МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД №34 ГОРОДАКРОПОТКИН МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСКИЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ ЦРР – д/с№34

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Н.Кулешова

приказ № 201-К/1 от 31.10.2024



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

**ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

**ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ** 3**-Х до 7 ЛЕТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 1 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный 634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | каша манная вязкая 182 | 200 | 35,8 | 46,4 | 68,86 | 207,05 | 0,075 | 1,2 | 0,6 |  | 1132,99 | 963,15 | 139,8 | 1,566 |
| 090002 | Молоко |  | 33,6 | 38,4 | 56,4 | 69,6 | 0,06 | 1,2 |  |  | 1126,8 | 948 | 129,6 | 1,32 |
| 030004 | Крупа манная |  | 1,8 | 0,15 | 10,05 | 56,25 | 0,015 |  |  |  | 6,15 | 15,15 | 10,2 | 0,24 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73,4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7,8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
|  | Какао с молоком №416 | 180 | 25,776 | 29,232 | 57,297 | 119,652 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,832 | 711 | 97,2 | 1,323 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28,8 | 42,3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140002 | Какао |  | 0,576 | 0,432 | 0,672 | 8,952 |  |  |  |  | 0,432 |  |  | 0,288 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 14,325 | 58,5 |  |  |  |  | 0,3 |  |  | 0,045 |
|  | Бутерброд с сыром №97 (3 | 60 | 43,24 | 8,46 | 18,81 | 182,45 | 0,1735 |  | 0,3 |  | 112,85 | 97,7 | 12,4 | 0,72 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2,84 | 0,44 | 18,56 | 91,6 | 0,16 |  |  |  | 8 | 39,2 | 12,4 | 0,72 |
| 090004 | Сыр |  | 40,2 | 4,095 |  | 54,15 | 0,0135 |  |  |  | 104,85 | 58,5 |  |  |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,2 | 3,925 | 0,25 | 36,7 |  |  | 0,3 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 106,236 | 84,312 | 158,847 | 573,452 | 0,4485 | 7,1 | 0,93 | 0,585 | 2095,672 | 1791,45 | 255,6 | 3,969 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Сок №537 | 150 | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| 120003 | Сок |  | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| Итого: | | | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 | 35 | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
|  | Борщ №62 | 200 | 1,958 | 5,406 | 7,778 | 84,756 | 0,0362 | 9,452 |  |  | 25,05 | 32,34 | 15,62 | 0,782 |
| 110007 | Свекла |  | 0,256 |  | *2,*656 | 11,84 | 0,0064 | 2,56 |  |  | 7,04 | 10,88 | 7,04 | 0,352 |
| 110002 | Капуста |  | 0,192 | 0,016 | 0,752 | 4,32 | 0,008 | 3,84 |  |  | 6,08 | 4 | 1,92 | 0,144 |
| 110005 | Морковь |  | 0,1 |  | 0,61 | 2,9 | 0,005 | 0,4 |  |  | 3,4 | 3,1 | 1J | 0,06 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 110008 | Томат |  | 0,12 |  | 0,597 | 2,88 | 0,0015 | 0,78 |  |  | 0,39 | 0,96 | 0,78 | 0,021 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 3,98 |  | 35,96 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 090007 | Сметана |  | 1,05 | 1,41 | 0,155 | 14,2 | 0,0025 |  |  |  | 4,3 | 3,4 | 0,5 | 0,005 |
| 160001 | Картофель |  | 0,224 |  | 2,208 | 9,296 | 0,0112 | 1,2 |  |  | 1,28 | 6,08 | 2,72 | 0,144 |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | оладьи из печени по-кунцевски 284 | 110 | 17,7046 | 10,8236 | 13,2759 | 219,3629 | 0,3159 | 0,6 | 0,6102 |  | 10,1031 | 27,4028 | 10,047 | 0,4336 |
| 040003 | Печень |  | 15,552 | *2,*784 |  | 87,456 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 110005 | Морковь |  | 0,15 |  | 0,915 | 4,35 | 0,0075 | 0,6 |  |  | 5,1 | 4,65 | 2,55 | 0,09 |
| 170001 | Мука |  | 1,581 | 0,17 | 11,849 | 53,89 | 0,306 |  |  |  | 4,93 | 22,44 | 7,48 | 0,34 |
| 190001 | Яйцо |  | 0,0216 | 0,0196 | 0,0119 | 0,2669 | 0,0024 |  | 0,0102 |  | 0,0731 | 0,3128 | 0,017 | 0,0036 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73,4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | макаронные изделия отварные с маслом 219 | 155 | 31,36 | 5,84 | 22,76 | 128,96 | 0,045 |  | 0,24 |  | 40,2 | 29,1 | 9,9 | 0,45 |
| 020001 | Макаронные изделия |  | 31,2 | 2,7 | 22,56 | 99,6 | 0,045 |  |  |  | 40,2 | 29,1 | 9,9 | 0,45 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,16 | 3,14 | 0,2 | 29,36 |  |  | 0,24 |  |  |  |  |  |
|  | Кисель из сухофруктов | 200 | 1,22 |  | 43,39 | 175,15 | 0,0088 |  |  |  | 21,4 |  |  | 3,9975 |
| 120004 | Сухофрукты |  | 0,5 |  | 17 | 67 | 0,0088 |  |  |  | 21 |  |  | 3,9375 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 19,1 | 78 |  |  |  |  | 0,4 |  |  | 0,06 |
| 140004 | Крахмал |  | 0,72 |  | 7,29 | 30,15 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Огурцы соленые №113 | 81 | 0,486 |  | 0,891 | 5,67 |  |  |  |  | 17,82 | 14,58 |  | 0,891 |
| 110006 | Огурцы соленые |  | 0,486 |  | 0,891 | 5,67 |  |  |  |  | 17,82 | 14,58 |  | 0,891 |
| Итого: | | | 55,9686 | 22,7096 | 112,8799 | 734,5989 | 1,0109 | 10,052 | 0,8502 |  | 128,7231 | 154,8728 | 49,467 | 7,5091 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Сдоба 449 | 80 | 6,1901 | 3,9335 | 47,504 | ' 245,341 | 1,0802 |  | 0,318 |  | 17,789 | 80,272 | 26.09 | 1,2253 |
| 170001 | Мука |  | 5,487 | 0,59 | 41,123 | 187,03 | 1,062 |  |  |  | 17,11 | 77,88 | 25,96 | 1,18 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 5,73 | 23,4 |  |  |  |  | 0,12 |  |  | 0,018 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,16 | 3,14 | 0.2 | 29.36 |  |  | 0,24 |  |  |  |  |  |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe | |
| 190001 | Яйцо |  | 0,1651 | 0,1495 | 0,091 | 2,041 | 0,0182 |  | 0,078 |  | 0,559 | 2,392 | 0,13 | 0,0273 | |
| 100001 | Дрожжи |  | 0,378 | 0,054 | 0,36 | 3,51 |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Чай с лимоном №412 | 200 | 0,018 |  | 12,691 | 51,908 | 0,0012 | 5,2 |  |  | 9,02 | 0,66 | 0,36 | 0,385 | |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0,008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 | |
| 120002 | Лимоны |  | 0,018 |  | 0,276 | 1,2 | 0,0012 | 1,2 |  |  | 1,2 | 0,66 | 0,36 | 0,018 | |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 | |
|  | Яблоки №386 | 150 | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 | |
| 120005 | Яблоки |  | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 | |
| Итого: | | | 6,6071 | 3,9335 | 73,761 | 352,311 | 1,1213 | 13,446 | 0,318 |  | 48,089 | 95,562 | 38,42 | 4,5363 | |
| Всего: | | | 169,411 7 | 110,9551 | 363,0379 | 1735,3619 | 2,6107 | 35,998 | 2,0982 | 0,585 | 2312,98 41 | 2086,88 48 | 367,487 | 16,4644 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 2 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный 634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114(2) | 15 | 1,065 | 0,165 | 6,96 | 34,35 | 0,06 |  |  |  | 3 | 14,7 | 4,65 | 0,27 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,065 | 0,165 | 6,96 | 34.35 | 0,06 |  |  |  | 3 | 14,7 | 4,65 | 0,27 |
|  | Омлет паровой натуральный №237 | 90 | 16,905 | 19,88 | 20,45 | 128,67 | 0,7875 | 0,35 | 3,48 |  | 352,3 | 377,7 | 43,3 | 1,54 |
| 190001 | Яйцо |  | 6,985 | 6,325 | 3,85 | 86,35 | 0,77 |  | 3,3 |  | 23,65 | 101,2 | 5,5 | 1,155 |
| 090002 | Молоко |  | 9,8 | 11,2 | 16,45 | 20,3 | 0,0175 | 0,35 |  |  | 328,65 | 276,5 | 37,8 | 0,385 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,12 | 2,355 | 0,15 | 22.02 |  |  | 0,18 |  |  |  |  |  |
|  | Икра кабачковая №57 | 40 | 0,68 | 3,52 | 3,08 | 48 |  | 3,2 |  |  |  |  |  |  |
| 110001 | Икра кабачковая |  | 0,68 | 3,52 | 3.08 | 48 |  | 3,2 |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с молоком №413 | 180 | 12,6 | 14,4 | 33,565 | 76,808 | 0,0225 | 4,45 |  |  | 430,37 | 355,5 | 48,6 | 0,862 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0.008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| 090002 | Молоко |  | 12,6 | 14.4 | 21,15 | 26,1 | 0,0225 | 0,45 |  |  | 422,55 | 355,5 | 48,6 | 0,495 |
