



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			Л, мкг	Se, мг	Ф, мг	
Завтрак																				
КАША "ДРУЖБА"	130	1,5	2,7	15,2	90,8	0,00	0,03	0,01	0,01	0,05	8,21	29,12	10,72	0,30	25,86	0,46	0,00	0,01	190	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,04	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	209	2008
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	30,7	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	30,92	1,93	0,40	28,18	4,03	0,00	0,01	213	2012
СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	2,9	0,0	35,3	0,03	0,00	0,02	0,02	0,00	74,80	40,00	2,80	0,08	8,80	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	370	8,3	8,6	40,2	271,0	0,03	0,08	0,10	0,07	0,49	102,04	127,90	27,00	2,11	95,59	5,39	0,01	0,02		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ОВОЩНОЙ: картофель отварной, зеленый горошек, растительное масло	50	1,7	2,9	2,1	41,1	1,94	0,02	0,04	0,03	0,22	9,97	25,49	4,88	0,36	80,95	2,47	0,00	0,01	46	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,8	2,7	11,2	84,6	3,60	0,10	0,00	0,13	0,00	30,00	83,40	22,80	1,14	0,00	0,00	0,00	0,00	99	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	3,1	20,6	125,2	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	2,58	23,23	4,52	0,52	0,00	0,00	0,00	0,00	209	2008
отварная говядина печенье с подливом	70	10,1	7,2	1,5	123,1	7,47	0,11	0,87	3,54	0,00	6,24	144,11	8,70	3,19	159,55	3,60	0,02	0,10	278	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,9	0,3	12,3	59,4	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,24	25,32	5,53	1,16	39,58	1,63	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,50	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98,3	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	15,75	17,25	12,00	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	580	23,1	16,3	81,5	578,9	13,01	0,37	0,94	3,70	0,22	74,38	335,60	65,04	7,30	305,88	7,70	0,02	0,12		
Полдник																				
ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	141,6	0,00	0,01	0,02	0,00	0,00	6,40	14,40	4,00	0,60	56,00	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	130	4,5	4,6	22,5	149,9	0,31	0,09	0,07	0,02	0,04	73,57	96,78	26,59	0,75	141,60	6,53	0,00	0,01	189	2008
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	2008	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,50	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9	0,0	35,3	0,03	0,00	0,02	0,02	0,00	74,80	40,00	2,80	0,08	8,80	0,00	0,00	0,00	2012	2012
Итого за прием пищи:	340	9,0	16,6	47,5	374,5	0,34	0,14	0,11	0,11	0,04	159,00	166,63	40,95	2,15	183,15	7,43	0,00	0,01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ЯИЦА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	50	2,8	5,6	0,8	64,7	1,09	0,02	0,07	0,04	0,44	11,60	37,72	4,21	0,48	38,93	4,03	0,00	0,01	43	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,3	1,7	12,0	72,6	4,80	0,07	0,00	0,12	0,00	13,80	38,40	15,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	100	2008
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	15,2	16,7	9,3	252,0	22,50	0,06	0,00	0,00	0,00	57,01	142,52	33,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	306	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98,3	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	15,75	17,25	12,00	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	2008	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	2008	2008
Итого за прием пищи:	570	25,4	24,6	75,6	630,3	28,39	0,29	0,12	0,17	0,44	110,76	296,79	77,52	7,40	134,13	7,95	0,00	0,01		
Полдник																				
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	70	6,2	5,0	44,2	246,6	0,14	0,07	0,06	0,02	0,16	34,28	61,92	10,76	0,76	119,13	3,85	0,02	0,01	468	2012
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	255	7,9	5,2	66,7	343,5	0,14	0,10	0,07	0,02	0,16	43,01	85,32	20,66	1,98	144,93	3,85	0,02	0,02		
Всего за день:		42,8	46,5	199,6	1 391,3	30,87	0,54	0,30	0,29	0,64	319,77	555,75	143,12	12,94	462,22	19,23	0,02	0,03		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																				
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,7	3,7	18,9	119,6	0,00	0,06	0,02	0,02	0,06	26,89	86,62	13,53	0,52	57,83	0,00	0,01	0,02	184	2008
