

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

		Первая неделя, день 1																														
№ ТК (ТТК)	Прим пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цельная-бройлеры I категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая, йодир.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																
15	Каша манная молочная жидкая					15								2	2			69														
36	Кофейный напиток со сгущенным молоком													5				85										1.67				
94	Яйцо отварное																40															
27.83	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (35/5/10)	20													6																	
	Итого	20	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	8	0	40	154	0	0	0	0	0	0	0	0	1.67	0	0	0		
2 завтрак																																
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
18	Овощи натуральные соленые или свежие								40																							
5	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом							35	50.7							1.8			11					5								
6	Плов с мясом					33			20						2	2				52												
22	Кисель из ягод свежемороженых				5						16			8																		
ГП	Хлеб пшеничный	15																														
ГП	Хлеб ржаной		20																													
	Итого	15	20	0	5	33	0	35	110.7	0	16	0	0	8	2	3.8	0	0	0	63	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180														
ГП	Батон, или сухки, или бублики, или баранки	20																														
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																
76	Винегрет овощной							8.2	33.1							4																
82	Тефтели рыбные			5		3			7							3	3	12						39								
32	Картофельное пюре							102							3		18															
44	Чай с лимоном										5																0.67					
ГП	Хлеб ржаной		20																													
	Итого	0	20	5	0	3	0	110.2	40.1	0	5	0	0	5	3	7	3	30	0	0	0	0	39	0	0	0.67	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														3	
	Итого за день	55	40	5	5	51	0	145.2	150.8	180	21	0	0	20	13	10.8	43	364	0	63	0	0	39	5	0	0.67	1.67	0	3	0		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 3

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кефир, продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цельноязычные бройлеры 1 категории полн.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая	Дрожжи хлебопекарные	
Завтрак																															
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					13					18			2	2			98													
36	Кофейный напиток с молоком													5				85									1.67				
3	Бутерброд с маслом и сыром	30	0	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	5	0	0	183	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67	0	0	0	
	Итого	30	0	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	5	0	0	183	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67	0	0	0	
2 завтрак																															
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	160													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
35	Салат "Океан" (с кальмарами)								8								4	8												39	
108	Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом					3		51	17.2						1.8					11						5					
40	Птица отварная								3.5													79									
49	Макаронные изделия отварные с овощами						26		70						3																
22	Кисель из ягод свежемороженых				5						16			8																	
ГП	Хлеб пшеничный	15																													
ГП	Хлеб ржаной		20																												
	Итого	15	20	0	5	3	26	51	98.7	0	16	0	0	8	4.8	4	8	0	0	11	0	79	39	5	0	0	0	0	0	0	
Полдник																															
25	Чай с сахаром													5													0.67				
92	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом			22.9		1.7			1.5					1.4	3.7	0.7	3	6													1
	Итого	0	0	22.9	0	1.7	0	0	1.5	0	0	0	0	6.4	3.7	0.7	3	6	0	0	0	0	13	0	0	0.67	0	0	0	0	1
Ужин																															
67	Кукуруза с яйцом и луком								42						3	10															
66	Голубцы ленивые			24		9			99					6		13				75											
20	Компот из ягод замороженных										18			5																	
ГП	Хлеб пшеничный	25																													
ГП	Хлеб ржаной		20																												
	Итого	25	20	24	0	9	0	0	141	0	18	0	0	5	6	3	23	0	0	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														3
	Итого за день	70	40	46.9	5	26.7	26	51	241.2	0	52	0	0	26.4	21.5	7.7	34	349	0	86	0	79	52	5	9	0.67	1.67	0	3	1	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цельномятные бройлеры 1 категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая	Дрожжи хлебопекарные	
Завтрак																															
11	Омлет натуральный														5		80	70													
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								62																						
16	Какао с молоком													5				85											1.25		
27	Бутерброд с маслом	20													6																
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.25	0	0
2 завтрак																															
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
28	Салат из морской капусты с яйцом								33							3	5														
107	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14							1.8								52							
57	Суфле из субпродуктов			1.2					17						1.2	4	12	15			60										
32	Картофельное пюре						102								3			18													
74	Лимонный напиток										14			15																	
ГП	Хлеб пшеничный	15																													
ГП	Хлеб ржаной		40																												
	Итого	15	40	1.2	0	4.5	0	149	64	0	14	0	0	15	4.2	8.8	17	33	0	0	60	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																															
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180													
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)												30																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																															
62	Сырники из творога			20											10	4	5		140												
2	Молоко сгущенное																	25													
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																				
12	Чай с молоком													5				23									0.67				
	Итого	0	0	20	0	0	0	0	0	0	95	0	0	15	4	0	5	48	140	0	0	0	0	0	0	0	0.67	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																													3	
	Итого за день	35	40	21.2	0	4.5	0	149	126	180	109	0	30	35	19.2	8.8	102	416	140	0	60	0	52	0	0	0.67	0	1.25	3	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 5																																		
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (настичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные				
Завтрак																																		
45	Каша"Дружба"					17								2	2			98																
36	Кофейный напиток с молоком													5				85										1.67						
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5											9								
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	183	0	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67	0	0	0	0		
2 завтрак																																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																		
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)								46.1							3																		
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					14		35	16.2						1.8						11													
60	Тренки из пшеничного хлеба	28																																
42	Рыба по-польски			6												3	17	11						51										
21	Рис отварной с овощами					33			29						5																			
109	Компот из сухофруктов (кураги и изюма)											15		5																				
ГП	Хлеб ржаной		40																															
	Итого	28	40	6	0	47	0	35	91.3	0	0	15	0	5	6.8	6	17	11	0	11	0	0	51	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Полдник																																		
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180																
23	Сушка на сметане			35		0	0	0	0	0	0	0	7	2	0.7	5									16									
	Итого	0	0	35	0	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0.7	5	180	0	0	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	0		
Ужин																																		
84	Рагу из овощей с мясом							33	159						3	5					31													
ГП	Хлеб пшеничный	20																																
25	Чай с сахаром												5														0.67							
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																							
	Итого	20	0	0	0	0	0	33	159	0	95	0	0	5	3	5	0	0	0	0	31	0	0	0	0	0	0.67	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																3	
	Итого за день	78	40	41	0	64	0	68	250.3	180	95	15	0	24	18.8	11.7	22	374	0	42	0	0	51	16	9	0.67	1.67	0	3	3	0	0		

Вторая неделя, день 1																																	
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (исключая бройлеры 1 категории нетр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные			
Завтрак																																	
110	Каша пшеничная молочная жидкая					20								2	2			64															
36	Кофейный напиток со стуженным молоком													5				85									1.67						
27	Бутерброд с маслом	35													6																		
	Итого	35	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	7	8	0	0	149	0	0	0	0	0	0	0	0	1.67	0	0	0	0		
2 завтрак																																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																	
18	Овощи натуральные соленные или свежие								40																								
53	Суп картофельный с клецками, с мясом			11				31	16.2						2.3		1.8	11															
48	Гуляш			1.3					3.5							1.5																	
52.85	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)					50									5																		
22	Кисель из ягод свежемороженых				5						16			8																			
ГП	Хлеб пшеничный	15																															
ГП	Хлеб ржаной		20																														
	Итого	15	20	12.3	5	50	0	31	59.7	0	16	0	0	8	7.3	1.5	1.8	11	0	83	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180															
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)												30																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																	
69	Сельдь с луком репчатым								9																								
41	Картофель отварной							120							5	4																	
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																							
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		20																														
	Итого	20	20	0	0	0	0	120	9	180	0	0	0	0	5	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														3		
	Итого за день	70	40	12.3	5	70	0	151	68.7	180	116	0	30	15	20.3	5.5	1.8	340	0	83	0	0	0	0	0	0	1.67	0	3	3	0	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Вторая неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпечка-бройлера 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные				
Завтрак																																		
37	Суп молочный с крупой					10								2	1.5			135																
16	Какао с молоком													5				85													1.25			
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	20											10																					
	Итого	20	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	10	7	1.5	0	0	220	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.25	0	0	
2 завтрак																																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
72	Икра кабачковая (промышленного производства)									30																								
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							28	56.2				0.17		1.8					11					5									
113	Запеканка картофельная с мясом							111	27						5		3			52														
7	Компот из сухофруктов											15		5																				
ГП	Хлеб пшеничный	15																																
ГП	Хлеб ржаной		40																															
	Итого	15	40	0	0	0	0	139	113.2	0	0	15	0.17	5	6.8	0	3	0	0	63	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0		
Полдник																																		
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180																
111	Шанежка наливная			31.5										2.5	2	0.2	2	13						10									1	
	Итого	0	0	31.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2.5	2	0.2	2	193	0	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	1		
Ужин																																		
100	Вареники ленивые с маслом сливочным			33										13	5		8		99															
33	Напиток из шиповника											15		5																				
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																							
	Итого	0	0	33	0	0	0	0	0	0	95	15	0	18	5	0	8	0	99	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																3	
	Итого за день	35	40	64.5	0	10	0	139	113.2	180	95	30	10.17	32.5	15.3	0.2	13	413	99	63	0	0	0	15	0	0	0	0	1.25	3	1			