| Итого: | | | 31,25 | 37,965 | 68,655 | 306,328 | 0,945 | 13 | 3,51 | 0,585 | 785,67 | 747,9 | 96,55 | 2,672 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Яблоки №386 | 150 | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| 120005 | Яблоки |  | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| Итого: | | | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 | 35 | 1,82 | 0,42 | 15.505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 1,82 | 0,42 | 15.505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
|  | Рассольник 79 | 200 | 3,956 | 5,65 | 21,475 | 150,474 | 0,1052 | 4,918 |  |  | 23,86 | 77,9 | 31,11 | 1,123 |
| 160001 | Картофель |  | 0,756 |  | 7.452 | 31,374 | 0,0378 | 4,05 |  |  | 4,32 | 20,52 | 9,18 | 0,486 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 110006 | Огурцы соленые |  | 0,066 |  | 0,121 | 0,77 |  |  |  |  | 2,42 | 1,98 |  | 0,121 |
| 110004 | Лук |  | 0,014 |  | 0,7 | 2,94 | 0,0014 | 0,588 |  |  | 2,24 | 3,43 | 0,84 | 0,049 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 3,98 |  | 35,96 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 090007 | Сметана |  | 1,05 | 1,41 | 0,155 | 14,2 | 0,0025 |  |  |  | 4,3 | 3,4 | 0,5 | 0,005 |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 030006 | Крупа перловая |  | 2 | 0,26 | 12,62 | 63,2 | 0,06 |  |  |  | 8,2 | 46,4 | 19,4 | 0,42 |
| 110005 | Морковь |  | 0,07 |  | 0,427 | 2,03 | 0,0035 | 0,28 |  |  | 2,38 | 2,17 | 1,19 | 0,042 |
|  | Компот из свежих плодов №390 | 180 | 0,108 |  | 16,087 | 65,604 | 0,0108 | 2,232 |  |  | 6,02 | 3,96 | 3,24 | 0,831 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| 120005 | Яблоки |  | 0,108 |  | 3,672 | 14,904 | 0,0108 | 2,232 |  |  | 5,76 | 3,96 | 3,24 | 0,792 |
|  | Помидор соленый №113 | 81 |  |  | 2,43 | 16,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 110010 | Помидоры соленые |  |  |  | 2,43 | 16,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Жаркое по-домашнему 292 | 220 | 27,393 | 13,353 | 21,468 | 312,649 | 0,2021 | 13,349 | 0,3729 |  | 26,91 | 273,8 | 49,41 | 4,293 |
| 040001 | Мясо |  | 24,897 | 8.643 |  | 178,278 | 0,1032 |  | 0,0129 |  | 11,61 | 215,43 | 23,22 | 2,967 |
| 160001 | Картофель |  | 1,834 |  | 18,078 | 76,111 | 0,0917 | 9,825 |  |  | 10,48 | 49,78 | 22,27 | 1,179 |
| 110004 | Лук |  | 0,022 |  | 1,1 | 4,62 | 0,0022 | 0,924 |  |  | 3,52 | 5,39 | 1,32 | 0,077 |
| 110008 | Томат |  | 0,4 |  | 1,99 | 9,6 | 0,005 | 2,6 |  |  | 1,3 | 3,2 | 2,6 | 0,07 |
| 080001 | Масло растительное |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,24 | 4,71 | 0,3 | 44,04 |  |  | 0,36 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 34,697 | 19,643 | 86,245 | 665,627 | 0,9231 | 20,499 | 0,3729 |  | 70,94 | 407,11 | 97,66 | 7,202 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Булочка домашняя №452 | 50 | 5,8642 | 11,757 | 46,607 | 312,022 | 1,0124 |  | 0,096 |  | 16,798 | 75,544 | 24,36 | 1,1576 |
| 170001 | Мука |  | 5,115 | 0,55 | 38,335 | 174,35 | 0,99 |  |  |  | 15,95 | 72,6 | 24,2 | 1,1 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 7,64 | 31,2 |  |  |  |  | 0,16 |  |  | 0,024 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 10,945 |  | 98,89 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 190001 | Яйцо |  | 0,2032 | 0,184 | 0,112 | 2,512 | 0,0224 |  | 0,096 |  | 0,688 | 2,944 | 0,16 | 0,0336 |
| 100001 | Дрожжи |  | 0,546 | 0,078 | 0,52 | 5,07 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кефир 420 | 180 | 5,04 | 5,76 | 7,38 | 100,8 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 090010 | Кефир |  | 5,04 | *5,*76 | 7,38 | 100,8 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 10,9042 | 17,517 | 53,987 | 412,822 | 1,0124 |  | 0,096 |  | 16,798 | 75,544 | 24,36 | 1,1576 |
| Всего: | | | 77,2502 | 75,125 | 222,453 | 1439,839 | 2,9204 | 41,745 | 3,9789 | 0,585 | 894,688 | 1245,18 4 | 230,54 | 13,9576 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 3 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4.6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Бутерброд с маслом №1 | 40 | 2,53 | 8,18 | 14,42 | 142,1 | 0,12 |  | 0,6 |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2,13 | 0,33 | 13.92 | 68,7 | 0,12 |  |  |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0.4 | 7,85 | 0.5 | 73,4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Кофейный напиток молоком №414 | 180 | 25,38 | 28,8 | 51,695 | 94,86 | 0,105 | 7,21 |  |  | 851,512 | 711 | 97,2 | 1,0192 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28.8 | 42,3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140003 | Кофейный напиток |  | 0,18 |  | 0,8 | 7,56 | 0,06 | 6,31 |  |  | 6,232 |  |  | 0,0022 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 8,595 | 35,1 |  |  |  |  | 0,18 |  |  | 0,027 |
|  | каша вязкая гречневая 182 | 200 | 31,89 | 37,785 | 70,325 | 219,8 | 0,2 | 1 | 0,3 |  | 955,6 | 877,3 | 141,9 | 1,655 |
| 030003 | Крупа гречневая |  | 3,69 | 1,86 | 18,3 | 105,6 | 0,15 |  |  |  | 16,5 | 87,3 | 33,9 | 0,54 |
| 090002 | Молоко |  | 28 | 32 | 47 | 58 | 0,05 | 1 |  |  | 939 | 790 | 108 | 1,1 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 4,775 | 19,5 |  |  |  |  | 0,1 |  |  | 0,015 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,2 | 3.925 | 0.25 | 36,7 |  |  | 0,3 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 61,22 | 74,985 | 150,32 | 521,06 | 0,58 | 13,21 | 0,93 | 0,585 | 1817,112 | 1637,3 | 254,6 | 3,5742 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Сок №537 | 150 | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| 120003 | Сок |  | 0,6 |  | 17.55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| Итого: | | | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Плов из птицы №321 | 130 | 21,628 | 16,405 | 26,25 | 343,03 | 1,588 | 1,66 |  |  | 27,54 | 201,55 | 16,08 | 1,871 |
| 040002 | Птица |  | 19,118 | 7.11 |  | 143,78 | 1,58 |  |  |  | 9,48 | 156,42 |  | 1,264 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 8.955 |  | 80,91 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 110004 | Лук |  | 0,03 |  | 1,5 | 6,3 | 0,003 | 1,26 |  |  | 4,8 | 7,35 | 1,8 | 0,105 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe | |
| 110005 | Морковь | |  | 0,1 |  | 0,61 | 2,9 | 0,005 | 0,4 |  |  | 3,4 | 3,1 | 1,7 | 0,06 | |
| 030009 | Рис | |  | 2,38 | 0,34 | 24,14 | 109,14 |  |  |  |  | 9,86 | 34,68 | 12,58 | 0,442 | |
|  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 | |
| 010001 | Хлеб белый | |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 | |
|  | Хлеб ржаной №115 | | 35 | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 | |
| 010002 | Хлеб ржаной | |  | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 | |
|  | Компот из сушеных фруктов №394 | | 180 | 0,44 |  | 27,375 | 109,66 | 0,0077 |  |  |  | 18,74 |  |  | 3,504 | |
| 120004 | Сухофрукты | |  | 0,44 |  | 14,96 | 58,96 | 0,0077 |  |  |  | 18,48 |  |  | 3,465 | |
| 180001 | Сахарный песок | |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 | |
|  | Суп картофельный с бобовыми №87 | | 200 | 4,316 | 3,46 | 16,228 | 111,77 | 0,1526 | 5,366 | 0,24 |  | 19,36 | 84,44 | 27,94 | 1,306 | |
| 160001 | Картофель | |  | 0.7 |  | 6,9 | 29.05 | 0,035 | 3,75 |  |  | 4 | 19 | 8,5 | 0,45 | |
| 110005 | Морковь | |  | 0,08 |  | 0,488 | 2.32 | 0,004 | 0,32 |  |  | 2,72 | 2,48 | 1,36 | 0,048 | |
| 110004 | Лук | |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 | |
| 030001 | Горох | |  | 3,36 | 0,32 | 7,84 | 47.68 | 0,112 | 0,624 |  |  | 10,08 | 59,04 | 17,12 | 0,752 | |
| 070001 | Масло сливочное | |  | 0,16 | 3,14 | 0,2 | 29.36 |  |  | 0,24 |  |  |  |  |  | |
| 150001 | Соль | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Икра свекольная №55 | | 80 | 1,388 | 6,965 | 10,758 | 112,13 | 0,0258 | 11,696 |  |  | 20,54 | 34,3 | 20,6 | 0,912 | |
| 110007 | Свекла | |  | 0,48 |  | 4,98 | 22,2 | 0,012 | 4,8 |  |  | 13,2 | 20,4 | 13,2 | 0,66 | |