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	0,00	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	4,9	12,8	43,9	308,9	0,00	0,10	0,03	0,09	0,06	37,52	116,47	25,08	1,85	90,58	0,90	0,01	0,02		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	1,2	3,3	8,3	68,5	4,14	0,05	0,04	0,14	0,05	18,04	33,82	14,53	0,57	295,72	3,07	0,00	0,02	89	2008
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	8,7	6,2	39,4	248,3	0,49	0,23	0,13	0,17	0,08	28,34	194,93	129,16	4,54	293,13	2,90	0,00	0,02	323	2008
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,6	10,7	2,4	148,2	0,47	0,03	0,07	0,24	0,03	12,77	95,61	15,15	1,40	220,55	4,86	0,00	0,03	277	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98,3	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	15,75	17,25	12,00	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	0,00	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	2008
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,5	4,5	44,2	8,61	0,01	0,02	0,02	0,00	22,34	12,37	6,64	0,41	86,12	1,19	0,00	0,01	35	2008
Итого за прием пищи:	640	26,3	23,5	108,0	750,2	13,71	0,46	0,31	0,58	0,15	109,85	414,88	190,77	10,24	990,72	15,94	0,00	0,08		
Полдник																				
РЫБА ОТВАРНАЯ	70	0,1	4,3	0,5	41,6	0,22	0,00	0,01	0,07	0,08	6,40	4,90	1,51	0,10	12,83	0,24	0,00	0,00	242	2012
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	65	1,0	0,1	2,0	12,6	1,30	0,03	0,01	0,00	0,00	5,85	18,14	6,14	0,20	32,18	0,00	0,00	0,00	219	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	18,8	2,0	219,9	0,16	0,04	0,28	0,18	1,85	72,06	146,77	11,29	1,67	157,34	18,80	0,02	0,04	214	2008
Итого за прием пищи:	430	13,4	23,4	25,4	364,5	1,67	0,11	0,32	0,25	1,93	92,04	193,81	26,04	3,59	229,55	20,16	0,02	0,04		
Всего за день:		45,1	59,8	187,2	1 466,6	17,38	0,68	0,66	0,92	2,14	246,41	732,16	245,90	17,08	####	37,00	0,03	0,14		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг			Se, мг	F, мг
Завтрак																				
	130	1,5	3,4	15,6	99,1	0,00	0,03	0,01	0,02	0,06	7,21	28,84	10,49	0,29	25,72	0,46	0,00	0,01	190	2008
	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	2008	2008
	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
	330	3,7	12,5	40,6	288,3	0,00	0,07	0,02	0,09	0,06	17,84	58,70	22,04	1,62	58,47	1,36	0,00	0,01		
II Завтрак																				
	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
	50	0,9	3,1	13,6	87,1	0,96	0,04	0,04	0,96	0,00	31,08	38,33	21,14	0,77	199,83	2,40	0,00	0,02	41	2012
	100	2,2	2,8	9,5	73,2	20,85	0,03	0,04	0,06	0,05	55,50	37,26	18,09	1,13	225,46	3,68	0,00	0,01	346	2008
	70	10,6	11,1	3,1	154,7	0,00	0,03	0,06	0,01	0,05	7,88	89,85	11,85	1,34	191,19	4,03	0,00	0,03	123	2012
	150	0,5	0,1	23,8	98,3	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	15,75	17,25	12,00	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	2008	2008
	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
	150	1,1	3,8	7,5	68,4	3,18	0,03	0,03	0,10	0,00	26,46	30,36	14,22	0,70	227,65	3,96	0,00	0,02	5/2	2011
	580	19,4	21,3	84,5	610,6	24,98	0,24	0,22	1,14	0,09	148,47	264,65	91,50	6,47	924,33	16,32	0,00	0,08		
Полдник																				
	150	3,3	4,6	24,5	152,8	17,70	0,14	0,10	0,12	0,08	37,94	87,79	38,50	1,55	928,83	7,50	0,00	0,06	333	2008
	40	2,4	1,9	30,0	146,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	20,00	3,60	0,32	28,40	0,00	0,00	0,00	2008	2008
	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
	375	7,3	6,7	76,9	396,1	17,70	0,20	0,11	0,12	0,08	51,07	131,19	52,00	3,10	983,03	7,50	0,00	0,06		
		30,9	40,7	211,9	1 338,0	44,68	0,52	0,35	1,34	0,23	224,37	461,54	169,53	12,58	#####	25,17	0,00	0,15		
Всего за день:																				

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг			I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																				
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,2	2,7	24,4	130,7	0,00	0,02	0,01	0,01	0,05	9,00	44,24	15,62	0,31	33,06	0,45	0,00	0,01	184	2008
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	2008	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	4,4	11,8	49,4	320,0	0,00	0,06	0,03	0,08	0,05	19,63	74,09	27,18	1,63	65,81	1,35	0,00	0,01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,6	3,5	40,0	19,52	0,02	0,00	0,02	0,00	26,02	13,51	7,51	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	35	2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,8	2,5	6,1	54,6	6,60	0,05	0,00	0,13	0,00	18,00	31,80	13,20	0,48	0,00	0,00	0,00	0,00	95	2008