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

		Вторая неделя, день 5																														
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масло (жирная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные		
		Завтрак																														
45	Каша "Дружба"					17							2	2				98														
36	Кофейный напиток с молоком													5				85										1.67				
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5											9						
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	183	0	0	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67	0	0	0	0
		2 завтрак																														
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Обед																														
38	Салат "Полевой"						20	23								3																
29	Свекольник со сметаной, с мясом							29	59.7					0.8	1.8						11				5							
66	Голубцы ленивые			24		9			99							6	13				75											
30	Соус сметанный натуральный			1																					20							
55/527	Компот из плодов консервированных										121			2																		
ГП	Хлеб пшеничный	15																														
ГП	Хлеб ржаной		40																													
	Итого	15	40	25	0	9	0	49	181.7	0	121	0	0	2.8	2.8	9	13	0	0	86	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	
		Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180														
34	Булочка домашняя			30.4										7.4	8	0.8	3	13														1
	Итого	0	0	30.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7.4	8	0.8	3	193	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
		Ужин																														
42	Рыба по-польски			6												3	17	11						51								
61	Картофель тушеный							89	33							3																
ГП	Хлеб пшеничный	20																														
25	Чай с сахаром													5													0.67					
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																					
	Итого	20	0	6	0	0	0	89	33	0	95	0	0	5	0	6	17	11	0	0	0	0	51	0	0	0.67	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой																														3	
	Итого за день	65	40	61.4	0	26	0	138	214.7	0	316	0	0	22.2	17.8	15.8	33	387	0	86	0	0	51	25	9	0.67	1.67	0	3	1		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 1																																
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масло (растительная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (исключая бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пш.пов.Молир.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																
112	Суп молочный с макаронными изделиями						10							2	1.3																	
36	Кофейный напиток со сгущенным молоком													5														1.67				
94	Яйцо отварное																40															
27	Бутерброд с маслом	20													6																	
	Итого	20	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	7	7.3	0	40	202	0	0	0	0	0	0	0	0	1.67	0	0	0	0	
2 завтрак																																
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
18	Овощи натуральные соленые или свежие								40																							
107	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14							1.8								52								
6	Плов с мясом					33			20						2	2					52											
22	Кисель из ягод свежемороженых				5						16			8																		
ГП	Хлеб пшеничный	15																														
ГП	Хлеб ржаной		20																													
	Итого	15	20	0	5	37.5	0	47	74	0	16	0	0	8	2	3.8	0	0	0	52	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180														
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)												30																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																
76	Винегрет овощной						8.2	33.1								4																
11	Омлет натуральный														5		80	70														
25	Чай с сахаром													5													0.67					
ГП	Хлеб пшеничный	20																														
ГП	Хлеб ржаной		20																													
	Итого	20	20	0	0	0	8.2	33.1	0	0	0	0	5	5	4	80	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0.67	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														3	
	Итого за день	55	40	0	5	37.5	10	55.2	107.1	180	16	0	30	20	14.3	7.8	120	452	0	52	0	0	52	0	0	0.67	1.67	0	3	0		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 2																															
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (настичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные	
Завтрак																															
15	Каша манная молочная жидкая					17								2	2			80													
16	Какао с молоком													5				85											1.25		
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	20											10																		
	Итого	20	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	10	7	2	0	0	165	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.25	0	0	
2 завтрак																															
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)																3														
39	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом					4.5		50	19.3									1.8			11				4						
64	Печень говяжья по-строгановски			0.5														0.5	5			59			10						
32	Картофельное пюре							102									3			18											
7	Компот из сухофруктов											15		5																	
ГП	Хлеб пшеничный	15																													
ГП	Хлеб ржаной		20																												
	Итого	15	20	0.5	0	4.5	0	152	65.4	0	0	15	0	5	5.3	8	0	18	0	0	11	59	0	0	14	0	0	0	0	0	
Полдник																															
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		180												
23	Сушка на сметане			35										7	2	0.7	5								16						
	Итого	0	0	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0.7	5	180	0	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	
Ужин																															
18	Овощи натуральные соленые или свежие								40																						
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150												43										
33	Напиток из шиповника											15		5																	
ГП	Хлеб пшеничный	25																													
ГП	Хлеб ржаной		20																												
	Итого	25	20	1.3	0	0	0	0	190	0	0	15	0	5	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой																													3	
	Итого за день	60	40	36.8	0	21.5	0	152	255.4	0	100	30	10	24	9.3	16.7	5	363	0	54	59	0	0	30	0	0	0	1.25	3	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 5																																	
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масло (жирная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные			
Завтрак																																	
51	Макаронные изделия, запеченные с сыром						46								5											10							
36	Кофейный напиток с молоком													5				85										1.67					
27	Бутерброд с маслом	35													6																		
	Итого	35	0	0	0	0	46	0	0	0	0	0	0	5	11	0	0	85	0	0	0	0	0	0	0	10	0	1.67	0	0	0	0	
2 завтрак																																	
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	160															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																	
43	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)								9		9					2	5																
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом					3.5		50	22.2						1.8					11					5								
26	Субпродукты в соусе			2.5					9.5						2.5						77												
21	Рис отварной с овощами						33		29						5																		
ГП	Хлеб пшеничный	15																															
55/527	Компот из плодов консервированных										121			2																			
ГП	Хлеб ржаной		20																														
	Итого	15	20	2.5	0	36.5	0	50	69.7	0	130	0	0	2	9.3	2	5	0	0	11	77	0	37	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																	
33	Напиток из шиповника										15			5																			
106	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			26									11.02	3	2.5	0.8	3.25	11															1
	Итого	0	0	26	0	0	0	0	0	0	15	11.02	3	2.5	0.8	3.25	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
Ужин																																	
67	Кукуруза с яйцом и луком								42						3	10																	
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6	13				75													
ГП	Хлеб пшеничный	30																															
ГП	Хлеб ржаной		20																														
25	Чай с сахаром													5																			0.67
	Итого	30	20	24	0	9	0	0	141	0	0	0	0	5	6	3	23	0	0	75	0	0	0	0	0	0	0.67	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой																																3
	Итого за день	80	40	52.5	0	45.5	46	50	210.7	0	130	15	11.02	20	28.8	5.8	31.25	256	0	86	77	0	37	5	10	0.67	1.67	0	3	1	1		
	Итого	80	40	52.5	0	45.5	46	50	210.7	0	130	15	11.02	20	28.8	5.8	31.25	256	0	86	77	0	37	5	10	0.67	1.67	0	3	1	1		

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 5

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (настичная замята субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																
45	Каша "Дружба"					17								2	2			98														
36	Кофейный напиток с молоком													5				85										1.67				
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5											9						
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	183	0	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67	0	0	0	
2 завтрак																																
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	160														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
18	Овощи натуральные соленные или свежие								40																							
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом					3.5		50	22.2						1.8					11					5							
65	Котлеты, биточки, шницели куриные	11													4			16				108										
52.85	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)					50									5																	
20	Компот из ягод замороженных										18			5																		
ГП	Хлеб пшеничный	15																														
ГП	Хлеб ржаной		20																													
	Итого	26	20	0	0	53.5	0	50	62.2	0	18	0	0	5	6.8	4	0	16	0	11	0	108	0	5	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180														
102	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)			23.8							17			5.5	4	0.8	3.5	12													1	
	Итого	0	0	23.8	0	0	0	0	0	0	17	0	0	5.5	4	0.8	3.5	192	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
Ужин																																
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6		13			75												
30	Соус сметанный натуральный			1											1									20								
90	Бутерброд с отварными мясopодуктами (языком)	20																		32												
ГП	Хлеб ржаной		20																													
25	Чай с сахаром													5																	0.67	
	Итого	20	20	25	0	9	0	0	99	0	0	0	0	5	7	0	13	0	0	107	0	0	0	20	0	0.67	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														3	
	Итого за день	76	40	48.8	0	79.5	0	50	161.2	0	35	0	0	22.5	24.8	4.8	16.5	551	0	118	0	108	0	25	9	0.67	1.67	0	3	1		

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соя фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйно	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (цельная-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
Итого за 20 дней	1239	800	510.1	40	643.7	178	2393.7	3635.9	2000	1952	174	242.52	503.53	354.3	174.6	795.8	7828.5	613	1190	243	410	640	179	85	10.05	20.04	10	60	8
Итого за 1 день	61.95	40	25.505	2	32.185	8.9	119.69	181.79	100	97.6	8.7	12.126	25.177	17.72	8.73	39.8	391.425	30.65	59.5	12.15	20.5	32.0	8.95	4.25	0.503	1.0	0.5	3	0.40
Нормы продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам (минимальные)	60	40	25	2	30	8	120	180	100	95	9	12	25	18	9	40	390	30	56.8	20	20	32	9	4	0.5	1	0.5	3	0.4
Процент удовлетворения норм питания	103.25	100.00	102.02	100.00	107.28	111.25	99.74	101.00	100.00	102.74	96.67	101.05	100.71	98.42	97.00	99.48	100.37	102.17	104.75	60.75	102.50	100.00	99.44	106.25	100.50	100.20	100.00	100.00	100.00
Процент отклонения от норм питания	3.25	0.00	2.02	0.00	7.28	11.25	-0.26	1.00	0.00	2.74	-3.33	1.05	0.71	-1.58	-3.00	-0.53	0.37	2.17	4.75	-39.25	2.50	0.00	-0.56	6.25	0.50	0.20	0.00	0.00	0.00

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

		Первая неделя, день 1																															
№ ТК (ГТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйно	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пoultry-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Каша-порошок	Соль пищев. повар.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																	
15	Каша манная молочная жидкая					23									3	3			106														
36	Кофейный напиток со сгущенным молоком														6				85									2					
27.83	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	25														6																	
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	0	191	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	
2 завтрак																																	
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																							
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																	
18	Овощи натуральные соленные или свежие								50																								
5	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом						39	57.1									2				12					6							
6	Плов с мясом					51		30								3	3				80												
22	Кисель из ягод свежемороженых				7.5							18																					
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	20	25	0	7.5	51	0	39	137.1	0	0	18	0	0	9	3	5	0	0	0	92	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	
Подник																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200														
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50																															
	Итого	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																	
76	Винегрет овощной						12.4	49.2									6																
82	Тфтели рыбные			6		4		8									4	3.5	14							46							
32	Картофельное пюре						128									4		22															
44	Чай с лимоном										6				6																		
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	0	25	6	0	4	0	140.4	57.2	0	0	6	0	0	6	4	10	3.5	36	0	0	0	0	46	0	0	0.8	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																															5	
	Итого за день	95	50	6	7.5	78	0	179.4	194.3	180	0	24	0	0	24	16	15	3.5	427	0	92	0	0	46	6	0	0.8	2	0	0	5	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 2																																	
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Масляные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частьная замята субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальчатая-бройлера I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая.водир.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																	
37	Суп молочный с крупой					13									3	2			180														
16	Какао с молоком														6				85											1.5			
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	35												12																			
	Итого	35	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	12	9	2	0	0	265	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0	
2 завтрак																																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																	
58	Салат из свеклы с чесноком и сыром								55.4								3										4						
19	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы						93	19.5								2		15					25		6								
103	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)						128	31								7		3.5				54											
7	Компот из сухофруктов											18			6																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	20	25	0	0	0	221	105.9	0	0	0	0	18	0	6	9	3	18.5	0	0	0	54	25	0	6	4	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200														
106	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			31.2										13.025	4	3	0.9	3.9	13													1.25	
	Итого	0	0	31.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13.025	4	3	0.9	3.9	213	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.25	
Ужин																																	
18	Овощи натуральные соленные или свежие								50																								
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150								8				43												
33	Напиток из шиповника											18		6																			
ГП	Хлеб пшеничный	30																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	30	25	1.3	0	0	0	200	0	0	0	18	0	6	0	8	0	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																															5	
	Итого за день	85	50	32.5	0	13	0	221	305.9	0	0	100	36	25.025	25	14	11.9	22.4	478	0	43	54	25	0	6	4	0	0	1.5	5	1.25		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 3																																	
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальяти-бройлера I категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																	
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					20						27			3	3			150														
36	Кофейный напиток с молоком														6				85									2					
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13							
	Итого	35	0	0	0	20	0	0	0	0	0	27	0	0	9	8	0	0	235	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0	0	0	0	
2 завтрак																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		180														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																	
35	Салат "Океан" (с кальмарами)								12							6	12							59									
108	Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом					4		56	19,5						2					13				6									
40	Птица отварная								5													100											
49	Макаронные изделия отварные с овощами						35		96						4																		
22	Кисель из ягод свежемороженых				7.5							18			9																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	20	25	0	7.5	4	35	56	132.5	0	0	18	0	0	9	6	6	12	0	0	13	0	100	59	6	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																	
25	Чай с сахаром														6																	0.8	
92	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом			29		2			1.8						1.7	4.4	0.8	4.8	7					15								1.25	
	Итого	0	0	29	0	2	0	0	1.8	0	0	0	0	0	7.7	4.4	0.8	4.8	7	0	0	0	0	15	0	0	0	0.8	0	0	0	1.25	
Ужин																																	
67	Кукуруза с яйцом и луком								78							4	15																
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6	13				75													
20	Компот из ягод замороженных										20				6																		
ГП	Хлеб пшеничный	30																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	30	25	24	0	9	0	0	177	0	0	20	0	0	6	6	4	28	0	0	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																															5	
	Итого за день	85	50	53	7.5	35	35	56	311.3	0	0	65	0	0	31.7	24.4	10.8	44.8	422	0	88	0	100	74	6	13	0.8	2	0	5	1.25		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Первая неделя, день 4																													
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Масляные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частьная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальяти-франкеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
Завтрак																															
11	Омлет натуральный														5		80	70													
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																						
16	Какао с молоком													6				85											1.5		
27	Бутерброд с маслом	25	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	6	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0
	Итого	25	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	6	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0	
2 завтрак																															
ГП	Сок фруктовый (овощной)								180																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
28	Салат из морской капусты с яйцом							49							4	8															
107	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14						1.8									52							
57	Суфле из субпродуктов			1.4				14						1.4	5	14	18					70									
32	Картофельное пюре						128							4		22															
74	Лимонный напиток									16				17																	
ГП	Хлеб пшеничный	20																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	20	50	1.4	0	4.5	0	175	77	0	0	16	0	17	5.4	10.8	22	40	0	0	70	0	52	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																															
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	200													
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)												55																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																															
62	Сырники из творога			27										13	5		7		187												
2	Молоко сгущенное																	37.5													
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)									100																					
13	Чай с молоком												6			25												0.8			
	Итого	0	0	27	0	0	0	0	0	0	100	0	0	19	5	0	7	62.5	187	0	0	0	0	0	0	0	0	0.8	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												5		
	Итого за день	45	50	28.4	0	4.5	0	175	154	180	0	116	0	55	42	21.4	10.8	109	457.5	187	0	70	0	52	0	0	0.8	0	1.5	5	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 5																																				
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Масляные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Напитки витаминизированые (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальяти-францезы I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.водир.	Дрожжи хлебопекарные					
Завтрак																																				
45	Каша "Дружба"					26									3	3			150																	
36	Кофейный напиток с молоком														6				85									2								
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13										
	Итого	35	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0	0	0	0	0			
2 завтрак																																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Обед																																				
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)																5																			
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					15		39	18,5						2						12															
60	Гренки из пшеничного хлеба	47																																		
42	Рыба по-польски			7												4	20	13						60												
21	Рис отварной с овощами					45			40						6																					
109	Компот из сухофруктов (кураги и изюма)											18			6																					
ГП	Хлеб ржаной		50										18																							
	Итого	47	50	7	0	60	0	39	125,7	0	0	0	18	0	6	8	9	20	13	0	12	0	0	60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Полдник																																				
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200																	
23	Сушка на сметане			42		0	0	0	0					8	2,4	0,8	6								19											
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	2,4	0,8	6	200	0	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Ужин																																				
84	Рагу из овощей с мясом							44	212						4	7					41															
ГП	Хлеб пшеничный	30																																		
25	Чай с сахаром														6														0,8							
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																								
	Итого	30	0	0	0	0	0	44	212	0	0	100	0	0	6	4	7	0	0	0	41	0	0	0	0	0	0,8	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																	5		
	Итого за день	112	50	49	0	86	0	83	337,7	180	0	100	18	0	29	22,4	16,8	26	448	0	53	0	0	60	19	13	0,8	2	0	0	5	5	0	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Вторая неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Второй этап																															
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупа, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сок фруктовый (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальяти-бройлера I категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль, пищев. добав.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																	
110	Каша пшеничная молочная жидкая					31								3	3			99															
36	Кофейный напиток со сгущенным молоком													6				85										2					
27	Бутерброд с маслом	45													6																		
	Итого	45	0	0	0	31	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	0	184	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	
2 завтрак																																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																	
18	Овощи натуральные соленные или свежие								50																								
53	Суп картофельный с клецками, с мясом			12				34	18.5						2.5		2	12			12												
48	Гуляш			1.5					4.6								2				84												
52.85	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)					68								7																			
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5						18			9																			
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	20	25	13.5	7.5	68	0	34	73.1	0	0	18	0	9	9.5	2	2	12	0	96	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Полдник																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200														
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)													55																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Ужин																																	
69	Сельдь с луком репчатым								11								5								56								
41	Картофель отварной							150							6																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)								180																								
ГП	Хлеб пшеничный	30																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	30	25	0	0	0	0	150	11	180	0	0	0	0	6	5	0	0	0	0	0	0	0	56	0	0	0	0	0	0	0		
	поваренной																															5	
	Итого за день	95	50	13.5	7.5	99	0	184	84.1	180	0	118	0	55	18	24.5	7	2	396	0	96	0	0	56	0	0	0	2	0	5	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Вторая неделя, день 3