| 110004 | Лук | |  | 0,028 |  | 1,4 | 5,88 | 0,0028 | 1,176 |  |  | 4,48 | 6,86 | 1,68 | 0,098 | |
| 110008 | Томат | |  | 0.88 |  | 4,378 | 21,12 | 0,011 | 5,72 |  |  | 2,86 | 7,04 | 5,72 | 0,154 | |
| 080001 | Масло растительное | |  |  | 6,965 |  | 62,93 |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| Итого: | | | | 31,012 | 27,47 | 105,396 | 797,29 | 2,3791 | 18,722 | 0,24 |  | 100,33 | 371,74 | 78,52 | 8,548 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Соус молочный сладкий №369 | | 20 | 4,325 | 5,438 | 9,697 | 25,542 | 0,0255 | 0,15 | 0,048 |  | 141,18 | 119,82 | 16,64 | 0,191 | |
| 170001 | Мука | |  | 0,093 | 0,01 | 0.697 | 3.17 | 0,018 |  |  |  | 0,29 | 1,32 | 0,44 | 0,02 | |
| 070001 | Масло сливочное | |  | 0,032 | 0,628 | 0.04 | 5.872 |  |  | 0,048 |  |  |  |  |  | |
| 180001 | Сахарный песок | |  |  |  | 1,91 | 7.8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 | |
| 090002 | Молоко | |  | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 8,7 | 0,0075 | 0,15 |  |  | 140,85 | 118,5 | 16,2 | 0,165 | |
|  | Чай с сахаром №411 | | 180 |  |  | 12,415 | 50.708 |  | 4 |  |  | 7,82 |  |  | 0,367 | |
| 140005 | Чай | |  |  |  |  | 0,008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 | |
| № | Наименование блюда | Выход порции | | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 180001 | Сахарный песок |  | |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
|  | Запеканка из творога №319 (3) | 97 | | 12,954 | 11,306 | 16,82 | 220,42 | 0,2415 |  | 0,36 |  | 133,18 | 139,08 | 5,44 | 0,304 |
| 090006 | Творог |  | | 10,8 | 7,65 | 2,97 | 126,9 |  |  |  |  | 126 | 117 |  |  |
| 170001 | Мука |  | | 1,023 | 0.11 | 7,667 | 34,87 | 0,198 |  |  |  | 3,19 | 14,52 | 4,84 | 0,22 |
| 190001 | Яйцо |  | | 0,381 | 0,345 | 0,21 | 4,71 | 0,042 |  | 0,18 |  | 1,29 | 5,52 | 0,3 | 0,063 |
| 180001 | Сахарный песок |  | |  |  | 5,73 | 23,4 |  |  |  |  | 0,12 |  |  | 0,018 |
| 090007 | Сметана |  | | 0,63 | 0,846 | 0,093 | 8,52 | 0,0015 |  |  |  | 2,58 | 2,04 | 0,3 | 0,003 |
| 070001 | Масло сливочное |  | | 0.12 | 2,355 | 0,15 | 22,02 |  |  | 0,18 |  |  |  |  |  |
|  | Яблоки №386 | 150 | | 0,399 |  | 13,566 | 55.062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| 120005 | Яблоки |  | | 0,399 |  | 13,566 | 55.062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| Итого: | | | | 17,678 | 16,744 | 52,498 | 351,732 | 0,3069 | 12,396 | 0,408 |  | 303,46 | 273,53 | 34,05 | 3,788 |
| Всего: | | | | 110,51 | 119,199 | 325,764 | 1745,082 | 3,296 | 49,728 | 1,578 | 0,585 | 2261,40 2 | 2327,57 | 391,17 | 16,3602 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 4 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Макаронные изделия отварные с сыром №220 | 200 | 83,96 | 11,995 | 22,058 | 205,18 | 0,0615 |  | 0,3 |  | 178,66 | 106,13 | 9,57 | 0,435 |
| 020001 | Макаронные изделия |  | 30,16 | 2.61 | 21,808 | 96.28 | 0,0435 |  |  |  | 38,86 | 28,13 | 9,57 | 0,435 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,2 | 3.925 | 0,25 | 36,7 |  |  | 0,3 |  |  |  |  |  |
| 090004 | Сыр |  | 53,6 | 5,46 |  | 72,2 | 0,018 |  |  |  | 139,8 | 78 |  |  |
|  | Чай с лимоном №412 | 200 | 0,018 |  | 12,691 | 51,908 | 0,0012 | 5,2 |  |  | 9,02 | 0,66 | 0,36 | 0,385 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0,008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 |
| 120002 | Лимоны |  | 0,018 |  | 0,276 | 1,2 | 0,0012 | 1,2 |  |  | 1,2 | 0,66 | 0,36 | 0,018 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| Итого: | | | 85,398 | 12,215 | 48,629 | 321,388 | 0,2177 | 10,2 | 0,33 | 0,585 | 191,68 | 126,39 | 16,13 | 1,18 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Молоко кипяченое №419 | 180 | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| 090002 | Молоко |  | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| Итого: | | | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Суп картофельный с клецками  № 91 | 200 | 4,763 | 4,0445 | 11,165 | 98,768 | 0,4396 | 3,992 | 0,162 |  | 12,7 | 59**,**93 | 11,96 | 0,842 |
| 160001 | Картофель |  | 0,56 |  | 5,52 | 23,24 | 0,028 | 3 |  |  | 3,2 | 15,2 | 6,8 | 0,36 |
| 040002 | Птица |  | 3,267 | 1,215 |  | 24,57 | 0,27 |  |  |  | 1,62 | 26,73 |  | 0,216 |
| 110005 | Морковь |  | 0.08 |  | 0,488 | 2,32 | 0,004 | 0,32 |  |  | 2,72 | 2,48 | 1,36 | 0,048 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 1,99 |  | 17,98 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 170001 | Мука |  | 0,558 | 0,06 | 4,182 | 19,02 | 0,108 |  |  |  | 1,74 | 7,92 | 2,64 | 0,12 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,028 | 0,5495 | 0,035 | 5,138 |  |  | 0,042 |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | Наименование блюда | | Выход порции | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Каллорий- ность | | Витамины (мг) | | | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | | |
| В1 | | С | | А | | Е | | Са | | Р | | Мд | | Fe | |
| 190001 | | Яйцо | |  | | 0,254 | | 0,23 | | 0,14 | | 3,14 | | 0,028 | |  | | 0,12 | |  | | 0,86 | | 3,68 | | 0,2 | | 0,042 | |
| 150001 | | Соль | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный №114 | | 20 | | 1,42 | | 0,22 | | 9,28 | | 45,8 | | 0,08 | |  | |  | |  | | 4 | | 19,6 | | 6,2 | | 0,36 | |
| 010001 | | Хлеб белый | |  | | 1,42 | | 0,22 | | 9,28 | | 45.8 | | 0,08 | |  | |  | |  | | 4 | | 19,6 | | 6,2 | | 0,36 | |
|  | | Хлеб ржаной №115 | | 35 | | 1,82 | | 0,42 | | 15,505 | | 74,9 | | 0,525 | |  | |  | |  | | 10,15 | | 31,85 | | 7,7 | | 0,595 | |
| 010002 | | Хлеб ржаной | |  | | 1,82 | | 0,42 | | 15.505 | | 74,9 | | 0,525 | |  | |  | |  | | 10,15 | | 31,85 | | 7,7 | | 0,595 | |
|  | | Сок №537 | | 150 | | 0,6 | |  | | 17,55 | | 75 | | 0,03 | | 5,4 | |  | |  | | 40,5 | | 45 | | 24 | | 0,45 | |
| 120003 | | Сок | |  | | 0,6 | |  | | 17,55 | | 75 | | 0,03 | | 5,4 | |  | |  | | 40,5 | | 45 | | 24 | | 0,45 | |
|  | | салат из зеленого горошка 10 | | 60 | | 1,56 | | 3,105 | | 4,08 | | 50,97 | | 0,06 | | 6 | |  | |  | | 9,6 | | 31,8 | | 12,6 | | 0,42 | |
| 030002 | | Зеленый горошек | |  | | 1.56 | | 0,12 | | 4.08 | | 24 | | 0,06 | | 6 | |  | |  | | 9,6 | | 31,8 | | 12,6 | | 0,42 | |
| 080001 | | Масло растительное | |  | |  | | 2,985 | |  | | 26,97 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Картофельное пюре №339 | | 150 | | 5,556 | | 8,3325 | | 18.867 | | 90,534 | | 0,0663 | | 6,45 | | 0,27 | |  | | 147,57 | | 150,42 | | 30,48 | | 0,921 | |
| 160001 | | Картофель | |  | | 1,176 | |  | | 11.592 | | 48,804 | | 0,0588 | | 6,3 | |  | |  | | 6,72 | | 31,92 | | 14,28 | | 0,756 | |
| 090002 | | Молоко | |  | | 4.2 | | 4,8 | | 7.05 | | 8.7 | | 0,0075 | | 0,15 | |  | |  | | 140,85 | | 118,5 | | 16,2 | | 0,165 | |
| 070001 | | Масло сливочное | |  | | 0,18 | | 3,5325 | | 0,225 | | 33,03 | |  | |  | | 0,27 | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Биточки рыбные запеченные №271 | | 80 | | 15,08 | | 5,8215 | | 12.555 | | 103.75 | | 0,1739 | | 0,11 | | 0,39 | |  | | 136,6 | | 221,52 | | 29,19 | | 0,816 | |
| 060003 | | Рыба Треска | |  | | 10.24 | | 0,384 | |  | | 44.16 | | 0,0384 | |  | |  | |  | | 28,16 | | 110,72 | | 12,16 | | 0,32 | |
| 010001 | | Хлеб белый | |  | | 1,065 | | 0,165 | | 6,96 | | 34,35 | | 0,06 | |  | |  | |  | | 3 | | 14,7 | | 4,65 | | 0,27 | |
| 090002 | | Молоко | |  | | 3.08 | | 3,52 | | 5.17 | | 6,38 | | 0,0055 | | 0,11 | |  | |  | | 103,29 | | 86,9 | | 11,88 | | 0,121 | |
| 190001 | | Яйцо | |  | | 0,635 | | 0,575 | | 0.35 | | 7,85 | | 0,07 | |  | | 0,3 | |  | | 2,15 | | 9,2 | | 0,5 | | 0,105 | |
| 070001 | | Масло сливочное | |  | | 0,06 | | 1,1775 | | 0.075 | | 11,01 | |  | |  | | 0,09 | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Итого: | | | | | | 30,799 | | 21,9435 | | 89,002 | | 539,722 | | 1,3748 | | 21,952 | | 0,822 | |  | | 361,12 | | 560,12 | | 122,13 | | 4,404 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | Омлет паровой натуральный № 237 | | 110 | | 20,556 | | 24,4 | | 24,7 | | 160,48 | | 0,973 | | 0,42 | | 4,32 | |  | | 423,62 | | 456,92 | | 52,16 | | 1,89 | |