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	7,2	0,4	5,5	54,8	0,40	0,05	0,04	0,00	0,00	19,55	100,30	24,38	0,55	199,14	61,74	0,01	0,26	260	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,5	14,2	96,6	6,86	0,08	0,07	0,02	0,05	23,75	56,04	19,37	0,79	507,34	5,64	0,00	0,02	335	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77,3	150,00	0,01	0,00	0,12	0,00	9,75	2,25	2,25	0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	441	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	570	16,6	9,7	74,6	452,2	183,38	0,30	0,15	0,30	0,05	108,87	255,50	80,91	4,91	786,67	69,62	0,01	0,29		
Полдник																				
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,00	0,03	0,02	0,01	0,00	11,60	36,00	8,00	0,84	44,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	225	4,7	4,1	52,2	263,7	0,00	0,06	0,03	0,01	0,00	20,33	59,40	17,90	2,07	69,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:	26,2	25,8	186,0	1 078,9	185,38	0,44	0,21	0,38	0,09	155,83	396,00	129,99	10,01	92,07	70,97	0,01	0,31			

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,9	6,1	18,3	147,6	0,31	0,10	0,11	0,03	0,06	70,64	113,63	53,60	1,69	186,85	6,29	0,00	0,01	184	2008
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	0,00	2008
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	7,1	15,2	43,3	336,8	0,31	0,14	0,12	0,10	0,06	81,27	143,49	65,15	3,02	219,60	7,19	0,00	0,01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,7	5,1	3,3	61,5	7,50	0,01	0,00	0,13	0,00	19,00	18,00	9,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	51	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	3,6	1,9	10,6	74,3	5,31	0,08	0,06	0,12	0,01	20,61	70,47	23,61	0,80	428,94	24,84	0,00	0,11	84	2012
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,5	3,5	26,2	146,1	0,00	0,02	0,00	0,02	0,00	6,15	53,83	17,69	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	181	2008
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ОТВАРНАЯ	70/30	8,0	1,7	0,0	56,9	6,10	0,09	0,71	2,89	0,00	6,85	116,78	6,85	2,61	128,12	2,91	0,01	0,09	256	2008
КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	84,8	1,50	0,01	0,00	0,00	0,00	3,75	6,00	1,50	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	2008	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
Итого за прием пищи:	610	19,0	12,6	88,1	552,5	20,41	0,31	0,81	3,16	0,01	68,16	316,68	73,35	6,21	637,25	29,99	0,02	0,20		
Полдник																				
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	141,6	0,00	0,01	0,02	0,00	0,00	6,40	14,40	4,00	0,60	56,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008
Итого за прием пищи:	225	2,8	1,5	53,3	238,5	0,00	0,04	0,03	0,00	0,00	15,13	37,80	13,90	1,83	81,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		29,4	29,5	194,6	1 170,9	22,73	0,51	0,96	3,26	0,07	171,56	504,97	156,41	12,46	938,65	37,18	0,02	0,21		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества							№ рецеп-туры		Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг		F, мг	
Завтрак																				
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	2.1	3.6	16.7	106.5	0.00	0.02	0.01	0.02	0.06	10.15	16.89	4.42	0.21	28.11	0.00	0.00	0.00	189	2008
БАТОН	25	1.9	0.8	12.5	64.8	0.00	0.04	0.01	0.00	0.00	5.50	21.25	8.25	0.50	32.75	0.90	0.00	0.00	0.00	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0.1	8.3	0.1	75.0	0.00	0.00	0.00	0.07	0.00	1.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	13	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3.1	3.1	12.1	90.1	0.48	0.03	0.10	0.01	0.00	98.92	78.03	18.54	0.47	164.94	8.28	0.00	0.00	397	2012
Итого за прием пищи:	315	7.2	15.8	41.5	336.4	0.48	0.09	0.12	0.10	0.06	115.57	118.17	31.21	1.18	225.79	9.18	0.00	0.00		
II Завтрак																				
АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43.0	60.00	0.04	0.03	0.01	0.00	34.00	23.00	13.00	0.30	197.00	2.00	0.00	0.02		2008
Итого за прием пищи:	100	0.9	0.2	8.1	43.0	60.00	0.04	0.03	0.01	0.00	34.00	23.00	13.00	0.30	197.00	2.00	0.00	0.02		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	50	0.5	3.0	2.9	40.6	1.50	0.01	0.01	0.00	0.00	12.76	15.13	7.52	0.45	104.88	2.18	0.00	0.01	36	2012