№ ТК (ГТК)	Наименование блюда	Второй этап																																
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (вместительная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальчатая-бройлера I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль, пищев.кварц.	Дрожжи хлебопекарные			
Завтрак																																		
56	Каша "Рябчик"					24									3	3			150															
36	Кофейный напиток с молоком														6				85										2					
3	сыром	35													5																13			
	Итого	35	0	0	0	24	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	
2 завтрак																																		
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)																																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
71	Салат "Рубин"											12																						
	Суп "Водня" со сметаной, с мясом птицы																																	
19	Птица отварная																																	
40	Птица отварная																																	
49	Макаронные изделия отварные с овощами																																	
22	Кисель из ягод свежемороженных					7.5																												
ГП	Хлеб пшеничный	20																																
ГП	Хлеб ржаной		25																															
	Итого	20	25	0	7.5	0	35	93	166.5	0	0	18	12	0	9	6	4	15	0	0	0	0	0	125	0	6	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																		
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																																	
95	Манник со сгущенным молоком																																	
	Итого	0	0	0	0	38	0	0	0	0	0	0	0	6	3	2	8	75	0	0	0	0	0	0	27	0	27	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																		
31.88	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	8		5																														
24/201	Рагу из овощей																																	
44	Чай с лимоном																																	
ГП	Хлеб пшеничный	30																																
ГП	Хлеб ржаной		25																															
	Итого	38	25	5	0	0	0	65	78	0	0	6	3	5	5	14	0	57	0	0	0	0	0	0	0	0	0.8	0	0	0	0	0	0	
	поваренной																																	5
	Итого за день	93	50	5	7.5	62	35	158	244.5	0	0	124	12	0	30	20	11	28	524	0	57	0	125	0	33	13	0.8	2	0	0	5	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Вторая неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Второй этап																														
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпечка-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая, йодир.	Дрожжи хлебопекарные	
Завтрак																																
11	Омлет натуральный														5		80	70														
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																							
16	Какао с молоком													6				85											1.5			
27	Бутерброд с маслом	25													6	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0
	Итого	25	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0	
2 завтрак																																
8.9	Кисломолочный напиток или молоко																	180														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
18	Овощи натуральные соленные или свежие							50																								
80	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом					8	58	21.5							2					12												
73	Жаркое по-домашнему							107	42							5				63												
74	Лимонный напиток										16			17																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																														
ГП	Хлеб ржаной		50																													
	Итого	20	50	0	0	0	8	165	113.5	0	0	16	0	0	17	2	5	0	0	0	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																
ГП	Сок фруктовый (овощной)								200																							
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)													55																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																
93	Запеканка из творога					12							0.016	12	6		7	44	168						6							
2	Молоко сгущенное																	37.5														
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																					
13	Чай с молоком												6					25												0.8		
	Итого	0	0	0	0	12	0	0	0	0	100	0	0.016	18	6	0	7	106.5	168	0	0	0	0	6	0	0.8	0.8	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																													5		
	Итого за день	45	50	0	0	12	8	165	190.5	200	0	116	0	55.016	41	19	5	87	441.5	168	75	0	0	6	0	0.8	0	1.5	5	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 1																																		
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйно	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (чистящая замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпечка-бройлеры I категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные			
Завтрак																																		
112	Суп молочный с макаронными изделиями					16									3	2			180															
36	Кофейный напиток со стуженным молоком														6				85									2						
94	Яйцо отварное																	40																
27	Бутерброд с маслом	25														6																		
	Итого	25	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	40	265	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0		
2 завтрак																																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																									
107	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14								1.8								52									
6	Плов с мясом					51			30							3	3				80													
22	Кисель из ягод свежемороженых				7.5							18			9																			
ГП	Хлеб пшеничный	20																																
ГП	Хлеб ржаной		25																															
	Итого	20	25	0	7.5	55.5	0	47	94	0	0	18	0	0	9	3	4.8	0	0	0	80	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																		
8.9	Кисломолочный																		200															
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты,														55																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																		
76	Винегрет овощной						12.4	49.2									6																	
11	Омлет натуральный															5		80	70															
25	Чай с сахаром														6													0.8						
ГП	Хлеб пшеничный	30																																
ГП	Хлеб ржаной		25																															
	Итого	30	25	0	0	0	0	12.4	49.2	0	0	0	0	0	6	5	6	80	70	0	0	0	0	0	0	0	0.8	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																5	
	Итого за день	75	50	0	7.5	55.5	16	59.4	143.2	180	0	18	0	55	24	16	10.8	120	535	0	80	0	0	52	0	0	0.8	2	0	5	0	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Третья неделя, день 2																															
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макaronные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйно	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпечка-бройлеры I категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.iodir.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																	
15	Каша манная молочная жидкая					23									3	3			106														
16	Какао с молоком														6				85											1.5			
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	25												12																			
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	12	9	3	0	0	191	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0		
2 завтрак																																	
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																						
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																	
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)											67.2					5																
39	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом					5		56	22.1							2					12					6							
64	Печень говяжья пореогановски			0.6												0.6	6					69			12								
32	Картофельное пюре							128								4			22														
7	Компот из сухофруктов											18			6																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	20	25	0.6	0	5	0	184	89.3	0	0	0	18	0	6	6.6	11	0	22	0	12	69	0	0	18	0	0	0	0	0			
Полдник																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200														
23	Сушка на сметане			42											8	2.4	0.8	6							19								
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	8	2.4	0.8	6	200	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0	0			
Ужин																																	
18	Овощи натуральные соленые или свежие							50																									
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3				150										8			43												
33	Напиток из шиповника											18			6																		
ГП	Хлеб пшеничный	30																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	30	25	1.3	0	0	0	200	0	0	0	18	0	6	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Норма соли пищевой																													5			
	Итого за день	75	50	43.9	0	28	0	184	289.3	0	0	100	36	12	29	12	19.8	6	413	0	55	69	0	0	37	0	0	0	1.5	5			

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 4																																			
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Масо (настичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (пальятига-бройлера I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль, пищевое йодир.	Дрожжи хлебопекарные				
Завтрак																																			
11	Омлет натуральный															5		80	70																
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																										
16	Какао с молоком														6				85												1.5				
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5											13								
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	5	10	0	80	155	0	0	0	0	0	0	13	0	0	1.5	0	0	0		
2 завтрак																																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																			
87	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)								51				7				4																		
78	Суп с лапшой, с мясом птицы					15			18.5							2							25												
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	17.5							6								4.5	8	9					47											
32	Картофельное пюре						128									4			22																
74	Лимонный напиток											16			17																				
ГП	Хлеб пшеничный	20																																	
ГП	Хлеб ржаной		50																																
	Итого	37.5	50	0	0	0	15	128	75.5	0	0	16	7	0	17	6	8.5	8	31	0	0	0	25	47	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Полдник																																			
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																																		
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)														55																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																			
63	Пудинг творожный					14						15		18		4	15		136																
2	Молоко сгущенное																		37.5																
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																								
13	Чай с молоком														6				25									0.8							
	Итого	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	100	15	0	24	0	4	15	62.5	136	0	0	0	0	0	0	0.8	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																																	5	
	Итого за день	72.5	50	0	0	14	15	128	152.5	180	0	116	22	55	47	16	12.5	103	448.5	136	0	0	25	47	0	13	0.8	0	1.5	5	5	0	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Четвертая неделя, день 1																															
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макроэлементы	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпечка-бройлера I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая, йодир.	Дрожжи хлебопекарные		
Завтрак																																	
15	Каша манная молочная жидкая					23								3	3			106															
36	Кофейный напиток со сгущенным молоком													6				85										2					
27.83	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	45												9	6																		
	Итого	45	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	0	191	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	
2 завтрак																																	
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																							
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																	
28	Салат из морской капусты с яйцом								49								4	8															
29	Свекольник со сметаной, с мясом							32	67.1					0.9	2					12					6								
48	Гуляш			1.5					4.6											84													
52.85	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)					68										7																	
22	Кисель из ягод свежемороженых				7.5						18			9																			
ГП	Хлеб пшеничный	20																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	20	25	1.5	7.5	68	0	32	120.7	0	0	18	0	0	9.9	9	6	8	0	0	96	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0		
Подник																																	
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200														
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50																															
	Итого	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Ужин																																	
69	Сельдь с луком репчатым								11							5												56					
41	Картофель отварной							150								6																	
44	Чай с лимоном										6			6																0.8			
ГП	Хлеб пшеничный	30																															
ГП	Хлеб ржаной		25																														
	Итого	30	25	0	0	0	0	150	11	0	0	6	0	0	6	6	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	56	0	0	0.8	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														5		
	Итого за день	145	50	1.5	7.5	91	0	182	131.7	180	0	24	0	0	24.9	24	11	8	391	0	96	0	0	56	6	0	0.8	2	0	5	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Четвертая неделя, день 2																													
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макроэлементы	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпечка-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая, йодир.	Дрожжи хлебопекарные
Завтрак																															
37	Суп молочный с крупой					13								3	2				180												
16	Какао с молоком													6					60										1.5		
17	Бутерброд с джемом (или повидлом)	25											12																		
	Итого	25	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	12	9	2	0	0	240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0
2 завтрак																															
14	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
79	Салат "Овощная мозайка"							16.5	44.1							5															
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							31	61.5				0.19		2				12						6						
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	17.5							6							4.5	8	9					47								
32	Картофельное пюре						128								4			22													
7	Компот из сухофруктов											18		6																	
ГП	Хлеб пшеничный	20																													
ГП	Хлеб ржаной	25																													
	Итого	37.5	25	0	0	0	175.5	111.6	0	0	0	18	0.19	6	6	9.5	8	31	0	12	0	0	47	6	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																															
8,9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200												
75	Крендель сахарный			34										10	8	0.4	5.2	12													1.25
	Итого	0	0	34	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	8	0.4	5.2	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.25
Ужин																															
18	Овощи натуральные соленные или свежие							50																							
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150							8				43											
33	Напиток из шиповника											18		6																	
ГП	Хлеб пшеничный	30																													
ГП	Хлеб ржаной	25																													
	Итого	30	25	1.3	0	0	0	200	0	0	0	18	0	6	0	8	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																														5
	Итого за день	92.5	50	35.3	0	13	0	175.5	311.6	0	0	100	36	12.19	31	16	17.9	13.2	483	0	55	0	0	47	6	0	0	0	1.5	5	1.25