| 190001 | | Яйцо | |  | | 8,636 | | 7,82 | | *4,* 76 | | 106,76 | | 0,952 | |  | | 4,08 | |  | | 29,24 | | 125,12 | | 6,8 | | 1,428 | |
| 090002 | | Молоко | |  | | 11,76 | | 13,44 | | 19,74 | | 24.36 | | 0,021 | | 0,42 | |  | |  | | 394,38 | | 331,8 | | 45,36 | | 0,462 | |
| 070001 | | Масло сливочное | |  | | 0,16 | | 3,14 | | 0.2 | | 29.36 | |  | |  | | 0,24 | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кофейный напиток молоком №414 | | 180 | | 25,38 | | 28,8 | | 51,695 | | 94,86 | | 0,105 | | 7,21 | |  | |  | | 851,512 | | 711 | | 97,2 | | 1,0192 | |
| 090002 | | Молоко | |  | | 25,2 | | 28,8 | | 42,3 | | 52,2 | | 0,045 | | 0,9 | |  | |  | | 845,1 | | 711 | | 97,2 | | 0,99 | |
| 140003 | | Кофейный напиток | |  | | 0,18 | |  | | 0.8 | | 7,56 | | 0,06 | | 6,31 | |  | |  | | 6,232 | |  | |  | | 0,0022 | |
| № | Наименование блюда | | Выход порции | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Каллорий- ность | | Витамины (мг) | | | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | | |
| В1 | | С | | А | | Е | | Са | | Р | | Мд | | Fe | |
| 180001 | Сахарный песок | |  | |  | |  | | 8,595 | | 35,1 | |  | |  | |  | |  | | 0,18 | |  | |  | | 0,027 | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | | 20 | | 1,42 | | 0,22 | | 9,28 | | 45,8 | | 0,08 | |  | |  | |  | | 4 | | 19,6 | | 6,2 | | 0,36 | |
| 010001 | Хлеб белый | |  | | 1,42 | | 0,22 | | 9,28 | | 45,8 | | 0,08 | |  | |  | |  | | 4 | | 19,6 | | 6,2 | | 0,36 | |
|  | Огурцы соленые №113 | | 81 | | 0,486 | |  | | 0,891 | | 5,67 | |  | |  | |  | |  | | 17,82 | | 14,58 | |  | | 0,891 | |
| 110006 | Огурцы соленые | |  | | 0,486 | |  | | 0,891 | | 5,67 | |  | |  | |  | |  | | 17,82 | | 14,58 | |  | | 0,891 | |
| Итого: | | | | | 47,842 | | 53,42 | | 86,566 | | 306,81 | | 1,158 | | 7,63 | | 4,32 | |  | | 1296,952 | | 1202,1 | | 155,56 | | 4,1602 | |
| Всего: | | | | | 216,959 | | 148,0585 | | 313,027 | | 1277,54 | | 2,845 | | 41,672 | | 5,472 | | 0,585 | | 3624,46 2 | | 3381,71 | | 497,94 | | 11,8232 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 5 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный№634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Бутерброд с маслом №1 | 40 | 2,53 | 8,18 | 14,42 | 142,1 | 0,12 |  | 0,6 |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2,13 | 0,33 | 13,92 | 68,7 | 0,12 |  |  |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73,4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Каша вязкая рисовая №182 | 200 | 34,28 | 43,49 | 83,44 | 278,44 | 0,055 | 1,1 | 0,6 |  | 1045,66 | 913,88 | 135,08 | 1,782 |
| 090002 | Молоко |  | 30,8 | 35,2 | 51,7 | 63,8 | 0,055 | 1,1 |  |  | 1032,9 | 869 | 118,8 | 1,21 |
| 030009 | Рис |  | 3,08 | 0,44 | 31,24 | 141,24 |  |  |  |  | 12,76 | 44,88 | 16,28 | 0,572 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73,4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Кофейный напиток молоком №414 | 180 | 25,38 | 28,8 | 51,695 | 94,86 | 0,105 | 7,21 |  |  | 851,512 | 711 | 97,2 | 1,0192 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28,8 | 42,3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140003 | Кофейный напиток |  | 0,18 |  | 0,8 | 7,56 | 0,06 | 6,31 |  |  | 6,232 |  |  | 0,0022 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 8,595 | 35,1 |  |  |  |  | 0,18 |  |  | 0,027 |
| Итого: | | | 63,61 | 80,69 | 163,435 | 579,7 | 0,435 | 13,31 | 1,23 | 0,585 | 1907,172 | 1673,88 | 247,78 | 3,7012 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Сок №537 | 150 | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
| 120003 | Сок |  | 0,6 |  | 17,55 | 75 | 0,03 | 5,4 |  |  | 40,5 | 45 | 24 | 0,45 |
|  | Печенье №609 | 30 | 2,22 | 3 | 22,86 | 121,8 |  |  |  |  | 11,1 | 47,4 | 12,9 | 1,05 |
| 100002 | Печенье |  | 2,22 | 3 | 22,86 | 121,8 |  |  |  |  | 11,1 | 47,4 | 12,9 | 1,05 |
| Итого: | | | 2,82 | 3 | 40,41 | 196,8 | 0,03 | 5,4 |  |  | 51,6 | 92,4 | 36,9 | 1,5 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 | 35 | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
|  | Суп картофельный с макаронами №88 | 200 | 9,256 | 2,71 | 15,584 | 85,08 | 0,0596 | 5,492 |  |  | 20,8 | 36,96 | 15,16 | 0,764 |
| 020001 | Макаронные изделия |  | 8,32 | 0,72 | 6,016 | 26,56 | 0,012 |  |  |  | 10,72 | 7,76 | 2,64 | 0,12 |
| 160001 | Картофель |  | 0,84 |  | 8.28 | 34,86 | 0,042 | 4,5 |  |  | 4,8 | 22,8 | 10,2 | 0,54 |
| 110005 | Морковь |  | 0,08 |  | 0,488 | 2,32 | 0,004 | 0,32 |  |  | 2,72 | 2,48 | 1,36 | 0,048 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 1,99 |  | 17,98 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Биточки паровые 306 | 80 | 22,696 | 26,656 | 20,932 | 288,108 | 0,1448 | 0,912 | 0,6074 |  | 238,18 | 334,74 | 45,78 | 2,346 |
| 040001 | Мясо |  | 14,282 | 4,958 |  | 102,268 | 0,0592 |  | 0,0074 |  | 6,66 | 123,58 | 13,32 | 1,702 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1.278 | 0,198 | 8,352 | 41.22 | 0,072 |  |  |  | 3,6 | 17,64 | 5,58 | 0,324 |
| 090002 | Молоко |  | 6,72 | 7,68 | 11,28 | 13,92 | 0,012 | 0,24 |  |  | 225,36 | 189,6 | 25,92 | 0,264 |
| 110004 | Лук |  | 0.016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 5,97 |  | 53,94 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0.4 | 7,85 | 0,5 | 73.4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Капуста тушеная №354 | 150 | 3,192 | 5,688 | 14,133 | 124,3 | 0,1365 | 46,18 | 0,42 |  | 74,95 | 58,36 | 28,09 | 1,824 |
| 110002 | Капуста |  | 2.076 | 0,173 | 8,131 | 46,71 | 0,0865 | 41,52 |  |  | 65,74 | 43,25 | 20,76 | 1,557 |
| 110005 | Морковь |  | 0.11 |  | 0,671 | 3,19 | 0,0055 | 0.44 |  |  | 3,74 | 3,41 | 1,87 | 0,066 |
| 110004 | Лук |  | 0.02 |  | 1 | 4,2 | 0,002 | 0,84 |  |  | 3,2 | 4,9 | 1,2 | 0,07 |
| 110008 | Томат |  | 0.52 |  | 2,587 | 12.48 | 0,0065 | 3,38 |  |  | 1,69 | 4,16 | 3,38 | 0,091 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0.28 | 5,495 | 0,35 | 51,38 |  |  | 0,42 |  |  |  |  |  |
| 170001 | Мука |  | 0.186 | 0,02 | 1,394 | 6,34 | 0,036 |  |  |  | 0,58 | 2,64 | 0,88 | 0,04 |
|  | Компот из свежих плодов №390 | 180 | 0.108 |  | 16.087 | 65.604 | 0,0108 | 2,232 |  |  | 6,02 | 3,96 | 3,24 | 0,831 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| 120005 | Яблоки |  | 0.108 |  | 3,672 | 14,904 | 0,0108 | 2,232 |  |  | 5,76 | 3,96 | 3,24 | 0,792 |
| Итого: | | | 38,492 | 35,694 | 91,521 | 683,792 | 0,9567 | 54,816 | 1,0274 |  | 354,1 | 485,47 | 106,17 | 6,72 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Икра кабачковая №57 | 40 | 0,68 | 3,52 | 3,08 | 48 |  | 3,2 |  |  |  |  |  |  |
| 110001 | Икра кабачковая |  | 0.68 | 3,52 | 3,08 | 48 |  | 3,2 |  |  |  |  |  |  |
|  | Рыба запеченая в омлете | 160 | 51,7873 | 31,3844 | 36,629 | 294,5098 | 0,8271 | 0,62 | 3,3204 |  | 605,228 6 | 588,848 8 | 74,3096 | 1,8388 |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 060005 | Рыба |  | 27,3671 | 1,5491 |  | 123,9264 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 170001 | Мука |  | 0,4966 | 0,0534 | 3,722 | 16,9278 | 0,0961 |  |  |  | 1,5486 | 7,0488 | 2,3496 | 0,1068 |
| 190001 | Яйцо |  | 6,35 | 5,75 | 3,5 | 78,5 | 0,7 |  | 3 |  | 21,5 | 92 | 5 | 1,05 |
| 090002 | Молоко |  | 17,36 | 19,84 | 29,14 | 35,96 | 0,031 | 0,62 |  |  | 582,18 | 489,8 | 66,96 | 0,682 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,2136 | 4,1919 | 0,267 | 39,1956 |  |  | 0,3204 |  |  |  |  |  |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром №411 | 180 |  |  | 12,415 | 50,708 |  | 4 |  |  | 7,82 |  |  | 0,367 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0,008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0.22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| Итого: | | | 53,8873 | 35,1244 | 61,404 | 439,0178 | 0,9071 | 7,82 | 3,3204 |  | 617,0486 | 608,4488 | 80,5096 | 2,5658 |