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУТОЙ	150	1.3	3.1	7.9	64.9	4.80	0.03	0.02	0.12	0.00	23.22	37.53	12.39	0.51	153.70	1.77	0.00	0.02	94	2008
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11.4	9.0	5.2	147.6	0.14	0.07	0.07	0.04	0.11	28.66	155.27	35.16	0.59	297.97	102.79	0.01	0.43	268	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	18.3	77.3	150.00	0.01	0.00	0.12	0.00	9.75	2.25	2.25	0.75	0.00	0.00	0.00	0.00	441	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	0.00	0.07	0.03	0.00	0.00	7.20	34.80	7.60	1.60	54.40	2.24	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	4.60	16.80	6.60	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	480	18.0	15.7	61.3	459.4	156.44	0.22	0.15	0.28	0.11	86.19	261.78	71.51	4.30	636.74	108.97	0.02	0.46		
Полдник																				
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	4.60	16.80	6.60	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		2008
МАФНИК	60	2.2	1.9	17.5	95.1	0.00	0.02	0.01	0.01	0.05	4.41	17.45	3.40	0.21	28.33	0.20	0.00	0.00	471	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0.2	0.1	12.4	49.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.13	6.60	3.30	0.83	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
Итого за прием пищи:	245	3.9	2.1	39.9	192.0	0.00	0.05	0.02	0.01	0.05	13.14	40.85	13.30	1.43	54.13	0.20	0.00	0.01		
Всего за день:		29.9	33.8	150.8	1 030.7	216.92	0.40	0.32	0.41	0.23	248.90	443.80	129.02	7.21	#####	120.35	0.02	0.49		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			Se, мг	F, мг
Завтрак																				
	130	2,6	3,6	17,4	112,8	0,00	0,05	0,02	0,02	0,06	14,60	54,46	13,35	0,92	53,44	0,00	0,01	0,00	189	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ																				
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	0,00	2008
	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)																				
150/15		0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ																				
Итого за прием пищи:	330	4,8	12,8	42,5	302,1	0,00	0,09	0,03	0,09	0,06	25,23	84,32	24,90	2,25	86,19	0,90	0,01	0,00		
II Завтрак																				
	100	0,9	0,2	8,1	43,0	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	2,00	0,00	0,02		2008
АПЕЛЬСИН																				
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	8,1	43,0	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00	34,00	23,00	13,00	0,30	197,00	2,00	0,00	0,02		
Обед																				
	50	0,8	2,5	4,5	44,2	8,61	0,01	0,02	0,02	0,00	22,34	12,37	6,64	0,41	86,12	1,19	0,00	0,01	35	2008
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ																				
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	0,8	3,0	5,3	51,6	4,59	0,01	0,02	0,15	0,00	25,77	21,21	11,75	0,59	128,33	2,78	0,00	0,01	56	2012
	150	15,9	16,5	13,4	265,7	6,80	0,11	0,13	0,00	0,00	16,03	165,87	31,72	2,52	729,44	9,99	0,00	0,06	258	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ																				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98,3	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	15,75	17,25	12,00	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008
	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ																				
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	560	22,2	22,5	74,0	588,6	20,00	0,25	0,21	0,18	0,00	91,70	268,30	76,31	6,03	#####	16,19	0,00	0,08		
Полдник																				
	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ																				
150/15		0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ																				
70		3,2	2,8	18,7	113,3	3,50	0,06	0,00	0,01	0,00	16,78	30,77	6,29	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	451	2008
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ																				
255		4,7	3,1	39,6	203,6	3,50	0,09	0,02	0,01	0,00	24,51	54,77	13,40	2,32	27,20	1,12	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:																				
Всего за день:		32,5	38,6	164,1	1 137,3	83,50	0,47	0,29	0,29	0,06	175,44	430,39	127,60	10,90	#####	20,21	0,02	0,10		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептов			