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Четвертая неделя, день 4																																
		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макропитательные	Картофель	Овощи	Соевые продукты (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйца	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Мясо (частичная замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (выпалка-бройлера 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищевая йодир.	Дрожжи хлебопекарные			
Завтрак																																		
11	Омлет натуральный														5		80	70																
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																									
16	Какао с молоком													6				85												1.5				
27	Бутерброд с маслом	25													6																			
	Итого	25	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	11	0	80	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	0	0	0		
2 завтрак																																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)								180																									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																		
54	Салат "Сытный"							47								3	14																	
107	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14							1.8								52										
113	Запеканка картофельная с мясом								128	31					7		3.5				60													
55/527	Компот из плодов консервированных										121			2																				
ГП	Хлеб пшеничный	20																																
ГП	Хлеб ржаной		50																															
	Итого	20	50	0	0	4.5	0	175	92	0	0	121	0	2	7	4.8	17.5	0	0	60	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Подник																																		
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200															
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)													55																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Ужин																																		
93	Запеканка из творога													0.016	12	6		7	44	168														
2	Молоко гущенное																		37.5							6								
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										100																							
13	Чай с молоком													6				25													0.8			
	Итого	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	100	0	0.016	18	6	0	7	106.5	168	0	0	0	0	6	0	0.8	0	0	0	0	0		
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																															5		
	Итого за день	45	50	0	0	16.5	0	175	169	180	0	221	0	55.016	26	24	4.8	104.5	461.5	168	60	0	0	52	6	0	0.8	0	1.5	5	0			

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овоши	Соли фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйно	Молоко, кисло-мол. продукты	Творог	Мясо (свинина замена субпродуктов на говядину)	Субпродукты	Птица (куры, бройлеры I категории погр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль пищев.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
Итого за 20 дней	1640	1000	605.2	60	879.5	250	2833	4508	2000	0	2054	214	404.62	614.08	422.9	222.6	832.1	9075	821	1355	283	501	763	222	123	12	24	12	100	10
Итого за 1 день	82	50	30.26	3	43.975	12.5	141.7	225.4	100	0	102.7	10.7	20.231	30.704	21.15	11.13	41.605	453.75	41.05	67.75	14.15	25.05	38.15	11.1	6.15	0.6	1.2	0.6	5	0.5
Нормы продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам (минимальные)	80	50	29	3	43	12	140	220	100	50	100	11	20	30	21	11	40	450	40	64.4	25	24	37	11	6	0.6	1.2	0.6	5	0.5
Процент удовлетворения норм питания	102.50	100.00	104.34	100.00	102.27	104.17	101.19	102.44	100.00	0.00	102.70	97.27	101.15	102.35	100.69	101.18	104.01	100.83	102.63	105.20	56.60	104.38	103.11	100.91	102.50	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Процент отклонения от норм питания	2.50	0.00	4.34	0.00	2.27	4.17	1.19	2.44	0.00	-100.00	2.70	-2.73	1.15	2.35	0.69	1.18	4.01	0.83	2.63	5.20	-43.40	4.38	3.11	0.91	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																				
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	Д мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг	
Неделя первая, день 1																				
Завтрак																				
15/230	Каша манная молочная жидкая	130	3.35	2.91	14.49	97.54	14.510	0.035	0.089	0.259	0.047	0.200	77.857	11.136	65.643	100.281	0.005	0.001	0.054	
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2.55	2.93	24.72	136.69	15.980	0.027	0.131	0.340	0.017	0.159	111.370	16.835	84.150	165.023	0.002	0.002	0.133	
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019	
27(99,100)83(12)	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (35/5/10)	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003	
	Итого	376	12.26	14.34	49.40	376.75	119.890	0.107	0.371	0.599	1.022	1.461	214.027	35.121	231.583	331.944	0.015	0.015	0.209	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	3.09	3.42	7.80	74.32	101.334	0.048	0.050	9.238	0.004	0.647	32.079	16.936	47.441	290.514	0.004	0.001	0.137	
6/375	Плов с мясом	130	12.51	10.14	23.63	235.65	130.65	0.047	0.082	0.624	0.029	1.011	22.19	20.69	125.57	144.023	0.003	0.004	0.072	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	565	18.16	14.00	60.59	443.09	235.264	0.140	0.150	14.262	0.033	2.730	82.869	51.838	216.675	548.709	0.009	0.007	0.359	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032	
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.000	0.032	0.012	0.000	0.000	0.400	4.600	6.800	17.800	27.200	0.001	0.001	0.003	
	Итого	200	6.51	4.16	17.68	134.32	23.760	0.084	0.228	0.936	0.054	0.557	194.680	28.724	158.740	245.324	0.015	0.004	0.035	
Ужин																				
76/82	Винегрет овощной	40	0.65	4.06	3.01	51.32	51.123	0.020	0.014	2.090	0.000	0.294	8.097	7.190	17.213	84.677	0.001	0.000	0.007	
82/355	Тефтели рыбные	60	7.44	3.85	4.77	83.48	10.188	0.048	0.077	0.483	0.151	0.458	43.226	23.460	112.574	183.754	0.054	0.007	0.248	
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030	
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	420	11.68	10.78	37.36	293.73	73.97	0.18	0.19	11.70	0.20	2.87	95.91	62.82	221.55	826.62	0.06	0.01	0.53	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
	Итого за день		50.41	43.46	170.25	1280.28	542.88	0.57	0.99	45.50	1.30	8.97	611.13	200.76	888.40	2384.87	0.22	0.04	1.13	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		120.02	92.47	83.87	91.45	120.640	70.750	109.889	101.113	13.040	89.680	76.391	250.953	126.914	596.217	3157.143	233.333	80.857	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
																				г
Неделя первая, день 2																				
Завтрак																				
37/121	Суп молочный с крупой	150	4.88	4.20	12.93	109.05	21.990	0.070	0.179	0.702	0.060	0.708	145.330	33.974	132.023	195.507	0.011	0.003	0.039	
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121	
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.2	20.1	88.75	0	0.029	0.003	0.06	0	0.431	6.68	4.34	17.33	38.73	0.001	0.002	0.004	
	Итого	367	9.43	6.44	41.40	260.00	33.230	0.124	0.286	1.204	0.086	1.466	248.346	54.315	223.034	353.020	0.019	0.006	0.164	
2 завтрак																				
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
Обед																				
58/58	Салат из свеклы с чесноком и сыром	60	1.83	4.38	4.43	64.67	13.620	0.011	0.032	2.264	0.044	0.720	57.795	12.201	43.584	135.552	0.003	0.002	0.009	
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	5.35	3.63	13.69	108.85	128.240	0.090	0.120	7.128	0.359	1.126	27.726	24.856	88.552	454.349	0.007	0.006	0.138	
103/284	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9.22	4.99	20.26	162.78	2155.840	0.191	0.757	14.661	0.582	3.402	21.910	35.761	179.455	660.809	0.008	0.014	0.119	
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	587	18.83	13.33	67.31	465.29	2311.02	0.33	0.93	24.22	0.99	6.60	137.32	89.16	352.01	1385.52	0.02	0.02	0.44	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032	
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	2.25	1.64	17.28	92.86	8.920	0.027	0.027	0.052	0.073	0.333	12.762	4.103	24.587	38.807	0.001	0.002	0.002	
	Итого	230	7.16	5.60	25.14	179.58	32.680	0.079	0.243	0.988	0.127	0.490	202.842	26.027	165.527	256.931	0.015	0.005	0.034	
Ужин																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040	
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193	
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	415	13.60	9.39	37.71	292.33	73.42	0.12	0.14	124.67	0.00	3.17	93.97	46.85	160.35	595.92	0.01	0.01	0.24	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		49.42	35.16	181.37	1244.20	2455.35	0.68	1.61	161.08	1.20	14.01	709.52	226.01	914.17	2869.65	0.19	0.04	0.89	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		117.67	74.81	89.34	88.87	545.634	85.125	179.333	357.956	11.980	140.100	88.690	282.506	130.596	717.413	2642.857	273.333	63.571	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 3																			
Завтрак																			
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008
	Итого	354	10.50	10.01	39.79	291.68	63.14	0.14	0.26	1.69	0.15	1.26	226.09	44.26	222.90	364.51	0.02	0.01	0.14
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4.16	4.8	6.85	87.23	35.2	0.064	0.272	1.12	0.048	0.16	192	22.4	144	233.6	0.015	0.003	0.032
	Итого	160	4.16	4.80	6.85	87.23	35.200	0.064	0.272	1.120	0.048	0.160	192.000	22.400	144.000	233.600	0.015	0.003	0.032
Обед																			
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	40	7.67	5.58	1.42	86.61	12.480	0.059	0.058	1.034	0.176	0.611	20.080	32.527	102.943	113.932	0.105	0.018	0.006
108/101	Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом	180	3.28	2.56	10.27	77.27	93.024	0.065	0.059	4.508	0.038	0.914	19.133	22.002	61.310	298.890	0.004	0.004	0.138
40/409	Птица отварная	55	13.04	0.83	0.06	62.70	9.350	0.027	0.102	0.000	0.165	0.470	6.050	13.750	100.650	123.200	0.000	0.012	0.000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.65	2.25	21.48	120.94	710.100	0.064	0.048	2.460	0.039	0.838	28.548	26.369	54.625	155.496	0.003	0.000	0.173
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	600	29.88	11.62	61.71	475.44	826.234	0.252	0.277	10.402	0.418	3.665	93.211	103.260	353.592	749.290	0.114	0.036	0.467
Полдник																			
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
92/561,632	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	50	5.56	6.06	24.85	148.17	16.910	0.042	0.064	0.328	0.488	0.472	15.210	8.158	62.848	79.199	0.008	0.003	0.058
	Итого	230	5.73	6.10	29.42	167.50	17.33	0.04	0.07	0.41	0.49	1.17	27.09	13.37	69.69	99.91	0.01	0.00	0.30
Ужин																			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	40	1.76	4.10	2.84	55.30	15.600	0.010	0.046	0.600	0.220	0.317	14.898	4.280	27.239	44.198	0.002	0.003	0.010
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	415	22.73	20.63	49.25	474.16	53.70	0.16	0.24	8.24	0.58	4.20	91.81	52.32	268.14	602.23	0.01	0.01	0.24
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		73.00	53.17	187.02	1496.00	995.60	0.65	1.12	21.87	1.69	10.54	641.24	236.27	1060.57	2049.81	0.29	0.07	1.17
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		173.80	113.12	92.13	106.86	221.244	81.750	124.778	48.589	16.920	105.430	80.155	295.334	151.510	512.452	4128.571	433.333	83.786