| Всего: | | | 158,809 3 | 154,5084 | 356,77 | 1899,3098 | 2,3288 | 81,346 | 5,5778 | 0,585 | 2929,92 06 | 2860,19 88 | 471,359 6 | 14,487 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 6 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4.6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Бутерброд с сыром №97 (3 | 60 | 43,24 | 8,46 | 18,81 | 182,45 | 0,1735 |  | 0,3 |  | 112,85 | 97,7 | 12,4 | 0,72 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2,84 | 0,44 | 18,56 | 91,6 | 0,16 |  |  |  | 8 | 39,2 | 12,4 | 0,72 |
| 090004 | Сыр |  | 40,2 | 4,095 |  | 54,15 | 0,0135 |  |  |  | 104,85 | 58,5 |  |  |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,2 | 3,925 | 0,25 | 36.7 |  |  | 0,3 |  |  |  |  |  |
|  | Каша вязкая овсяных хлопьев № 182 | 200 | 35,28 | 40,74 | 76,34 | 233,56 | 0,295 | 1,1 | 0,24 |  | 1062,5 | 997,8 | 172 | 2,89 |
| 030005 | Крупа овсяная Геркулес |  | 4,32 | 2,4 | 24,44 | 140,4 | 0,24 |  |  |  | 29,6 | 128,8 | 53,2 | 1,68 |
| 090002 | Молоко |  | 30,8 | 35,2 | 51,7 | 63,8 | 0,055 | 1,1 |  |  | 1032,9 | 869 | 118,8 | 1,21 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,16 | 3,14 | 0,2 | 29,36 |  |  | 0,24 |  |  |  |  |  |
|  | Какао с молоком №416 | 180 | 25,776 | 29,232 | 57,297 | 119,652 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,832 | 711 | 97,2 | 1,323 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28,8 | 42,3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140002 | Какао |  | 0,576 | 0,432 | 0,672 | 8,952 |  |  |  |  | 0,432 |  |  | 0,288 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 14,325 | 58,5 |  |  |  |  | 0,3 |  |  | 0,045 |
| Итого: | | | 105,716 | 78,652 | 166,327 | 599,962 | 0,6685 | 7 | 0,57 | 0,585 | 7 | 1826,1 | 287,8 | 5,293 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Йогурт №536 | 180 | 11,692 | 7.628 | 16.934 | 188,84 | 0,54 | 1,08 | 0,018 |  | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| 090001 | Йогурт |  | 7,38 | 2.7 | 10,62 | 102,6 | 0,54 | 1,08 | 0,018 |  | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| 090010 | Кефир |  | 4,312 | 4,928 | 6,314 | 86,24 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 11,692 | 7,628 | 16,934 | 188,84 | 0,54 | 1,08 | 0,018 |  | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 (2) | 40 | 2,08 | 0,48 | 17,72 | 85,6 | 0,6 |  |  |  | 11,6 | 36,4 | 8,8 | 0,68 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 2,08 | 0,48 | 17,72 | 85,6 | 0,6 |  |  |  | 11,6 | 36,4 | 8,8 | 0,68 |
|  | Огурцы соленые №113 | 81 | 0,486 |  | 0,891 | 5,67 |  |  |  |  | 17,82 | 14,58 |  | 0,891 |
| 110006 | Огурцы соленые |  | 0,486 |  | 0,891 | 5,67 |  |  |  |  | 17,82 | 14,58 |  | 0,891 |
|  | Щи из свежей капусты №73 | 200 | 1,012 | 4,02 | 7 | 68,884 | 0,0444 | 12,992 |  |  | 23,34 | 26,78 | 12,06 | 0,706 |
| 110002 | Капуста |  | 0,48 | 0,04 | 1,88 | 10,8 | 0,02 | 9,6 |  |  | 15,2 | 10 | 4,8 | 0,36 |
| 160001 | Картофель |  | 0,336 |  | 3,312 | 13,944 | 0,0168 | 1,8 |  |  | 1,92 | 9,12 | 4,08 | 0,216 |
| 110005 | Морковь |  | 0,1 |  | 0,61 | 2,9 | 0,005 | 0,4 |  |  | 3,4 | 3,1 | 1,7 | 0,06 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 110008 | Томат |  | 0,08 |  | 0,398 | 1,92 | 0,001 | 0,52 |  |  | 0,26 | 0,64 | 0,52 | 0,014 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 3,98 |  | 35,96 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | оладьи из печени по-кунцевски 284 | 110 | 17,7046 | 10,8236 | 13,2759 | 219,3629 | 0,3159 | 0,6 | 0,6102 |  | 10,1031 | 27,4028 | 10,047 | 0,4336 |
| 040003 | Печень |  | 15,552 | *2,*784 |  | 87,456 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 110005 | Морковь |  | 0,15 |  | 0,915 | 4.35 | 0,0075 | 0,6 |  |  | 5,1 | 4,65 | 2,55 | 0,09 |
| 170001 | Мука |  | 1,581 | 0,17 | 11,849 | 53.89 | 0,306 |  |  |  | 4,93 | 22,44 | 7,48 | 0,34 |
| 190001 | Яйцо |  | 0,0216 | 0,0196 | 0,0119 | 0.2669 | 0,0024 |  | 0,0102 |  | 0,0731 | 0,31.28 | 0,017 | 0,0036 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0.4 | 7,85 | 0,5 | 73.4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Картофельное пюре №339 | 150 | 5,556 | 8,3325 | 18,867 | 90,534 | 0,0663 | 6,45 | 0,27 |  | 147,57 | 150,42 | 30,48 | 0,921 |
| 160001 | Картофель |  | 1,176 |  | 11,592 | 48.804 | 0,0588 | 6,3 |  |  | 6,72 | 31,92 | 14,28 | 0,756 |
| 090002 | Молоко |  | 4.2 | 4,8 | 7.05 | 8.7 | 0,0075 | 0,15 |  |  | 140,85 | 118,5 | 16,2 | 0,165 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0.18 | 3,5325 | 0,225 | 33.03 |  |  | 0,27 |  |  |  |  |  |
|  | Кисель из яблок №397 | 180 | 0,641 |  | 25,614 | 104,828 | 0,0081 | 1,674 |  |  | 4,68 | 2,97 | 2,43 | 0,648 |
| 120005 | Яблоки |  | 0,081 |  | *2,*754 | 11,178 | 0,0081 | 1,674 |  |  | 4,32 | 2,97 | 2,43 | 0,594 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 17,19 | 70,2 |  |  |  |  | 0,36 |  |  | 0,054 |
| 140004 | Крахмал |  | 0,56 |  | 5,67 | 23,45 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 28,8996 | 23,8761 | 92,6479 | 620,6789 | 1,1147 | 21,716 | 0,8802 |  | 219,1131 | 278,1528 | 70,017 | 4,6396 |
| 20,70 % Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Сырники из творога 245 | 100 | 13,1585 | 9,6235 | 22,374 | 232,715 | 0,1695 |  | 0,21 |  | 133,355 | 138,65 | 8,39 | 0,3375 |
| 090006 | Творог |  | 10.68 | 7.565 | 2.937 | 125,49 |  |  |  |  | 124,6 | 115,7 |  |  |
| 030004 | Крупа манная |  | 0,84 | 0,07 | 4,69 | 26,25 | 0,007 |  |  |  | 2,87 | 7,07 | 4,76 | 0,112 |
| 190001 | Яйцо |  | 0,3175 | 0.2875 | 0,175 | 3,925 | 0,035 |  | 0,15 |  | 1,075 | 4,6 | 0,25 | 0,0525 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 9,55 | 39 |  |  |  |  | 0,2 |  |  | 0,03 |
| 170001 | Мука |  | 0,651 | 0,07 | 4,879 | 22,19 | 0,126 |  |  |  | 2,03 | 9,24 | 3,08 | 0,14 |
| 090007 | Сметана |  | 0,63 | 0,846 | 0,093 | 8,52 | 0,0015 |  |  |  | 2,58 | 2,04 | 0,3 | 0,003 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,04 | 0,785 | 0,05 | 7,34 |  |  | 0,06 |  |  |  |  |  |
|  | Соус молочный сладкий №369 | 20 | 4,325 | 5,438 | 9,697 | 25,542 | 0,0255 | 0,15 | 0,048 |  | 141,18 | 119,82 | 16,64 | 0,191 |
| 170001 | Мука |  | 0,093 | 0,01 | 0,697 | 3,17 | 0,018 |  |  |  | 0,29 | 1,32 | 0,44 | 0,02 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,032 | 0,628 | 0,04 | 5,872 |  |  | 0,048 |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7,8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
| 090002 | Молоко |  | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 8.7 | 0,0075 | 0,15 |  |  | 140,85 | 118,5 | 16,2 | 0,165 |
|  | Молоко кипяченое №419 | 180 | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| 090002 | Молоко |  | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| Итого: | | | 70,4035 | 75,5415 | 120,901 | 367,877 | 0,2895 | 2,04 | 0,258 |  | 2049,245 | 1751,57 | 229,15 | 2,6075 |
| Всего: | | | 216,711 1 | 185,6976 | 396,8099 | 1777,3579 | 2,6127 | 31,836 | 1,7262 | 0,585 | 4516,74 01 | 4026,82 28 | 613,967 | 12,7201 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | A j Е | | Са | Р | Мд | Fe |
| 7 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45.8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Бутерброд с маслом №1 | 40 | 2,53 | 8,18 | 14,42 | 142,1 | 0,12 |  | 0,6 |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2,13 | 0,33 | 13,92 | 68,7 | 0,12 |  |  |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73,4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Суп молочный с макаронными изделиями №100 | 200 | 55,92 | 47,81 | 79,842 | 156,8 | 0,094 | 1,4 | 0,12 |  | 1336,08 | 1121,52 | 156,48 | 1,786 |
| 090002 | Молоко |  | 39.2 | 44.8 | 65,8 | 81,2 | 0,07 | 1,4 |  |  | 1314,6 | 1106 | 151,2 | 1,54 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,08 | 1,57 | 0,1 | 14,68 |  |  | 0,12 |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7,8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
| 020001 | Макаронные изделия |  | 16,64 | 1,44 | 12,032 | 53,12 | 0,024 |  |  |  | 21,44 | 15,52 | 5,28 | 0,24 |
|  | Чай с сахаром №411 | 180 |  |  | 12,415 | 50,708 |  | 4 |  |  | 7,82 |  |  | 0,367 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0,008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50.7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| Итого: | | | 59,87 | 56,21 | 120,557 | 413,908 | 0,369 | 10,4 | 0,75 | 0,585 | 1353,9 | 1170,52 | 171,98 | 3,053 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Молоко кипяченое №419 | 180 | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| 090002 | Молоко |  | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