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг			I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																				
КАША "ДРУЖБА"	130	4,2	6,4	20,1	155,8	0,51	0,05	0,11	0,03	0,06	103,97	99,04	20,81	0,37	167,87	9,23	0,00	0,01	190	2008
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	2008	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	6,4	15,6	45,1	345,1	0,51	0,09	0,12	0,10	0,06	114,60	128,90	32,36	1,70	200,62	10,13	0,00	0,01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ИГРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,6	2,6	3,6	40,8	4,20	0,02	0,02	0,01	0,00	10,28	12,73	7,60	0,15	181,58	0,18	0,00	0,00	53	2012
СУП ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150	1,5	2,7	11,7	77,3	4,86	0,06	0,04	0,07	0,05	10,91	35,58	14,62	0,60	351,16	3,20	0,00	0,02	99	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	15,5	21,1	26,3	357,2	1,01	0,06	0,09	0,20	0,00	18,35	151,89	30,01	1,39	206,62	5,51	0,02	0,10	311	2008
КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	84,8	1,50	0,01	0,00	0,00	0,00	3,75	6,00	1,50	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	560	21,9	27,0	89,6	689,1	11,56	0,25	0,19	0,29	0,05	55,09	257,81	67,93	4,45	819,56	11,13	0,02	0,12		
Полдник																				
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,0	10,5	12,0	152,0	10,27	0,07	0,06	0,49	0,09	34,24	56,63	24,52	1,10	403,19	5,02	0,00	0,04	141	2008
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,00	0,03	0,02	0,01	0,00	11,60	36,00	8,00	0,84	44,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	375	6,7	14,7	64,2	415,7	10,27	0,13	0,09	0,49	0,09	54,57	116,03	42,42	3,17	472,99	5,02	0,00	0,04		
Всего за день:		35,5	57,3	208,8	1 492,9	24,34	0,48	0,41	0,88	0,19	231,26	509,74	146,71	10,71	#####	26,28	0,02	0,17		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	130	3,0	4,9	15,1	116,5	0,00	0,09	0,02	0,02	0,06	19,03	75,30	30,56	0,92	84,23	1,51	0,00	0,01	413	2012
БАТОН	25	1,9	0,8	12,5	64,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	8,25	0,50	32,75	0,90	0,00	0,00	2008	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	330	5,2	14,0	40,1	305,8	0,00	0,13	0,04	0,09	0,06	29,66	105,15	42,11	2,25	116,98	2,41	0,00	0,01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	0,0	5,6	26,0	0,96	0,02	0,03	0,96	0,00	22,08	23,76	16,42	0,43	96,08	2,40	0,00	0,02	41	2012
СУП ЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	1,0	3,0	6,3	56,5	4,92	0,04	0,03	0,14	0,05	18,92	26,67	11,92	0,49	218,40	2,55	0,00	0,01	95	2008
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	9,0	5,9	10,3	130,3	0,09	0,07	0,06	0,00	0,00	23,00	131,78	33,20	1,06	233,45	69,30	0,01	0,29	239	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68,4	60,00	0,01	0,04	0,12	0,00	14,30	2,30	3,65	0,41	8,16	0,00	0,00	0,00	398	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	2008	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
Итого за прием пищи:	490	15,9	9,7	67,2	430,5	65,98	0,26	0,20	1,22	0,05	91,90	244,81	81,28	4,79	649,88	77,05	0,01	0,34		
Полдник																				
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8,2	13,0	30,2	271,4	0,04	0,06	0,06	0,07	0,15	133,49	105,57	12,34	0,89	69,87	0,66	0,01	0,01	210	2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	5,1	5,0	32,1	162,4	0,00	0,08	0,01	0,04	0,04	13,28	52,59	8,06	0,73	4,58	0,37	0,00	0,00	453	2008
Итого за прием пищи:	415	15,0	18,2	84,6	530,7	0,04	0,17	0,08	0,11	0,19	155,50	181,57	30,30	2,84	100,25	1,03	0,01	0,02		
Всего за день:		36,6	42,0	201,9	1 310,0	68,02	0,56	0,32	1,42	0,30	284,06	538,53	157,68	11,29	867,11	80,49	0,02	0,36		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, г	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	343,6	400,4	1 889,9	12 548,1	708,84	5,09	4,90	12,98	4,67	2 256,14	5 081,18	1 515,92	117,83	10 891,52	449,96	0,21	2,10
Среднее значение за период	34,4	40,0	189,0	1 254,8	70,88	0,51	0,49	1,30	0,47	225,61	508,12	151,59	11,78	1 089,15	45,00	0,02	0,21
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,0	28,7	60,3														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли 10 часов	334	100	564	303

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 659210494418358846796125042851991573012135821284

Владелец Алёшкина Наталья Николаевна

Действителен с 13.11.2024 по 13.11.2025