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 4																				
Завтрак																				
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051	
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002	
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121	
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003	
	Итого	396	16.86	18.08	24.30	327.12	192.38	0.14	0.50	2.41	1.92	2.61	222.09	43.34	299.63	350.24	0.03	0.03	0.18	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	40	0.95	6.31	2.40	70.27	8.170	0.008	0.022	0.500	0.110	4.630	15.170	48.840	25.330	286.160	0.085	0.001	0.004	
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11.38	4.78	10.96	132.39	94.210	0.124	0.099	4.367	5.668	0.771	22.555	29.197	126.985	391.685	0.025	0.021	0.327	
57/ТТК	Суфле из субпродуктов	60	12.30	7.81	5.68	142.22	3036.060	0.148	1.117	8.678	1.004	4.009	31.481	14.766	205.609	196.234	0.007	0.024	0.135	
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030	
74/699	Лимонный напиток	180	0.12	0.01	14.00	56.60	0.168	0.004	0.002	2.240	0.000	0.114	13.817	3.193	2.685	19.314	0.000	0.000	0.176	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014	
	Итого	635	30.25	22.06	74.25	617.56	3150.788	0.430	1.333	24.033	6.826	11.668	120.785	128.577	472.722	1466.660	0.126	0.050	0.688	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0.84	0.99	23.19	106.20	0.900	0.010	0.012	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	210	5.75	4.95	31.05	192.92	24.660	0.062	0.228	0.936	0.054	0.607	194.880	24.924	151.740	260.124	0.014	0.003	0.032	
Ужин																				
62/326	Сырники из творога	150	30.29	9.41	25.71	308.72	46.320	0.068	0.319	0.280	0.204	0.838	208.750	31.340	292.342	157.318	0.012	0.039	0.042	
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003	
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.) ¹	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143	
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224	
	Итого	435	32.56	11.00	43.97	408.03	63.97	0.14	0.42	36.68	0.22	1.67	297.89	53.00	355.24	389.65	0.02	0.04	0.41	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/д	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		87.22	56.27	178.79	1578.03	3521.80	0.83	2.54	82.06	9.02	17.90	859.28	272.10	1339.19	2898.95	0.30	0.12	1.31	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		207.65	119.71	88.07	112.72	782.622	103.500	282.111	182.351	90.200	178.990	107.410	340.121	191.312	724.737	4328.571	786.667	93.500	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 5																			
Завтрак																			
45/275	Каша"Дружба"	130	4.09	3.67	16.95	117.12	18.260	0.055	0.124	0.507	0.055	0.346	106.530	21.427	104.070	139.234	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008
	Итого	354	10.44	10.00	41.45	297.89	63.030	0.123	0.261	0.994	0.157	0.878	222.640	42.887	221.823	321.890	0.017	0.011	0.138
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0.70	2.68	2.34	36.32	293.400	0.021	0.019	1.042	0.000	0.232	8.190	10.525	19.136	51.510	0.001	0.000	0.012
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5.41	2.60	12.24	94.04	78.198	0.048	0.056	3.200	0.026	1.307	24.809	21.800	63.156	283.405	0.002	0.000	0.125
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
42/343	Рыба по-польски	60	10.57	5.07	4.41	105.58	31.032	0.060	0.121	0.159	0.479	0.797	38.746	28.427	148.113	216.945	0.071	0.012	0.324
21/421	Рис отварной с овощами	110	2.67	3.47	24.53	139.98	234.900	0.033	0.030	1.220	0.065	0.523	18.817	24.308	58.800	91.757	0.002	0.005	0.200
109/527	Компот из сухофруктов (кураги и изюма)	180	0.529	0.053	12.513	52.64	26.505	0.014	0.017	0.12	0	0.42	23.953	30.794	17.883	158.675	0	0	0.184
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	625	22.98	14.40	81.33	547.82	664.04	0.23	0.26	5.74	0.57	4.60	124.72	125.95	353.64	873.44	0.08	0.02	0.86
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
23/583	Сушка на сметане	50	4.56	4.28	29.20	173.53	23.472	0.049	2.044	0.026	0.147	0.524	20.962	6.669	43.574	57.262	0.002	0.003	0.005
	Итого	230	10.36	10.68	37.20	291.53	67.472	0.109	2.384	1.426	0.247	0.724	260.962	34.669	233.574	349.262	0.020	0.007	0.045
Ужин																			
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7.83	7.92	12.67	153.19	322.854	0.086	0.118	25.280	0.070	1.803	67.258	39.054	119.051	579.074	0.008	0.012	0.070
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	445	10.28	8.31	34.21	255.62	332.77	0.17	0.16	61.46	0.07	2.81	116.39	57.51	155.05	765.63	0.01	0.01	0.46
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		55.86	43.57	199.41	1425.26	1217.31	0.68	3.11	87.62	1.04	10.37	748.35	283.28	1023.93	2742.50	0.25	0.05	1.50
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		133.00	92.70	98.23	101.80	270.512	85.125	345.667	194.720	10.440	103.670	93.543	354.104	146.276	685.624	3500.000	340.000	107.214

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																				
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Вторая неделя, день 1																				
Завтрак																				
110/232	Каша пшеничная молочная жидкая	130	3.96	2.91	18.34	115.38	13.850	0.079	0.099	0.333	0.045	1.005	77.937	20.178	105.835	124.037	0.005	0.015	0.050	
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2.55	2.93	24.72	136.69	15.980	0.027	0.131	0.340	0.017	0.159	111.370	16.835	84.150	165.023	0.002	0.002	0.133	
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2.71	4.57	17.29	121.07	27.000	0.039	0.008	0.000	0.078	0.397	8.440	4.900	24.550	34.110	0.001	0.002	0.005	
	Итого	351	9.22	10.41	60.35	373.14	56.830	0.145	0.238	0.673	0.140	1.561	197.747	41.913	214.535	323.170	0.008	0.019	0.188	
2 завтрак																				
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	180	3.95	3.13	13.01	96.00	83.028	0.053	0.057	2.937	0.073	0.587	27.786	13.347	53.547	206.230	0.003	0.001	0.123	
48/373	Гуляш	60	11.29	8.56	1.13	126.58	19.500	0.025	0.071	0.315	0.000	0.690	13.972	2.400	81.930	102.810	0.003	0.000	0.001	
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5.96	4.60	26.04	169.38	14.100	0.155	0.084	0.000	0.065	2.924	13.057	87.653	130.937	158.779	0.001	0.003	0.076	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	605	23.76	16.73	69.34	525.08	119.91	0.28	0.23	7.65	0.14	5.27	83.42	117.61	310.08	581.99	0.01	0.01	0.35	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0.84	0.99	23.19	106.20	0.900	0.010	0.012	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	210	6.64	7.39	31.19	224.20	44.900	0.070	0.352	1.400	0.100	0.650	244.800	31.000	200.800	334.000	0.018	0.004	0.040	
Ужин																				
69/359	Сельдь с луком репчатым	60	8.29	7.61	0.74	104.94	9.600	0.014	0.064	0.900	14.400	0.600	41.190	20.460	134.890	118.950	0.000	0.000	0.003	
41/431	Картофель отварной	120	2.22	3.55	17.27	109.92	15.590	0.101	0.069	9.280	0.065	0.917	11.264	23.212	59.839	547.949	0.005	0.000	0.031	
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
	Итого	400	14.81	11.70	42.03	336.26	115.19	0.21	0.19	28.18	14.47	3.58	72.65	72.07	283.73	1146.10	0.01	0.00	0.04	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		54.83	46.62	212.71	1505.68	341.83	0.73	1.03	47.91	14.84	13.35	625.66	272.26	1022.39	2663.53	0.16	0.03	0.63	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		130.55	99.20	104.79	107.55	75.962	91.500	114.889	106.456	148.430	133.480	78.207	340.321	146.056	665.883	2342.857	206.667	45.000	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	150	4.88	4.20	12.93	109.05	21.990	0.070	0.179	0.702	0.060	0.708	145.330	33.974	132.023	195.507	0.011	0.003	0.039
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.2	20.1	88.75	0	0.029	0.003	0.06	0	0.431	6.68	4.34	17.33	38.73	0.001	0.002	0.004
	Итого	367	9.43	6.44	41.40	260.00	33.230	0.124	0.286	1.204	0.086	1.466	248.346	54.315	223.034	353.020	0.019	0.006	0.164
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0.57	2.67	2.31	35.70	45.900	0.007	0.015	2.100	0.000	0.930	12.300	4.500	11.100	94.500	0.000	0.000	0.000
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2.98	2.95	7.90	70.03	105.150	0.040	0.049	6.168	0.027	0.801	31.591	17.519	48.018	268.596	0.005	0.001	0.130
113/284	Запеканка картофельная с мясом	132	10.64	6.16	18.33	171.34	248.178	0.134	0.159	9.580	0.183	2.227	23.091	38.841	159.616	675.039	0.010	0.016	0.071
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	577	17.60	12.31	66.43	448.06	412.55	0.24	0.25	18.01	0.21	5.89	100.48	81.20	277.56	1201.54	0.02	0.02	0.38
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
111/569	Шанежка наливная	50	4.00	3.43	22.36	136.33	16.656	0.048	0.047	0.084	0.081	0.420	27.894	7.159	44.936	62.985	0.002	0.002	0.005
	Итого	230	9.80	9.83	30.36	254.33	60.656	0.108	0.387	1.484	0.181	0.620	267.894	35.159	234.936	354.985	0.020	0.006	0.045
Ужин																			
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	150	23.89	8.69	35.61	316.21	45.582	0.074	0.250	0.198	0.271	0.906	153.375	25.274	228.880	136.145	0.009	0.030	0.032
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	425	24.89	8.99	50.64	386.82	55.16	0.14	0.30	133.80	0.27	1.21	200.30	38.83	246.24	283.52	0.01	0.03	0.37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Итого за день		63.52	37.75	194.05	1381.61	651.60	0.66	1.27	172.50	0.75	10.54	840.66	231.76	1041.61	2625.34	0.19	0.06	0.96
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		151.24	80.33	95.59	98.69	144.799	82.500	141.444	383.331	7.480	105.360	105.082	289.704	148.802	656.334	2657.143	413.333	68.500

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 3																			
Завтрак																			
56/266	Каша"Рябчик"	130	4.19	3.58	15.19	109.89	17.760	0.063	0.131	0.510	0.052	0.561	107.080	27.054	107.808	148.752	0.008	0.003	0.037
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008
	Итого	354	10.54	9.91	39.69	290.66	62.530	0.131	0.268	0.997	0.154	1.093	223.190	48.514	225.561	331.408	0.017	0.011	0.137
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
71/59	Салат "Рубин"	40	0.62	3.07	7.41	60.37	1.012	0.011	0.017	1.360	0.000	0.618	16.494	23.693	20.137	141.862	0.002	0.000	0.015
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	5.35	3.63	13.69	108.85	128.240	0.090	0.120	7.128	0.359	1.126	27.726	24.856	88.552	454.349	0.007	0.006	0.138
40/409	Птица отварная	55	13.04	0.83	0.06	62.70	9.350	0.027	0.102	0.000	0.165	0.470	6.050	13.750	100.650	123.200	0.000	0.012	0.000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.65	2.25	21.48	120.94	710.100	0.064	0.048	2.460	0.039	0.838	28.548	26.369	54.625	155.496	0.003	0.000	0.173
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	600	24.90	10.18	71.12	480.78	849.982	0.229	0.297	13.348	0.563	3.884	98.218	97.280	298.028	932.679	0.014	0.020	0.476
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
95/583	Манник со сгущенным молоком	75	6.32	7.72	39.81	254.19	44.186	0.056	0.151	0.287	0.215	0.538	104.241	16.073	102.996	156.720	0.005	0.003	0.021
	Итого	255	12.12	14.12	47.81	372.19	88.186	0.116	0.491	1.687	0.315	0.738	344.241	44.073	292.996	448.720	0.023	0.007	0.061
Ужин																			
31/386(88/395)	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	60	10.68	12.11	5.26	172.53	7.824	0.045	0.104	0.262	0.092	1.535	21.720	14.330	116.062	193.330	0.005	0.002	0.037
24/201	Рагу из овощей	120	1.88	1.49	10.63	63.53	127.04	0.061	0.05	11.7	0.026	0.731	27.61	20.436	46.102	370.91	0.004	0.001	0.057
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	405	15.65	14.05	41.86	356.90	135.34	0.15	0.17	12.85	0.12	3.84	71.36	47.95	204.62	643.56	0.01	0.01	0.34
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Итого за день		63.61	48.66	210.27	1547.53	1141.04	0.66	1.25	38.88	1.15	11.85	764.05	247.48	1034.45	2634.64	0.19	0.04	1.02
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		151.45	103.54	103.58	110.54	253.564	82.500	138.444	86.393	11.500	118.450	95.506	309.351	147.779	658.660	2671.429	286.667	73.143