|  | Печенье №609 | 30 | 2,22 | 3 | 22,86 | 121,8 |  |  |  |  | 11,1 | 47,4 | 12,9 | 1,05 |
| 100002 | Печенье |  | 2,22 | 3 | 22,86 | 121,8 |  |  |  |  | 11,1 | 47,4 | 12,9 | 1,05 |
| Итого: | | | 55,14 | 63,48 | 111,69 | 231,42 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1785,81 | 1540,5 | 217,02 | 3,129 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 (2) | 40 | 2,08 | 0,48 | 17,72 | 85,6 | 0,6 |  |  |  | 11,6 | 36,4 | 8,8 | 0,68 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 2,08 | 0,48 | 17,72 | 85,6 | 0,6 |  |  |  | 11,6 | 36,4 | 8,8 | 0,68 |
|  | Салат из кукурузы 12 | 80 | 1,6 | 5,97 | 10,71 | 101,74 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
| 030013 | Кукуруза консервированная |  | 1,6 |  | 8,8 | 40 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7,8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 5,97 |  | 53,94 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Суп крестьянский с крупой №86 | 200 | 1,176 | 4,084 | 9,096 | 78,54 | 0,0436 | 2,492 |  |  | 10,16 | 32,56 | 13,48 | 0,452 |
| 110002 | Капуста |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 160001 | Картофель |  | 0,28 |  | *2,*76 | 11,62 | 0,014 | 1,5 |  |  | 1,6 | 7,6 | 3,4 | 0,18 |
| 030006 | Крупа перловая |  | 0,8 | 0,104 | 5,048 | 25,28 | 0,024 |  |  |  | 3,28 | 18,56 | 7,76 | 0,168 |
| 110005 | Морковь |  | 0,08 |  | 0,488 | 2,32 | 0,004 | 0,32 |  |  | 2,72 | 2,48 | 1,36 | 0,048 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,5 6 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 3.98 |  | 35,96 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 030009 | Рис |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Жаркое по-домашнему 292 | 220 | 27,393 | 13,353 | 21,468 | 312,649 | 0,2021 | 13,349 | 0,3729 |  | 26,91 | 273,8 | 49,41 | 4,293 |
| 040001 | Мясо |  | 24,897 | 8,643 |  | 178,278 | 0,1032 |  | 0,0129 |  | 11,61 | 215,43 | 23,22 | 2,967 |
| 160001 | Картофель |  | 1,834 |  | 18,078 | 76,111 | 0,0917 | 9,825 |  |  | 10,48 | 49,78 | 22,27 | 1,179 |
| 110004 | Лук |  | 0,022 |  | 1,1 | 4,62 | 0,0022 | 0,924 |  |  | 3,52 | 5,39 | 1,32 | 0,077 |
| 110008 | Томат |  | 0,4 |  | 1,99 | 9,6 | 0,005 | 2,6 |  |  | 1,3 | 3,2 | 2,6 | 0,07 |
| 080001 | Масло растительное |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,24 | 4,71 | 0,3 | 44,04 |  |  | 0,36 |  |  |  |  |  |
|  | Сок №418 | 200 | 0,8 |  | 23,4 | 100 | 0,04 | 7,2 |  |  | 54 | 60 | 32 | 0,6 |
| 120003 | Сок |  | 0.8 |  | 23,4 | 100 | 0,04 | 7,2 |  |  | 54 | 60 | 32 | 0,6 |
| Итого: | | | 34,469 | 24,107 | 91,674 | 724,329 | 0,9657 | 23,041 | 0,3729 |  | 106,71 | 422,36 | 109,89 | 6,391 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Булочка домашняя №583 (2) | 80 | 5,8642 | 12,752 | 49,472 | 332,712 | 1,0124 |  | 0,096 |  | 16,858 | 75,544 | 24,36 | 1,1666 |
| 170001 | Мука |  | 5,115 | 0,55 | 38,335 | 174,35 | 0,99 |  |  |  | 15,95 | 72,6 | 24,2 | 1,1 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 10.505 | 42,9 |  |  |  |  | 0,22 |  |  | 0,033 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 11,94 |  | 107,88 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 190001 | Яйцо |  | 0,2032 | 0,184 | 0,112 | 2,512 | 0,0224 |  | 0,096 |  | 0,688 | 2,944 | 0,16 | 0,0336 |
| 100001 | Дрожжи |  | 0,546 | 0,078 | 0,52 | 5,07 |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
|  | Кофейный напиток с молоком № 414 | 180 | 25,362 | 28,8 | 51,615 | 94,104 | 0,099 | 6,579 |  |  | 850,888 8 | 711 | 97,2 | 1,019 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28,8 | 42,3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140003 | Кофейный напиток |  | 0,162 |  | 0,72 | 6,804 | 0,054 | 5,679 |  |  | 5,6088 |  |  | 0,002 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 8,595 | 35,1 |  |  |  |  | 0,18 |  |  | 0,027 |
| Итого: | | | 31,2262 | 41,552 | 101,087 | 426,816 | 1,1114 | 6,579 | 0,096 |  | 867,7468 | 786,544 | 121,56 | 2,1856 |
| Всего: | | | 180,705 2 | 185,349 | 425,008 | 1796,473 | 2,5406 | 41,91 | 1,2189 | 0,585 | 4114,16 68 | 3919,92 4 | 620,45 | 14,7586 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 8 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1.42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | яйцо вареное 227 | 40 | 5,08 | 4,6 | 2,8 | 62,8 | 0,56 |  | 2,4 |  | 17,2 | 73,6 | 4 | 0,84 |
| 190001 | Яйцо |  | 5,08 | 4,6 | 2,8 | 62,8 | 0,56 |  | 2,4 |  | 17,2 | 73,6 | 4 | 0,84 |
|  | Икра кабачковая №57 | 40 | 0,68 | 3,52 | 3,08 | 48 |  | 3,2 |  |  |  |  |  |  |
| 110001 | Икра кабачковая |  | 0,68 | 3,52 | 3,08 | 48 |  | 3,2 |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с молоком №506 | 180 | 12,6 | 14,4 | 33.565 | 76,818 | 0,0225 | 9,45 |  |  | 439,82 | 355,5 | 48,6 | Л,272 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0,018 |  | 9 |  |  | 17,01 |  |  | 0,738 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12.415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| 090002 | Молоко |  | 12,6 | 14,4 | 21,15 | 26,1 | 0,0225 | 0,45 |  |  | 422,55 | 355,5 | 48,6 | 0,495 |
| Итого: | | | 19,78 | 22,74 | 53,325 | 251,918 | 0,7375 | 17,65 | 2,43 | 0,585 | 461,02 | 448,7 | 58,8 | 2,472 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Яблоки №386 | 150 | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| 120005 | Яблоки |  | 0.399 |  | 13.566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| Итого: | | | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 | 35 | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
|  | Помидор соленый №113 | 81 |  |  | 2,43 | 16,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 110010 | Помидоры соленые |  |  |  | 2,43 | 16,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Борщ №62 | 200 | 1,958 | 5,406 | 7,778 | 84,756 | 0,0362 | 9,452 |  |  | 25,05 | 32,34 | 15,62 | 0,782 |
| 110007 | Свекла |  | 0,256 |  | 2,656 | 11,84 | 0,0064 | 2,56 |  |  | 7,04 | 10,88 | 7,04 | 0,352 |
| 110002 | Капуста |  | 0,192 | 0,016 | 0,752 | 4,32 | 0,008 | 3,84 |  |  | 6,08 | 4 | 1,92 | 0,144 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 110005 | Морковь |  | 0,1 |  | 0,61 | 2,9 | 0,005 | 0,4 |  |  | 3,4 | 3,1 | 1,7 | 0,06 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0.8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 110008 | Томат |  | 0,12 |  | 0,597 | 2,88 | 0,0015 | 0,78 |  |  | 0,39 | 0,96 | 0,78 | 0,021 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 3,98 |  | 35,96 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 090007 | Сметана |  | 1,05 | 1,41 | 0,155 | 14,2 | 0,0025 |  |  |  | 4,3 | 3,4 | 0,5 | 0,005 |
| 160001 | Картофель |  | 0,224 |  | 2,208 | 9,296 | 0,0112 | 1,2 |  |  | 1,28 | 6,08 | 2,72 | 0,144 |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | тефтели рыбные тушеные 277 | 80 | 16,134 | 10,704 | 19,857 | 124,23 | 0,153 | 0,22 |  |  | 210,63 | 193,14 | 29,99 | 0,576 |
| 060005 | Рыба |  | 8,586 | 0,486 |  | 38,88 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 010001 | Хлеб белый |  | 0,923 | 0.143 | 6,032 | 29,77 | 0,052 |  |  |  | 2,6 | 12,74 | 4,03 | 0,234 |
| 090002 | Молоко |  | 6,16 | 7,04 | 10,34 | 12,76 | 0,011 | 0,22 |  |  | 206,58 | 173,8 | 23,76 | 0,242 |
| 170001 | Мука |  | 0,465 | 0,05 | 3,485 | 15,85 | 0,09 |  |  |  | 1,45 | 6,6 | 2,2 | 0,1 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 2,985 |  | 26,97 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофельное пюре №339 | 150 | 5,556 | 8,3325 | 18,867 | 90,534 | 0,0663 | 6,45 | 0,27 |  | 147,57 | 150,42 | 30,48 | 0,921 |
| 160001 | Картофель |  | 1,176 |  | 11,592 | 48,804 | 0,0588 | 6,3 |  |  | 6,72 | 31,92 | 14,28 | 0,756 |
