57	68,4	0,45	ТТК	
		Крупа рисовая	3,5	3,5														
		Геркулес (хл. овсян.)	3,5	3,5														
		Вода	31,7	30														
		Молоко	47,3	45														
		Сахар	2,5	2,5														
		Масло сливочное	2,5	2,5														
3.Какао с молоком	150	Какао-порошок	1,25	1,25	1,84	1,54	14,15	74,26	0,02	0,0	10,5	0,57	115	18,54	87,2	0,39	ТТК	
		Сахар	8	8														
		Вода	63	63														
		Молоко	94,5	94,5														
4.Хлеб пшеничн.	20	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,02	0	0	4	2,8	13	0,22	114	
Суммарный объём		355																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					11,32	9,27	41,49	284,54	0,12	0,18	140	1,15	261	53,1	266	1,91		
Доля суточной потребности в энергии, %								18,63										
Приём пищи: Второй завтрак																		
1.Сок фруктовый	160	Сок фрукт/(яблоч)	160	160	0,80	0,16	16,16	73,60	0,02	0,02	0	3,2	11,2	6,4	11,3	2,26	537	
Суммарный объём:		160																
Итого за приём пищи:					0,80	0,16	16,16	73,60	0,02	0,02	0	3,2	11,2	6,4	11,3	2,26		
Доля суточной потребности в энергии, %								4,82										
Приём пищи: Обед																		
1.Салат "Трио"	40	Свекла	15,5	12*	0,56	2,08	3,5	35,36	0,02	0,01	0	4,60	8,60	7,54	16,2	0,37	ТТК	
		Картофель	19,4	14*														
		Огурцы консервиров.	21,8	12														
		Масло растительное	2	2														
2.Свекольник со сметаной, с мясом	150/7/5	Свекла	48	48/37,6*	3,29	5,02	10,54	96,7	0,05	0,06	5	10,28	25,82	20,75	63,1	1,19	136	
		Картофель	34,4	25,8														
		Морковь	7,5	6														
		Лук репчатый	8,1	6,8														
		Масло растительное	3	3														
		или сливочное																
		Томат-паста 25% сух.в	0,8	0,8														
		Бульон или вода	120	120														
		Сахар	1	1														
		Говядина блочная	12,3	11,2														
3.Фрикадельки	50	Цыпленок-бройлер	86,3	37,1	7,59	5,74	4,43	99,74	0,05	0,08	25,6	0,74	9,14	8,67	72,8	0,68	415	

из мяса птицы		Хлеб пшеничный	7,9	7,9														
		Вода или молоко	10,7	10,7														
		Яйцо	1/9,3шт.	4,3														
4.Капуста тушеная	120	Капуста свежая	157,5	126	2,73	3,33	8,38	74,41	0,06	0,05	20	59,91	68,5	27,5	55,6	0,50	ТТК	428
		Масло сливочное	5	5														
		Морковь	12,5	10														
		Лук репчатый	11,9	10														
		Томатная паста	3,8	3,8														
		Мука пшеничная	1,4	1,4														
5.Компот из свежих фруктов	150	Яблоки свежие или	34	30	0,12	0,12	9,93	42,03	0,09	0,06	0	3,0	5,01	2,70	3,3	0,68	ТТК	
		Груши свежие или	33,3	30														
		Апельсины свежие	44,8	30														
		Вода	131	131														
		Сахар	7	7														
		Лимонная кислота	0,15	0,15														
6.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115	
Суммарный объем:		562																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					16,93	16,77	50,14	417,84	0,34	0,29	51,0	78,5	136	86,8	274	4,98		
Доля суточной потребности в энергии, %								27,36										
Приём пищи: Полдник																		
1.Булочка молочная	40	Мука пшеничная	29,3	29,3	2,36	2,09	27,93	131,97	0,06	0,04	7,68	0,08	21,4	6,86	39,8	0,40	ТТК	
		Мука пш.(на подпыл)	1,1	1,1														
		Масло сливочное	1,6	1,6														
		Дрожжи прессов.	0,4	0,4														
		Молоко	12,8	12,8														
		Соль йодированная	0,3	0,3														
		Сахар	2,8	2,8														
		Масло растит.д/смаз	0,4	0,4														
2.Кисл. прод.(ряж)	160	Кисломол. продукц.	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535	
Суммарный объем		200																
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					7,48	6,59	35,03	220,82	0,12	0,46	75,9	1,04	388	51,7	69,2	0,72		
Доля суточной потребности в энергии, %								14,46										