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
																				г
Вторая неделя, день 4																				
Завтрак																				
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051	
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002	
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121	
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003	
	Итого	396	16.86	18.08	24.30	327.12	192.38	0.14	0.50	2.41	1.92	2.61	222.09	43.34	299.63	350.24	0.03	0.03	0.18	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4.16	4.8	6.85	87.23	35.2	0.064	0.272	1.12	0.048	0.16	192	22.4	144	233.6	0.015	0.003	0.032	
	Итого	160	4.16	4.80	6.85	87.23	35.200	0.064	0.272	1.120	0.048	0.160	192.000	22.400	144.000	233.600	0.015	0.003	0.032	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	180	3.47	2.42	13.31	88.90	113.796	0.063	0.049	4.620	0.023	0.703	17.523	16.519	50.889	290.691	0.003	0.000	0.136	
73/374	Жаркое по-домашнему	150	9.67	8.87	14.07	174.76	267.840	0.098	0.108	7.560	0.000	1.291	23.882	25.677	111.250	498.245	0.007	0.000	0.034	
74/699	Лимонный напиток	180	0.12	0.01	14.00	56.60	0.168	0.004	0.002	2.240	0.000	0.114	13.817	3.193	2.685	19.314	0.000	0.000	0.176	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014	
	Итого	605	16.68	11.87	67.36	444.72	383.80	0.23	0.18	16.42	0.02	3.67	74.62	61.09	220.97	935.80	0.01	0.00	0.36	
Полдник																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0.84	0.99	23.19	106.20	0.900	0.010	0.012	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	230	2.84	1.19	28.99	142.20	100.900	0.070	0.072	20.000	0.000	1.850	18.800	27.000	74.800	522.000	0.000	0.000	0.000	
Ужин																				
93/319	Запеканка из творога	130	26.44	9.81	18.41	267.75	50.885	0.057	0.321	0.431	0.217	0.673	218.057	30.540	276.276	173.568	0.014	0.034	0.044	
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143	
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224	
	Итого	415	28.71	11.40	36.67	367.06	68.54	0.13	0.42	36.83	0.23	1.50	307.19	52.20	339.18	405.90	0.02	0.03	0.41	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
	Итого за день		69.24	47.34	164.17	1368.33	780.82	0.63	1.45	76.78	2.22	9.88	825.75	206.69	1080.83	2447.81	0.19	0.07	0.99	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		164.86	100.71	80.87	97.74	173.515	78.875	161.111	170.622	22.240	98.820	103.218	258.356	154.405	611.953	2757.143	440.000	70.357	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 5																				
Завтрак																				
45/275	Каша "Дружба"	130	4.09	3.67	16.95	117.12	18.260	0.055	0.124	0.507	0.055	0.346	106.530	21.427	104.070	139.234	0.008	0.003	0.038	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008	
	Итого	354	10.44	10.00	41.45	297.89	63.030	0.123	0.261	0.994	0.157	0.878	222.640	42.887	221.823	321.890	0.017	0.011	0.138	
2 завтрак																				
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
Обед																				
38/71	Салат "Полевой"	40	0.69	2.73	4.04	43.63	86.590	0.027	0.019	2.491	0.000	0.284	6.393	8.363	19.150	122.383	0.001	0.000	0.010	
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3.03	2.96	9.65	77.33	82.610	0.041	0.051	4.670	0.027	0.953	31.823	18.865	51.630	282.130	0.005	0.000	0.140	
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062	
30/452	Соус сметанный натуральный	20	0.60	3.30	1.33	37.48	15.650	0.006	0.018	0.032	0.027	0.047	15.872	1.710	11.663	20.534	0.002	0.000	0.003	
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.24	0.24	28.79	119.79	0.000	0.012	0.024	1.178	0.000	0.248	14.884	6.607	7.262	0.292	0.000	0.000	0.056	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014	
	Итого	625	25.66	25.85	89.11	694.38	222.95	0.24	0.31	14.93	0.42	5.78	137.58	82.29	340.78	984.77	0.02	0.01	0.29	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04	
34/583	Булочка домашняя	50	3.82	6.18	25.86	174.26	28.830	0.045	0.047	0.065	0.178	0.435	21.402	6.242	41.419	53.819	0.002	0.002	0.003	
	Итого	230	9.62	12.58	33.86	292.26	72.830	0.105	0.387	1.465	0.278	0.635	261.402	34.242	231.419	345.819	0.020	0.006	0.043	
Ужин																				
42/343	Рыба по-польски	60	10.57	5.07	4.41	105.58	31.032	0.060	0.121	0.159	0.479	0.797	38.746	28.427	148.113	216.945	0.071	0.012	0.324	
61/431	Картофель тушеный	120	2.09	2.99	15.39	96.81	277.6	0.09	0.064	7.98	0	0.907	16.025	26.631	61.013	472.287	0.005	0	0.037	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143	
	Итого	475	15.11	8.45	41.34	304.82	318.55	0.23	0.22	44.32	0.48	2.72	103.90	73.52	245.12	875.79	0.08	0.01	0.75	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		61.23	57.29	215.56	1636.35	682.36	0.72	1.20	71.71	1.33	12.29	752.56	242.60	1052.39	2806.54	0.26	0.04	1.22	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		145.79	121.89	106.18	116.88	151.635	90.500	133.222	159.360	13.320	122.920	94.070	303.250	150.342	701.635	3671.429	273.333	87.429	

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																				
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя третья, день 1																				
Завтрак																				
112/171	Суп молочный с макаронными изделиями	130	4.27	3.51	13.37	102.19	18.954	0.047	0.145	0.608	0.052	0.253	126.166	15.811	99.823	152.721	0.010	0.002	0.034	
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2.55	2.93	24.72	136.69	15.980	0.027	0.131	0.340	0.017	0.159	111.370	16.835	84.150	165.023	0.002	0.002	0.133	
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019	
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003	
	Итого	376	13.18	14.94	48.28	381.40	124.334	0.119	0.427	0.948	1.027	1.514	262.336	39.796	265.763	384.384	0.020	0.016	0.189	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11.38	4.78	10.96	132.39	94.210	0.124	0.099	4.367	5.668	0.771	22.555	29.197	126.985	391.685	0.025	0.021	0.327	
6/375	Плов с мясом	130	12.51	10.14	23.63	235.65	130.65	0.047	0.082	0.624	0.029	1.011	22.19	20.69	125.57	144.023	0.003	0.004	0.072	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	565	26.45	15.36	63.75	501.16	228.140	0.216	0.199	9.391	5.697	2.854	73.345	64.099	296.219	649.880	0.030	0.027	0.549	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0.84	0.99	23.19	106.20	0.900	0.010	0.012	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	210	6.64	7.39	31.19	224.20	44.900	0.070	0.352	1.400	0.100	0.650	244.800	31.000	200.800	334.000	0.018	0.004	0.040	
Ужин																				
76/82	Винегрет овощной	40	0.65	4.06	3.01	51.32	51.123	0.020	0.014	2.090	0.000	0.294	8.097	7.190	17.213	84.677	0.001	0.000	0.007	
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051	
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
	Итого	410	14.84	15.99	30.02	323.99	193.68	0.13	0.40	2.54	1.82	3.60	140.85	36.43	245.03	331.02	0.02	0.03	0.31	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
	Итого за день		62.91	53.85	178.46	1463.15	681.05	0.58	1.44	32.28	8.64	9.96	744.97	193.58	1067.66	2131.55	0.21	0.07	1.09	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		149.78	114.58	87.91	104.51	151.345	73.000	159.556	71.724	86.440	99.610	93.122	241.975	152.523	532.888	3014.286	480.000	77.643	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя третья, день 2																			
Завтрак																			
15/230	Каша манная молочная жидкая	150	3.86	3.36	16.72	112.54	16.740	0.040	0.103	0.299	0.054	0.231	89.835	12.849	75.742	115.709	0.006	0.001	0.062
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.2	20.1	88.75	0	0.029	0.003	0.06	0	0.431	6.68	4.34	17.33	38.73	0.001	0.002	0.004
	Итого	367	8.41	5.60	45.19	263.49	27.980	0.094	0.210	0.801	0.080	0.989	192.851	33.190	166.753	273.222	0.014	0.004	0.187
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0.70	2.68	2.34	36.32	293.400	0.021	0.019	1.042	0.000	0.232	8.190	10.525	19.136	51.510	0.001	0.000	0.012
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	3.29	3.03	11.91	88.21	86.370	0.059	0.053	5.270	0.027	0.684	21.391	17.845	55.193	291.982	0.004	0.001	0.132
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10.25	7.64	3.56	124.24	2969.770	0.131	1.044	7.840	0.715	3.558	14.327	10.405	167.968	148.661	0.004	0.020	0.129
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	615	19.07	16.31	62.66	474.59	3375.04	0.34	1.21	22.57	0.79	6.65	101.36	77.60	348.28	1129.08	0.02	0.02	0.48
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
23/583	Сушка на сметане	50	4.56	4.28	29.20	173.53	23.472	0.049	2.044	0.026	0.147	0.524	20.962	6.669	43.574	57.262	0.002	0.003	0.005
	Итого	230	10.36	10.68	37.20	291.53	67.472	0.109	2.384	1.426	0.247	0.724	260.962	34.669	233.574	349.262	0.020	0.007	0.045
Ужин																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	415	13.60	9.39	37.71	292.33	73.42	0.12	0.14	124.67	0.00	3.17	93.97	46.85	160.35	595.92	0.01	0.01	0.24
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		51.84	42.38	192.56	1368.94	3548.91	0.69	3.97	159.46	1.11	13.81	676.19	201.96	922.21	2625.74	0.18	0.04	0.96
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		123.43	90.16	94.86	97.78	788.647	86.625	440.667	354.360	11.130	138.120	84.523	252.450	131.744	656.436	2600.000	273.333	68.643

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
																				г
Неделя третья, день 3																				
Завтрак																				
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008	
	Итого	354	10.50	10.01	39.79	291.68	63.140	0.139	0.263	1.692	0.154	1.262	226.090	44.262	222.897	364.509	0.018	0.010	0.135	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4.16	4.8	6.85	87.23	35.2	0.064	0.272	1.12	0.048	0.16	192	22.4	144	233.6	0.015	0.003	0.032	
	Итого	160	4.16	4.80	6.85	87.23	35.200	0.064	0.272	1.120	0.048	0.160	192.000	22.400	144.000	233.600	0.015	0.003	0.032	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
101/154,175	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	6.59	5.38	9.90	114.35	79.700	0.071	0.081	5.240	0.058	1.274	16.089	21.572	86.990	388.930	0.005	0.001	0.133	
40/409	Птица отварная	55	13.04	0.83	0.06	62.70	9.350	0.027	0.102	0.000	0.165	0.470	6.050	13.750	100.650	123.200	0.000	0.012	0.000	
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.65	2.25	21.48	120.94	710.100	0.064	0.048	2.460	0.039	0.838	28.548	26.369	54.625	155.496	0.003	0.000	0.173	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	600	25.84	8.90	60.60	431.11	802.430	0.207	0.249	12.100	0.262	3.654	79.287	75.903	285.929	781.798	0.010	0.015	0.456	
Полдник																				
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157	
98/560,626,627	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	7.21	3.33	23.44	152.58	18.142	0.050	0.075	0.087	0.134	0.496	43.172	9.459	72.983	66.492	0.003	0.008	0.008	
	Итого	230	7.30	3.36	28.59	173.79	18.142	0.053	0.078	1.167	0.134	0.605	53.076	13.348	74.710	84.395	0.003	0.008	0.165	
Ужин																				
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	40	1.76	4.10	2.84	55.30	15.600	0.010	0.046	0.600	0.220	0.317	14.898	4.280	27.239	44.198	0.002	0.003	0.010	
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7.83	7.92	12.67	153.19	322.854	0.086	0.118	25.280	0.070	1.803	67.258	39.054	119.051	579.074	0.008	0.012	0.070	
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237	
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	415	12.68	12.47	41.48	329.33	338.93	0.14	0.18	26.76	0.29	3.70	104.18	56.52	188.74	702.60	0.01	0.02	0.33	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		60.48	39.54	177.31	1313.14	1257.84	0.61	1.04	42.84	0.89	9.47	665.68	213.10	918.53	2167.17	0.18	0.05	1.12	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		143.99	84.13	87.34	93.80	279.520	75.875	115.778	95.204	8.880	94.650	83.210	266.369	131.218	541.792	2542.857	353.333	79.714	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя третья, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008
	Итого	414	19.22	18.05	29.32	356.94	198.93	0.16	0.53	2.45	1.92	2.74	238.19	46.81	326.34	368.81	0.03	0.03	0.18
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
87/59,22	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)	40	0.59	3.05	5.72	52.65	0.590	0.010	0.014	1.360	0.000	0.550	14.590	21.390	18.390	115.720	0.020	0.000	0.016
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	150	4.73	3.81	8.24	86.12	78.650	0.031	0.033	0.470	0.019	0.453	12.892	8.453	41.220	66.723	0.001	0.000	0.143
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8.39	4.99	8.15	111.08	14.380	0.076	0.084	0.322	0.236	0.746	35.658	24.321	116.062	179.529	0.055	0.009	0.254
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
74/699	Лимонный напиток	180	0.12	0.01	14.00	56.60	0.168	0.004	0.002	2.240	0.000	0.114	13.817	3.193	2.685	19.314	0.000	0.000	0.176
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	605	19.33	15.00	77.32	522.54	105.968	0.267	0.226	12.640	0.299	4.007	114.719	89.938	290.470	954.553	0.085	0.013	0.635
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0.84	0.99	23.19	106.20	0.900	0.010	0.012	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	210	6.64	7.39	31.19	224.20	44.900	0.070	0.352	1.400	0.100	0.650	244.800	31.000	200.800	334.000	0.018	0.004	0.040
Ужин																			
63/325	Пудинг творожный	130	21.95	7.88	28.51	272.74	37.404	0.058	0.256	0.196	0.277	1.027	157.506	58.552	227.666	199.262	0.010	0.029	0.060
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.) ¹	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224
	Итого	415	24.22	9.47	46.77	372.05	55.05	0.13	0.36	36.60	0.29	1.86	246.64	80.21	290.57	431.59	0.01	0.03	0.43
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		71.21	50.09	189.82	1508.13	494.85	0.68	1.52	71.09	2.61	10.61	867.99	270.22	1168.03	2521.23	0.27	0.08	1.29
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		169.55	106.58	93.51	107.72	109.967	84.625	168.778	157.978	26.100	106.050	108.499	337.770	166.861	630.307	3785.714	506.667	91.929