| 090002 | Молоко |  | 4,2 | 4.8 | 7,05 | 8,7 | 0,0075 | 0,15 |  |  | 140,85 | 118,5 | 16,2 | 0,165 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,18 | 3.5325 | 0,225 | 33,03 |  |  | 0,27 |  |  | \* |  |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов №527 (2) | 180 | 0,44 |  | 28,33 | 113,56 | 0,0077 |  |  |  | 18,76 |  |  | 3,507 |
| 120004 | Сухофрукты |  | 0,44 |  | 14,96 | 58,96 | 0,0077 |  |  |  | 18,48 |  |  | 3,465 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 13,37 | 54,6 |  |  |  |  | 0,28 |  |  | 0,042 |
| Итого: | | | 27,328 | 25,0825 | 102,047 | 549,98 | 0,8682 | 16,122 | 0,27 |  | 416,16 | 427,35 | 89,99 | 6,741 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Соус молочный сладкий №369 | 20 | 4,325 | 5,438 | 9,697 | 25,542 | 0,0255 | 0,15 | 0,048 |  | 141,18 | 119,82 | 16,64 | 0,191 |
| 170001 | Мука |  | 0,093 | 0.01 | 0,697 | 3,17 | 0,018 |  |  |  | 0,29 | 1,32 | 0,44 | 0,02 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,032 | 0.628 | 0,04 | 5,872 |  |  | 0,048 |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7,8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
| 090002 | Молоко |  | 4,2 | 4.8 | 7,05 | 8,7 | 0,0075 | 0,15 |  |  | 140,85 | 118,5 | 16,2 | 0,165 |
|  | Запеканка из творога №319 (2) | 78 | 10,4345 | 9,636 | 13,4585 | 181,645 | 0,1825 |  | 0,3 |  | 106,805 | 110,54 | 4,24 | 0,23 |
| 090006 | Творог |  | 8,64 | 6.12 | 2,376 | 101,52 |  |  |  |  | 100,8 | 93,6 |  |  |
| 170001 | Мука |  | 0,7905 | 0,085 | 5,9245 | 26,945 | 0,153 |  |  |  | 2,465 | 11,22 | 3,74 | 0,17 |
| 190001 | Яйцо |  | 0,254 | 0.23 | 0,14 | 3,14 | 0,028 |  | 0,12 |  | 0,86 | 3,68 | 0,2 | 0,042 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 4,775 | 19,5 |  |  |  |  | 0,1 |  |  | 0,015 |
| 090007 | Сметана |  | 0,63 | 0,846 | 0,093 | 8,52 | 0,0015 |  |  |  | 2,58 | 2,04 | 0,3 | 0,003 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,12 | 2,355 | 0,15 | 22,02 |  |  | 0,18 |  |  |  |  |  |
|  | Йогурт №536 | 180 | 11,692 | 7,628 | 16,934 | 188,84 | 0,54 | 1,08 | 0,018 |  | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| 090001 | Йогурт |  | 7,38 | 2,7 | 10,62 | 102,6 | 0,54 | 1,08 | 0,018 |  | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| 090010 | Кефир |  | 4,312 | 4,928 | 6,314 | 86,24 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 26,4515 | 22,702 | 40,0895 | 396,027 | 0,748 | 1,23 | 0,366 |  | 471,185 | 401,36 | 47,88 | 0,601 |
| Всего: | | | 73,9585 | 70,5245 | 209,0275 | 1252,987 | 2,3936 | 43,248 | 3,066 | 0,585 | 1369,64 5 | 1292,04 | 208,64 | 12,74 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 9 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18.5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Кофейный напиток с молоком № 414 | 180 | 25,362 | 28,8 | 51,615 | 94,104 | 0,099 | 6,579 |  |  | 850,888 8 | 711 | 97,2 | 1,019 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28.8 | 42,3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140003 | Кофейный напиток |  | 0,162 |  | 0,72 | 6,804 | 0,054 | 5,679 |  |  | 5,6088 |  |  | 0,002 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 8,595 | 35,1 |  |  |  |  | 0,18 |  |  | 0,027 |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45.8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45.8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | каша манная вязкая 182 | 200 | 35,8 | 46,4 | 68,86 | 207,05 | 0,075 | 1,2 | 0,6 |  | 1132,99 | 963,15 | 139,8 | 1,566 |
| 090002 | Молоко |  | 33,6 | 38,4 | 56,4 | 69.6 | 0,06 | 1,2 |  |  | 1126,8 | 948 | 129,6 | 1,32 |
| 030004 | Крупа манная |  | 1,8 | 0,15 | 10.05 | 56,25 | 0,015 |  |  |  | 6,15 | 15,15 | 10,2 | 0,24 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73.4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7.8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
|  | Бутерброд с сыром №97 (3 | 60 | 43,24 | 8,46 | 18,81 | 182,45 | 0,1735 |  | 0,3 |  | 112,85 | 97,7 | 12,4 | 0,72 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2.84 | 0,44 | 18.56 | 91.6 | 0,16 |  |  |  | 8 | 39,2 | 12,4 | 0,72 |
| 090004 | Сыр |  | 40,2 | 4,095 |  | 54,15 | 0,0135 |  |  |  | 104,85 | 58,5 |  |  |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,2 | 3,925 | 0.25 | 36,7 |  |  | 0,3 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 105,822 | 83,88 | 153,165 | 547,904 | 0,5025 | 12,779 | 0,93 | 0,585 | 2100,7288 | 1791,45 | 255,6 | 3,665 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Сок №418 | 200 | 0,8 |  | 23,4 | 100 | 0,04 | 7,2 |  |  | 54 | 60 | 32 | 0,6 |
| 120003 | Сок |  | 0,8 |  | 23,4 | 100 | 0,04 | 7,2 |  |  | 54 | 60 | 32 | 0,6 |
| Итого: | | | 0,8 |  | 23,4 | 100 | 0,04 | 7,2 |  |  | 54 | 60 | 32 | 0,6 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | салат из зеленого горошка 10 | 60 | 1,56 | 3,105 | 4,08 | 50,97 | 0,06 | 6 |  |  | 9,6 | 31,8 | 12,6 | 0,42 |
| 030002 | Зеленый горошек |  | 1,56 | 0,12 | 4,08 | 24 | 0,06 | б |  |  | 9,6 | 31,8 | 12,6 | 0,42 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 2,985 |  | 26,97 |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 | 35 | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 1,82 | 0,42 | 15,505 | 74,9 | 0,525 |  |  |  | 10,15 | 31,85 | 7,7 | 0,595 |
|  | Суп картофельный с клецками № 91 | 200 | 4,763 | 4,0445 | 11,165 | 98,768 | 0,4396 | 3,992 | 0,162 |  | 12,7 | 59,93 | 11,96 | 0,842 |
| 160001 | Картофель |  | 0,56 |  | 5,52 | 23,24 | 0,028 | 3 |  |  | 3,2 | 15,2 | 6,8 | 0,36 |
| 040002 | Птица |  | 3,267 | 1,215 |  | 24,57 | 0,27 |  |  |  | 1,62 | 26,73 |  | 0,216 |
| 110005 | Морковь |  | 0,08 |  | 0,488 | 2,32 | 0,004 | 0,32 |  |  | 2,72 | 2,48 | 1,36 | 0,048 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 1,99 |  | 17,98 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 170001 | Мука |  | 0,558 | 0,06 | 4,182 | 19,02 | 0,108 |  |  |  | 1,74 | 7,92 | 2.64 | 0,12 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,028 | 0,5495 | 0,035 | 5,138 |  |  | 0,042 |  |  |  |  |  |
| 190001 | Яйцо |  | 0,254 | 0,23 | 0,14 | 3,14 | 0,028 |  | 0,12 |  | 0,86 | 3,68 | 0,2 | 0,042 |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Компот из свежих плодов №390 | 180 | 0,108 |  | 16,087 | 65,604 | 0,0108 | 2,232 |  |  | 6,02 | 3,96 | 3,24 | 0,831 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12.415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| 120005 | Яблоки |  | 0,108 |  | 3,672 | 14,904 | 0,0108 | 2,232 |  |  | 5,76 | 3,96 | 3,24 | 0,792 |
|  | Плов из отварной говядины №375 | 165 | 14,748 | 9.821 | 33,388 | 280,936 | 0,0568 | 1,308 | 0,4258 |  | 26,34 | 150,75 | 30,62 | 2,063 |
| 040001 | Мясо |  | 11,194 | 3,886 |  | 80,156 | 0,0464 |  | 0,0058 |  | 5,22 | 96,86 | 10,44 | 1,334 |
| 110004 | Лук |  | 0,014 |  | 0,7 | 2,94 | 0,0014 | 0,588 |  |  | 2,24 | 3,43 | 0,84 | 0,049 |
| 110005 | Морковь |  | 0,18 |  | 1,098 | 5,22 | 0,009 | 0,72 |  |  | 6,12 | 5,58 | 3,06 | 0,108 |
| 030009 | Рис |  | 3,08 | 0.44 | 31,24 | 141,24 |  |  |  |  | 12,76 | 44,88 | 16,28 | 0,572 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,28 | 5.495 | 0,35 | 51,38 |  |  | 0,42 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 24,419 | 17,6105 | 89,505 | 616,978 | 1,1722 | 13,532 | 0,5878 |  | 68,81 | 297,89 | 72,32 | 5,111 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Чай с лимоном №412 | 200 | 0,018 |  | 12,691 | 51,908 | 0,0012 | 5,2 |  |  | 9,02 | 0,66 | 0,36 | 0,385 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0,008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 |
| 120002 | Лимоны |  | 0,018 |  | 0,276 | 1,2 | 0,0012 | 1,2 |  |  | 1,2 | 0,66 | 0,36 | 0,018 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
|  | Булочка домашняя №452 | 50 | 5,8642 | 11,757 | 46,607 | 312,022 | 1,0124 |  | 0,096 |  | 16,798 | 75,544 | 24,36 | 1,1576 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 170001 | Мука |  | 5,115 | 0,55 | 38,335 | 174,35 | 0,99 |  |  |  | 15,95 | 72,6 | 24,2 | 1,1 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 7,64 | 31,2 |  |  |  |  | 0,16 |  |  | 0,024 |