Приём пищи: Ужин																		
1.Бутерброд горячий с сыром, маслом	40	Сыр	11	10	3,75	5,38	11,98	111,34	0,03	0,04	39	0,06	66,2	6,8	67,8	0,37	ТТК	
		Масло сливочное	5	5														
		Хлеб пшеничный	25	25														
		или																
		Хлеб ржаной	25	25														
2.Вареники ленивые с соусом сметанным сладким	180/30	Творог	139,3	137	17,50	19,46	36,08	381,82	0,1	0,1	97	0,73	245	36,9	206	1,1	ТТК	
		Мука пшеничная	19,4	19,4														
		Яйцо	1/4шт.	10														
		Сахар	9	9														
		Масло сливочное	4	4														
		Соус сметанный:		30														
		Мука пшеничная	0,75	0,75														
		Масло сливочное	0,75	0,75														
		Вода	15	15														
		Сахар	1,5	1,5														
		Сметана	12	12														
3.Чай	150	Чай	0,5	0,5	1,13	0,86	6,22	37,14	0,05	0,2	3,8	1,78	48,2	7,52	38,3	0,5	ТТК	

полусладкий с молоком		Вода (д/приг.завар.)	40	40												
		Сахар	5	5												
		Молоко	38	38												
		Вода	75	75												
Суммарный объём	400				Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Са	Мg	Р	Fe
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					22,38	25,70	54,28	530,30	0,18	0,34	140	2,57	359,4	51,22	312	2,0
Доля суточной потребности в энергии, %								34,73								
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					58,91	58,49	197,10	1527,10	0,78	1,29	407	86	1156	249	932	11,8
Доля суточной потребности в энергии, %								109,08								
(норма)					42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет																			
Неделя 2																			
ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ - ПЯТНИЦА																			
Наименование блюда	Вес блюда (г)	Набор сырья	Вес брутто (г)	Вес нетто (г)	Пищевые вещества (г)				Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ ре це пту ры		
					Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe			
Приём пищи: Завтрак																			
1.Морковь запечённая с сахаром	40	Морковь	50,3	40*	0,5	1,24	5,01	29,2	0,02	0,01	0	2	10,84	15,2	22,0	0,28	ТТК		
		Сахар	1,2	1,2															
		Масло растительное	1,2	1,2															
		или																	
		Масло сливочное	1,2	1,2															
2.Каша молочная вязкая"Дружба"	150	Крупа рисовая	14	14	3,53	4,57	29,04	157,21	0,09	0,09	9	0,54	112	31,22	134	0,62	ТТК		
		Крупа пшеничная	14	14															
		Молоко	90	90															
		Вода	44	44															
		Сахар	3	3															
		Масло сливочное	4,5	4,5															
3.Кофейный напиток с молоком	150	Кофейный напиток	1,7	1,7	4,04	3,13	13,38	87,85	0,05	0,14	16	1,82	170	19,6	130	0,21	ТТК		
		Сахар	8	8															
		Вода	25	25															
		Молоко 2,5% ж	140	140															
4.Хлеб пшеничн.	10	Хлеб пшеничный	10	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,01	0,01	0	0	2	1,4	6,5	0,1	114		
Суммарный объём:	350																		
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					8,83	9,02	52,35	297,76	0,17	0,25	25,0	4,36	294,8	67,42	293	1,21			
Доля суточной потребности в энергии, %								21,36											
Приём пищи: Второй завтрак																			
1.Фрукты св.(апель)	150	Фрукты свежие	150	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	0,05	0	86,5	51	19,5	34,6	0,46	118		
Суммарный объём:	150																		
Итого за приём пищи:					1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	0,05	0	86,5	51	19,5	34,6	0,46			
Доля суточной потребности в энергии, %								4,63											
Приём пищи: Обед																			
1.Щи из свежей капусты с мясом, сметаной.	150/7/5	Капуста свежая	52,5	42	3,1	4,95	6,73	100,87	0,03	0,05	5	20,0	29,4	13,2	45,5	0,68	145		
		Морковь	7,5	6															