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя третья, день 5																				
Завтрак																				
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	130	6.96	6.27	29.57	202.52	30.780	0.060	0.043	0.028	0.161	0.736	86.187	9.448	79.622	55.344	0.001	0.001	0.009	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092	
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2.71	4.57	17.29	121.07	27	0.039	0.008	0	0.078	0.397	8.44	4.9	24.55	34.11	0.001	0.002	0.005	
	Итого	351	12.09	12.75	56.42	388.72	69.000	0.130	0.155	0.470	0.265	1.298	189.197	29.538	180.415	233.380	0.009	0.006	0.106	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4.16	4.8	6.85	87.23	35.2	0.064	0.272	1.12	0.048	0.16	192	22.4	144	233.6	0.015	0.003	0.032	
	Итого	160	4.16	4.80	6.85	87.23	35.200	0.064	0.272	1.120	0.048	0.160	192.000	22.400	144.000	233.600	0.015	0.003	0.032	
Обед																				
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	7.07	3.27	1.94	65.69	10.050	0.058	0.049	1.362	0.110	0.697	17.940	31.421	93.115	121.748	0.099	0.016	0.003	
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3.14	3.19	10.70	83.95	84.510	0.057	0.051	4.448	0.027	0.668	21.480	16.640	57.245	285.943	0.003	0.001	0.131	
26/ТТК	Субпродукты в соусе	60	13.32	5.69	5.61	126.89	3879.050	0.171	1.355	10.304	0.989	4.685	10.813	13.320	215.648	184.999	0.004	0.027	0.199	
21/421	Рис отварной с овощами	110	2.67	3.47	24.53	139.98	234.900	0.033	0.030	1.220	0.065	0.523	18.817	24.308	58.800	91.757	0.002	0.005	0.200	
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.24	0.24	28.79	119.79	0.000	0.012	0.024	1.178	0.000	0.248	14.884	6.607	7.262	0.292	0.000	0.000	0.056	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	605	28.56	16.18	87.91	613.56	4208.51	0.37	1.52	18.51	1.19	7.57	90.53	98.40	460.22	727.29	0.11	0.05	0.60	
Полдник																				
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.901	34.514	0.081	0.008	0.02	97.5	0	0.21	13.679	3.105	1.206	0.125	0	0	0.193	
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	2.25	1.64	17.28	92.86	8.920	0.027	0.027	0.052	0.073	0.333	12.762	4.103	24.587	38.807	0.001	0.002	0.002	
	Итого	230	2.49	1.75	25.18	127.37	9.001	0.035	0.047	97.552	0.073	0.543	26.441	7.208	25.793	38.932	0.001	0.002	0.195	
Ужин																				
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	40	1.76	4.10	2.84	55.30	15.600	0.010	0.046	0.600	0.220	0.317	14.898	4.280	27.239	44.198	0.002	0.003	0.010	
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062	
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.033	0.002	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.002	0.002	0.005	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241	
	Итого	420	23.19	20.68	51.13	484.03	54.12	0.16	0.25	7.24	0.58	4.84	94.78	54.34	276.51	609.69	0.02	0.01	0.33	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
	Итого за день	70.48	56.16	227.49	1700.91	4375.83	0.75	2.24	124.90	2.16	14.50	604.00	212.54	1089.19	1843.16	0.27	0.08	1.26		
	Суточная потребность	42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	80.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности	167.82	119.50	112.07	121.49	972.406	94.250	248.333	277.549	21.610	144.970	75.500	265.675	155.598	460.790	3857.143	506.667	89.714		

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																				
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя четвертая, день 1																				
Завтрак																				
15/230	Каша манная молочная жидкая	130	3.35	2.91	14.49	97.54	14.510	0.035	0.089	0.259	0.047	0.200	77.857	11.136	65.643	100.281	0.005	0.001	0.054	
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2.55	2.93	24.72	136.69	15.980	0.027	0.131	0.340	0.017	0.159	111.370	16.835	84.150	165.023	0.002	0.002	0.133	
27(99,100)83(12)	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (35/5/10)	41	2.71	4.57	17.29	121.07	27	0.039	0.008	0	0.078	0.397	8.44	4.9	24.55	34.11	0.001	0.002	0.005	
	Итого	351	8.61	10.41	56.50	355.30	57.490	0.101	0.228	0.599	0.142	0.756	197.667	32.871	174.343	299.414	0.008	0.005	0.192	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	40	0.95	6.31	2.40	70.27	8.170	0.008	0.022	0.500	0.110	4.630	15.170	48.840	25.330	286.160	0.085	0.001	0.004	
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3.03	2.96	9.65	77.33	82.610	0.041	0.051	4.670	0.027	0.953	31.823	18.865	51.630	282.130	0.005	0.000	0.140	
48/373	Гуляш	60	11.29	8.56	1.13	126.58	19.500	0.025	0.071	0.315	0.000	0.690	13.972	2.400	81.930	102.810	0.003	0.000	0.001	
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5.96	4.60	26.04	169.38	14.100	0.155	0.084	0.000	0.065	2.924	13.057	87.653	130.937	158.779	0.001	0.003	0.076	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	605	23.47	22.83	67.70	571.48	125.66	0.27	0.24	7.89	0.20	10.03	93.42	166.37	323.89	887.65	0.10	0.01	0.37	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04	
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.000	0.032	0.012	0.000	0.000	0.400	4.600	6.800	17.800	27.200	0.001	0.001	0.003	
	Итого	200	7.40	6.60	17.82	165.60	44.000	0.092	0.352	1.400	0.100	0.600	244.600	34.800	207.800	319.200	0.019	0.005	0.043	
Ужин																				
69/359	Сельдь с луком репчатым	60	8.29	7.61	0.74	104.94	9.600	0.014	0.064	0.900	14.400	0.600	41.190	20.460	134.890	118.950	0.000	0.000	0.003	
41/431	Картофель отварной	120	2.22	3.55	17.27	109.92	15.590	0.101	0.069	9.280	0.065	0.917	11.264	23.212	59.839	547.949	0.005	0.000	0.031	
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
	Итого	400	13.22	11.57	41.52	323.95	25.67	0.16	0.15	11.06	14.47	3.04	73.48	56.16	233.93	741.57	0.01	0.00	0.28	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		54.50	51.59	188.76	1448.73	342.82	0.67	1.02	38.95	14.91	15.77	632.81	312.46	999.81	2680.11	0.25	0.02	0.89	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		129.76	109.76	92.99	103.48	76.181	83.750	113.444	86.549	149.090	157.710	79.101	390.576	142.831	670.027	3571.429	120.000	63.357	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя четвертая, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	150	4.88	4.20	12.93	109.05	21.990	0.070	0.179	0.702	0.060	0.708	145.330	33.974	132.023	195.507	0.011	0.003	0.039
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.2	20.1	88.75	0	0.029	0.003	0.06	0	0.431	6.68	4.34	17.33	38.73	0.001	0.002	0.004
	Итого	367	9.43	6.44	41.40	260.00	33.230	0.124	0.286	1.204	0.086	1.466	248.346	54.315	223.034	353.020	0.019	0.006	0.164
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
79/ТТК	Салат "Овощная мозайка"	40	0.59	3.07	3.12	42.62	110.553	0.022	0.016	2.135	0.000	0.252	7.035	7.707	17.469	89.954	0.001	0.000	0.009
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2.98	2.95	7.90	70.03	105.150	0.040	0.049	6.168	0.027	0.801	31.591	17.519	48.018	268.596	0.005	0.001	0.130
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8.39	4.99	8.15	111.08	14.380	0.076	0.084	0.322	0.236	0.746	35.658	24.321	116.062	179.529	0.055	0.009	0.254
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	615	16.79	13.96	64.01	449.55	255.58	0.27	0.25	17.04	0.31	3.97	131.74	88.37	287.53	1175.00	0.07	0.01	0.60
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
75/574	Крендель сахарный	50	3.76	5.37	25.69	166.13	26.460	0.044	0.046	0.052	0.182	0.446	18.835	5.950	40.438	51.236	0.002	0.002	0.004
	Итого	230	9.56	11.77	33.69	284.13	70.460	0.104	0.386	1.452	0.282	0.646	258.835	33.950	230.438	343.236	0.020	0.006	0.044
Ужин																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	415	13.60	9.39	37.71	292.33	73.42	0.12	0.14	124.67	0.00	3.17	93.97	46.85	160.35	595.92	0.01	0.01	0.24
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		49.78	41.96	186.61	1333.02	437.69	0.65	1.08	154.36	0.68	11.54	759.93	233.14	914.60	2745.44	0.24	0.03	1.06
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		118.52	89.29	91.93	95.22	97.265	80.625	119.667	343.031	6.750	115.360	94.991	291.423	130.657	686.361	3414.286	206.667	75.500