| 080001 | Масло растительное |  |  | 10,945 |  | 98,89 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 190001 | Яйцо |  | 0,2032 | 0,184 | 0,112 | 2.512 | 0,0224 |  | 0,096 |  | 0,688 | 2,944 | 0,16 | 0,0336 |
| 100001 | Дрожжи |  | 0,546 | 0,078 | 0,52 | 5,07 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Яблоки №386 | 150 | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| 120005 | Яблоки |  | 0,399 |  | 13,566 | 55,062 | 0,0399 | 8,246 |  |  | 21,28 | 14,63 | 11,97 | 2,926 |
| Итого: | | | 6,2812 | 11,757 | 72,864 | 418,992 | 1,0535 | 13,446 | 0,096 |  | 47,098 | 90,834 | 36,69 | 4,4686 |
| Всего: | | | 137,322 2 | 113,2475 | 338,934 | 1683,874 | 2,7682 | 46,957 | 1,6138 | 0,585 | 2270,63 68 | 2240,17 4 | 396,61 | 13,8446 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 10 день Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Кисель витаминизированный №634 | 50 |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
| 140001 | Витаминизированный кисель |  |  |  | 4,6 | 18,5 | 0,075 | 5 | 0,03 | 0,585 |  |  |  |  |
|  | Какао с молоком №416 | 180 | 25,776 | 29,232 | 57,297 | 119,652 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,832 | 711 | 97,2 | 1,323 |
| 090002 | Молоко |  | 25,2 | 28,8 | 42.3 | 52,2 | 0,045 | 0,9 |  |  | 845,1 | 711 | 97,2 | 0,99 |
| 140002 | Какао |  | 0,576 | 0,432 | 0,672 | 8,952 |  |  |  |  | 0,432 |  |  | 0,288 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 14.325 | 58,5 |  |  |  |  | 0,3 |  |  | 0,045 |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45.8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Бутерброд с маслом №1 | 40 | 2,53 | 8,18 | 14.42 | 142,1 | 0,12 |  | 0,6 |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 2,13 | 0,33 | 13,92 | 68,7 | 0,12 |  |  |  | 6 | 29,4 | 9,3 | 0,54 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73.4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
|  | Каша вязкая рисовая №182 | 200 | 34,28 | 43,49 | 83,44 | 278,44 | 0,055 | 1,1 | 0,6 |  | 1045,66 | 913,88 | 135,08 | 1,782 |
| 090002 | Молоко |  | 30.8 | 35,2 | 51,7 | 63.8 | 0,055 | 1,1 |  |  | 1032,9 | 869 | 118,8 | 1,21 |
| 030009 | Рис |  | 3,08 | 0,44 | 31,24 | 141.24 |  |  |  |  | 12,76 | 44,88 | 16,28 | 0,572 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,4 | 7,85 | 0,5 | 73.4 |  |  | 0,6 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | | 64,006 | 81,122 | 169,037 | 604,492 | 0,375 | 7 | 1,23 | 0,585 | 1901,492 | 1673,88 | 247,78 | 4,005 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Молоко кипяченое №419 | 180 | 52,92 | 60,48 | 88,83 | 109,62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
| 090002 | Молоко |  | 52,92 | 60,48 | 88.83 | 109.62 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1774,71 | 1493,1 | 204,12 | 2,079 |
|  | Печенье №609 | 30 | 2,22 | 3 | 22,86 | 121,8 |  |  |  |  | 11,1 | 47,4 | 12,9 | 1,05 |
| 100002 | Печенье |  | 2,22 | 3 | 22,86 | 121.8 |  |  |  |  | 11,1 | 47,4 | 12,9 | 1,05 |
| Итого: | | | 55,14 | 63,48 | 111,69 | 231,42 | 0,0945 | 1,89 |  |  | 1785,81 | 1540,5 | 217,02 | 3,129 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Хлеб пшеничный №114 | 20 | 1,42 | 0,22 | 9,28 | 45,8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
| 010001 | Хлеб белый |  | 1,42 | 0,22 | 9.28 | 45.8 | 0,08 |  |  |  | 4 | 19,6 | 6,2 | 0,36 |
|  | Хлеб ржаной №115 (2) | 40 | 2,08 | 0,48 | 17,72 | 85,6 | 0,6 |  |  |  | 11,6 | 36,4 | 8,8 | 0,68 |
| 010002 | Хлеб ржаной |  | 2,08 | 0,48 | 17,72 | 85,6 | 0,6 |  |  |  | 11,6 | 36,4 | 8,8 | 0,68 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
|  | Компот из сушеных фруктов №394 | 180 | 0,44 |  | 27,375 | 109,66 | 0,0077 |  |  |  | 18,74 |  |  | 3,504 |
| 120004 | Сухофрукты |  | 0,44 |  | 14,96 | 58,96 | 0,0077 |  |  |  | 18,48 |  |  | 3,465 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12,415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
|  | Бефстроганов из отварного мяса№294 | 160 | 14,2141 | 6,426 | 2,4226 | 119,741 | 0,1002 | 0,4144 | 0,0064 |  | 15,769 | 117,97 | 14,664 | 1,5787 |
| 040001 | Мясо |  | 12,352 | 4,288 |  | 88,448 | 0,0512 |  | 0,0064 |  | 5,76 | 106,88 | 11,52 | 1,472 |
| 110004 | Лук |  | 0,0032 |  | 0,16 | 0,672 | 0,0003 | 0,1344 |  |  | 0,512 | 0,784 | 0,192 | 0,0112 |
| 110005 | Морковь |  | 0,07 |  | 0,427 | 2,03 | 0,0035 | 0,28 |  |  | 2,38 | 2,17 | 1,19 | 0,042 |
| 090007 | Сметана |  | 1,575 | 2,115 | 0,2325 | 21,3 | 0,0038 |  |  |  | 6,45 | 5,1 | 0,75 | 0,0075 |
| 170001 | Мука |  | 0,2139 | 0,023 | 1.6031 | 7,291 | 0,0414 |  |  |  | 0,667 | 3,036 | 1,012 | 0,046 |
|  | Каша гречневая рассыпчатая №330 | 150 | 5,838 | 6,3845 | 28,285 | 194,95 | 0,23 |  | 0,27 |  | 25,3 | 133,86 | 51,98 | 0,828 |
| 030003 | Крупа гречневая |  | 5,658 | 2,852 | 28,06 | 161,92 | 0,23 |  |  |  | 25,3 | 133,86 | 51,98 | 0,828 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,18 | 3,5325 | 0,225 | 33,03 |  |  | 0,27 |  |  |  |  |  |
|  | Суп картофельный с бобовыми №87 | 200 | 4,316 | 3,46 | 16,228 | 111,77 | 0,1526 | 5,366 | 0,24 |  | 19,36 | 84,44 | 27,94 | 1,306 |
| 160001 | Картофель |  | 0,7 |  | 6,9 | 29,05 | 0,035 | 3,75 |  |  | 4 | 19 | 8,5 | 0,45 |
| 110005 | Морковь |  | 0,08 |  | 0,488 | 2,32 | 0,004 | 0,32 |  |  | 2,72 | 2,48 | 1,36 | 0,048 |
| 110004 | Лук |  | 0,016 |  | 0,8 | 3,36 | 0,0016 | 0,672 |  |  | 2,56 | 3,92 | 0,96 | 0,056 |
| 030001 | Горох |  | 3,36 | 0,32 | 7.84 | 47,68 | 0,112 | 0,624 |  |  | 10,08 | 59,04 | 17,12 | 0,752 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,16 | 3,14 | 0,2 | 29,36 |  |  | 0,24 |  |  |  |  |  |
| 150001 | Соль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Огурцы соленые №113 | 81 | 0,486 |  | 0,891 | 5,67 |  |  |  |  | 17,82 | 14,58 |  | 0,891 |
| 110006 | Огурцы соленые |  | 0,486 |  | 0,891 | 5,67 |  |  |  |  | 17,82 | 14,58 |  | 0,891 |
| Итого: | | | 28,7941 | 16,9705 | 102,2016 | 673,191 | 1,1705 | 5,7804 | 0,5164 |  | 112,589 | 406,85 | 109,584 | 9,1477 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Соус молочный сладкий №369 | 20 | 4,325 | 5,438 | 9,697 | 25,542 | 0,0255 | 0,15 | 0,048 |  | 141,18 | 119,82 | 16,64 | 0,191 |
| 170001 | Мука |  | 0,093 | 0,01 | 0,697 | 3,17 | 0,018 |  |  |  | 0,29 | 1,32 | 0,44 | 0,02 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,032 | 0,628 | 0.04 | 5,872 |  |  | 0,048 |  |  |  |  |  |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 1,91 | 7,8 |  |  |  |  | 0,04 |  |  | 0,006 |
| 090002 | Молоко |  | 4,2 | 4.8 | 7,05 | 8,7 | 0,0075 | 0,15 |  |  | 140,85 | 118,5 | 16,2 | 0,165 |
|  | Сырники из творога 245 | 100 | 13,1585 | 9,6235 | 22,374 | 232,715 | 0,1695 |  | 0,21 |  | 133,355 | 138,65 | 8,39 | 0,3375 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование блюда | Выход порции | Белки | Жиры | Углеводы | Каллорий- ность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 090006 | Творог |  | 10,68 | 7,565 | 2,937 | 125,49 |  |  |  |  | 124,6 | 115,7 |  |  |
| 030004 | Крупа манная |  | 0,84 | 0,07 | 4,69 | 26,25 | 0,007 |  |  |  | 2,87 | 7,07 | 4,76 | 0,112 |
| 190001 | Яйцо |  | 0,3175 | 0,2875 | 0,175 | 3,925 | 0,035 |  | 0,15 |  | 1,075 | 4,6 | 0,25 | 0,0525 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 9,55 | 39 |  |  |  |  | 0,2 |  |  | 0,03 |
| 170001 | Мука |  | 0,651 | 0,07 | 4,879 | 22,19 | 0,126 |  |  |  | 2,03 | 9,24 | 3,08 | 0,14 |
| 090007 | Сметана |  | 0,63 | 0.846 | 0,093 | 8,52 | 0,0015 |  |  |  | 2,58 | 2,04 | 0,3 | 0,003 |
| 070001 | Масло сливочное |  | 0,04 | 0,785 | 0,05 | 7,34 |  |  | 0,06 |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром №411 | 180 |  |  | 12,415 | 50,708 |  | 4 |  |  | 7,82 |  |  | 0,367 |
| 140005 | Чай |  |  |  |  | 0.008 |  | 4 |  |  | 7,56 |  |  | 0,328 |
| 180001 | Сахарный песок |  |  |  | 12.415 | 50,7 |  |  |  |  | 0,26 |  |  | 0,039 |
| Итого: | | | 17,4835 | 15,0615 | 44,486 | 308,965 | 0,195 | 4,15 | 0,258 |  | 282,355 | 258,47 | 25,03 | 0,8955 |
| Всего: | | | 165,423 6 | 176,634 | 427,4146 | 1818,068 | 1,835 | 18,8204 | 2,0044 | 0,585 | 4082,24 6 | 3879,7 | 599,414 | 17,1772 |