		Лук репчатый	7,1	6															
		Томат-паста 25% сух.	0,4	0,4															
		Масло растительное или сливочное	3	3															
		Мука пшеничная	1,5	1,5															
		Бульон или вода	120	120															
		Говядина блочная	12,3	11,2															
		Сметана	5	5															
2.Плов с мясом и перловой крупой	150 (60/90)	Говядина блочная	110	100	15,51	10,56	24,07	257,99	0,14	0,14	0	2,16	35,4	40,6	201	3,35	ТТК		
		Морковь	9,4	7,5															
		Лук репчатый	8,9	7,5															
		Томатная паста	2,3	2,3															
		Масло растительное	3,4	3,4															
		или сливочное	3,4	3,4															

		Крупа перловая	27	27																
		Вода или бульон	65	65																
3.Кисель плодово-ягодный	150	Концентрат киселя	18	18	1,05	0,00	21,80	91,50	0	0	0	0	0,1	0	0	0,02	516			
		Сахар	5	5																
		Вода	156	156																
4.Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,03	0,4	0	18,8	19,6	62,8	1,56	115			
Суммарный объём	502																			
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					22,30	15,99	65,96	519,96	0,24	0,22	5,40	22,16	83,7	73,4	309	5,61				
Доля суточной потребности в энергии, %								37,28												
Приём пищи: Полдник																				
1.Бутерброд с повидлом или конфитюром	40	Масло сливочное	5	5	1,26	3,73	24,40	118,21	0,02	0,02	20	0,1	7,0	3,5	13	0,44	101,102			
		Повидло или	20,2	20																
		Конфитюр	20,2	20																
		Хлеб пшеничный	15	15																
2.Кисл. прод. (ряж)	160	Кисломол. продукция	164	160	5,12	4,50	7,10	88,85	0,06	0,42	68,2	0,96	367	44,8	29,4	0,32	535			
Суммарный объём:	200																			
Итого за приём пищи:					6,38	8,23	31,50	207,06	0,08	0,44	88,2	1,06	374,0	48,3	42,4	0,76				
Доля суточной потребности в энергии, %								14,85												
Приём пищи: Ужин																				
1.Огурец консерв.	40	Огурец консервиров.	72,7	40	0,32	0,04	0,68	5,20	0,01	0,01	2	2	9,2	5,6	9,6	0,24	113			
2.Рыба, запечённая	60	Минтай потрошен.	97	68	9,95	5,70	2,76	94,20	0,08	0,08	6,80	0,34	27,92	38,0	167	0,59	339			
		без головы																		
		Мука пшеничная	4	4																
		Масло растительное	3	3																
		или сливочное	3	3																
3.Картофель отварной с маслом	120/5	Картофель	164,8	124	1,87	3,62	23,05	128,26	0,15	0,15	20	24,7	13,6	28,4	73,2	1,12	203			
		Масло сливочное	5	5																
4.Чай полусладкий	150	Чай	0,5	0,5	0,09	0,00	4,56	18,60	0	0	0	0,05	2,63	2,2	4,1	0,43	ТТК			
		Вода (д/прит. заварк)	40	40																
		Вода	113	113																
		Сахар	5	5																
4.Хлеб пшеничн.	25	Хлеб пшеничный	25	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,03	0	0	5	2,8	3,38	0,28	114			
Суммарный объём:	400				Б	Ж	У	ККАЛ	В1	В2	А	С	Ca	Mg	P	Fe				
Итого за приём пищи с учётом потерь при т/обработ.					14,13	9,56	43,35	305,01	0,27	0,27	28,8	27,09	58,35	77,04	257	2,66				
Доля суточной потребности в энергии, %								21,88												
Итого за день с учётом потерь при тепловой обработ.					52,99	42,80	193,16	1394,29	0,82	1,23	147	141	862	286	936	10,7				
Доля суточной потребности в энергии, %								99,59												
		(норма)			42,00	47,00	203,00	1400,00	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10				
Итого за весь период:					536,9	495,4	2033,5	14844,7	8,6	14,3	12910	1356	8594	2601	9579	114				
Среднее значение за период:			фактически		53,7	49,5	203,3	1484,5	0,86	1,43	1291	135,6	859,4	260	957,9	11,4				
			норма:		42-59	47-58	203-240	1400-1716	0,8	0,9	450	45	800	80	700	10				
Содержание, белков, жиров, углеводов			фактически		14,5	30,0	54,8													
за период в % от калорийности:			норма:		12.-15	30-32	55-58													