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя четвертая, день 3																				
Завтрак																				
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008	
	Итого	354	10.50	10.01	39.79	291.68	63.14	0.14	0.26	1.69	0.15	1.26	226.09	44.26	222.90	364.51	0.02	0.01	0.14	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4.16	4.8	6.85	87.23	35.2	0.064	0.272	1.12	0.048	0.16	192	22.4	144	233.6	0.015	0.003	0.032	
	Итого	160	4.16	4.80	6.85	87.23	35.200	0.064	0.272	1.120	0.048	0.160	192.000	22.400	144.000	233.600	0.015	0.003	0.032	
Обед																				
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	40	7.67	5.58	1.42	86.61	12.480	0.059	0.058	1.034	0.176	0.611	20.080	32.527	102.943	113.932	0.105	0.018	0.006	
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5.41	2.60	12.24	94.04	78.198	0.048	0.056	3.200	0.026	1.307	24.809	21.800	63.156	283.405	0.002	0.000	0.125	
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002	
70/325	Азу	60	8.81	8.43	2.62	121.68	5.100	0.031	0.064	1.420	0.000	1.310	10.572	13.024	88.958	170.878	0.003	0.000	0.029	
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.65	2.25	21.48	120.94	710.100	0.064	0.048	2.460	0.039	0.838	28.548	26.369	54.625	155.496	0.003	0.000	0.173	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	605	27.78	19.26	66.24	551.19	807.16	0.24	0.24	10.51	0.24	4.90	103.41	102.33	343.75	781.48	0.12	0.02	0.48	
Полдник																				
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241	
81/596	Творожники песочные	50	5.67	7.41	21.26	174.42	37.520	0.035	0.072	0.035	0.246	0.444	32.771	6.934	59.534	46.961	0.002	0.007	0.008	
	Итого	230	5.84	7.45	25.83	193.75	37.935	0.036	0.080	0.118	0.246	1.140	44.651	12.143	66.378	67.670	0.002	0.007	0.249	
Ужин																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000	
82/355	Тефтели рыбные	60	7.44	3.85	4.77	83.48	10.188	0.048	0.077	0.483	0.151	0.458	43.226	23.460	112.574	183.754	0.054	0.007	0.248	
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030	
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007	
	Итого	420	12.94	6.89	35.54	259.91	114.37	0.22	0.23	28.73	0.20	3.36	96.19	77.14	263.74	1202.87	0.06	0.01	0.29	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00	
			Б	Ж	У	Эн/л	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		61.22	48.41	174.25	1383.76	1057.80	0.70	1.08	42.18	0.88	10.90	673.38	258.94	1043.01	2650.40	0.33	0.05	1.18	
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400	
	Процент удовлетворения суточной потребности		145.77	103.00	85.84	98.84	235.067	87.375	119.556	93.722	8.840	109.040	84.172	323.673	149.001	662.601	4728.571	326.667	84.571	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя четвертая, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002
16/510,511	Какао с молоком	180	2.60	2.04	8.37	62.20	11.240	0.025	0.104	0.442	0.026	0.327	96.336	16.001	73.681	118.783	0.007	0.001	0.121
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003
	Итого	396	16.86	18.08	24.30	327.12	192.38	0.14	0.50	2.41	1.92	2.61	222.09	43.34	299.63	350.24	0.03	0.03	0.18
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
54/ТТК	Салат "Сытный"	40	1.41	2.96	1.46	38.12	14.610	0.014	0.044	1.864	0.198	0.345	11.413	4.990	25.630	62.600	0.002	0.002	0.007
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11.38	4.78	10.96	132.39	94.210	0.124	0.099	4.367	5.668	0.771	22.555	29.197	126.985	391.685	0.025	0.021	0.327
113/284	Запеканка картофельная с мясом	132	10.64	6.16	18.33	171.34	248.178	0.134	0.159	9.580	0.183	2.227	23.091	38.841	159.616	675.039	0.010	0.016	0.071
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.24	0.24	28.79	119.79	0.000	0.012	0.024	1.178	0.000	0.248	14.884	6.607	7.262	0.292	0.000	0.000	0.056
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	587	26.77	14.66	84.84	580.89	357.00	0.34	0.34	16.99	6.05	4.92	82.14	89.74	366.04	1200.77	0.04	0.04	0.48
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	30	0.84	0.99	23.19	106.20	0.900	0.010	0.012	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	210	6.64	7.39	31.19	224.20	44.900	0.070	0.352	1.400	0.100	0.650	244.800	31.000	200.800	334.000	0.018	0.004	0.040
Ужин																			
93/319	Запеканка из творога	130	26.44	9.81	18.41	267.75	50.885	0.057	0.321	0.431	0.217	0.673	218.057	30.540	276.276	173.568	0.014	0.034	0.044
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224
	Итого	415	28.71	11.40	36.67	367.06	68.54	0.13	0.42	36.83	0.23	1.50	307.19	52.20	339.18	405.90	0.02	0.03	0.41
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		80.78	51.71	182.22	1531.67	752.81	0.73	1.67	75.63	8.30	11.03	879.87	238.53	1265.50	2723.18	0.22	0.11	1.11
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		192.33	110.02	89.76	109.41	167.292	91.500	185.667	168.064	83.020	110.250	109.983	298.164	180.786	680.795	3185.714	706.667	79.143

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя четвертая, день 5																			
Завтрак																			
45/275	Каша"Дружба"	130	4.09	3.67	16.95	117.12	18.260	0.055	0.124	0.507	0.055	0.346	106.530	21.427	104.070	139.234	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	2.42	1.91	9.56	65.13	11.220	0.031	0.104	0.442	0.026	0.165	94.570	15.190	76.243	143.926	0.007	0.003	0.092
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.93	4.42	14.94	115.64	33.550	0.037	0.033	0.045	0.076	0.367	21.540	6.270	41.510	38.730	0.002	0.005	0.008
	Итого	354	10.44	10.00	41.45	297.89	63.030	0.123	0.261	0.994	0.157	0.878	222.640	42.887	221.823	321.890	0.017	0.011	0.138
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	160	4.16	4.8	6.85	87.23	35.2	0.064	0.272	1.12	0.048	0.16	192	22.4	144	233.6	0.015	0.003	0.032
	Итого	160	4.16	4.80	6.85	87.23	35.200	0.064	0.272	1.120	0.048	0.160	192.000	22.400	144.000	233.600	0.015	0.003	0.032
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0.32	0.04	0.68	5.20	2.000	0.008	0.008	2.000	0.000	0.240	9.200	5.600	9.600	56.400	0.000	0.000	0.000
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3.14	3.19	10.70	83.95	84.510	0.057	0.051	4.448	0.027	0.668	21.480	16.640	57.245	285.943	0.003	0.001	0.131
65/417	Котлеты, биточки, шницели куриные	60	8.99	9.18	5.67	141.25	23.472	0.042	0.076	0.435	0.057	0.624	25.098	10.562	81.041	114.930	0.003	0.001	0.055
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5.96	4.60	26.04	169.38	14.100	0.155	0.084	0.000	0.065	2.924	13.057	87.653	130.937	158.779	0.001	0.003	0.076
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	605	20.62	17.36	64.58	498.24	124.08	0.30	0.23	7.96	0.15	5.31	85.34	130.44	308.70	676.51	0.01	0.01	0.43
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
102/622,623,562	Пирожок печеный из слоеного теста с яблоками (или ягодой)	50	3.23	3.58	21.74	132.09	18.908	0.040	0.045	0.728	0.137	0.688	21.205	6.619	37.581	84.687	0.002	0.003	0.005
	Итого	230	8.14	7.54	29.60	218.81	42.668	0.092	0.261	1.664	0.191	0.845	211.285	28.543	178.521	302.811	0.016	0.006	0.037
Ужин																			
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	20	0.60	3.30	1.33	37.48	15.650	0.006	0.018	0.032	0.027	0.047	15.872	1.710	11.663	20.534	0.002	0.000	0.003
90/89,90	Бутерброд с отварными мясopодуктами (язычком)	40	7.47	5.28	9.84	116.76	0.000	0.041	0.049	0.000	0.000	1.084	6.880	9.840	73.160	122.920	0.003	0.001	0.023
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
	Итого	410	27.22	24.92	44.70	512.47	54.17	0.16	0.26	6.68	0.39	5.33	96.64	57.41	314.59	681.04	0.02	0.01	0.34
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		70.58	64.62	187.18	1614.64	319.15	0.74	1.29	18.42	0.94	12.61	818.94	282.34	1169.89	2216.12	0.19	0.04	0.97
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		168.04	137.49	92.21	115.33	70.921	92.750	143.000	40.924	9.360	126.070	102.368	352.928	167.126	554.030	2757.143	246.667	69.357

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

	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
	Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	Р	К	Ј	Se	F
	г	г	г		ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Итого за 20 дней	1262.11	969.60	3798.26	29129.35	25599.32	13.62	31.91	1566.00	75.68	239.87	14701.93	4836.00	21016.35	50427.73	4.57	1.11	21.74
Итого за 1 дней	63.11	48.48	189.91	1456.47	1279.966	0.681	1.595	78.300	3.784	11.994	735.097	241.800	1050.818	2521.387	0.229	0.056	1.087
Суточная потребность	42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
Процент удовлетворения суточной потребности	150.25	103.15	93.55	104.03	284.437	85.125	177.267	174.000	37.839	119.937	91.887	302.250	150.117	630.347	3265.714	370.667	77.646

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																				
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
			г	г	г	г	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	
Неделя первая, день 1																				
Завтрак																				
15/230	Каша манная молочная жидкая	200	5.15	4.47	22.29	150.05	22.320	0.054	0.137	0.398	0.072	0.308	119.780	17.132	100.989	154.278	0.008	0.002	0.083	
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	2.57	2.94	25.89	140.52	15.980	0.029	0.131	0.340	0.017	0.177	112.399	17.806	86.064	173.109	0.002	0.002	0.150	
27(99,100)83(12)	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004	
	Итого	431	9.67	11.90	60.56	388.14	65.300	0.111	0.275	0.738	0.167	0.772	238.619	38.438	205.103	352.197	0.011	0.006	0.237	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000	
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200	3.43	3.80	8.67	82.57	112.593	0.053	0.056	10.264	0.004	0.719	35.643	18.818	52.712	322.793	0.004	0.001	0.152	
6/375	Плов с мясом	200	19.24	15.6	36.36	362.53	201	0.072	0.127	0.96	0.044	1.556	34.136	31.832	193.18	221.578	0.006	0.007	0.111	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	695	25.95	19.95	81.91	613.45	317.53	0.18	0.21	16.42	0.05	3.62	104.75	68.26	301.80	686.58	0.01	0.01	0.43	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036	
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.000	0.080	0.030	0.000	0.000	1.000	11.500	17.000	44.500	68.000	0.003	0.003	0.008	
	Итого	250	9.46	4.90	33.28	215.36	26.400	0.138	0.270	1.040	0.060	1.174	222.700	41.360	201.100	310.360	0.019	0.006	0.044	
Ужин																				
76/82	Винегрет овощной	60	0.65	4.06	3.01	51.32	76.685	0.030	0.021	3.135	0.000	0.441	12.146	10.785	25.820	127.016	0.002	0.000	0.011	
82/355	Тефтели рыбные	70	8.68	4.49	5.57	97.39	11.890	0.056	0.090	0.564	0.176	0.535	50.431	27.370	131.337	214.379	0.063	0.008	0.290	
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038	
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	505	13.81	12.14	45.32	346.36	104.38	0.23	0.23	15.07	0.23	3.59	116.77	77.92	271.50	1037.86	0.08	0.01	0.61	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		60.69	49.08	226.29	1595.71	603.61	0.71	1.04	51.27	0.51	10.56	713.85	248.68	1040.86	2819.44	0.32	0.03	1.33	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		112.39	81.80	86.70	88.65	120.722	79.222	103.500	102.542	5.060	105.610	79.316	124.338	130.107	469.907	318.000	170.000	66.350	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг
Неделя первая, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.20	20.10	88.75	0.000	0.029	0.003	0.060	0.000	0.431	6.680	4.340	17.330	38.730	0.001	0.002	0.004
	Итого	437	11.12	7.87	46.64	300.61	40.570	0.148	0.346	1.438	0.106	1.753	298.079	66.765	268.467	421.345	0.023	0.007	0.198
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
58/58	Салат из свежесыра с чесноком и сыром	30	1.22	2.92	2.95	43.11	9.080	0.007	0.021	1.509	0.029	0.480	38.530	8.134	29.049	90.368	0.002	0.001	0.006
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	200	5.94	4.03	15.21	120.94	142.489	0.100	0.133	7.920	0.399	1.251	30.807	27.618	98.391	504.832	0.008	0.007	0.153
103/284	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	153	10.69	5.78	23.48	188.68	2498.820	0.221	0.877	16.993	0.675	3.943	25.396	41.450	208.000	765.938	0.009	0.016	0.138
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.71	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	628	20.97	13.16	77.79	514.32	2666.37	0.37	1.05	26.62	1.10	7.35	130.40	97.13	386.17	2526.19	0.02	0.03	0.49
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4.06	2.94	31.11	167.14	16.056	0.048	0.049	0.094	0.131	0.599	22.971	7.385	44.257	69.853	0.002	0.003	0.004
	Итого	260	9.52	7.34	39.84	263.50	42.456	0.106	0.289	1.134	0.191	0.773	234.171	31.745	200.857	312.213	0.018	0.006	0.040
Ужин																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	455	14.36	9.51	44.16	322.79	73.94	0.13	0.15	144.67	0.00	3.47	99.97	50.38	170.84	621.84	0.01	0.01	0.27
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		56.37	38.28	218.23	1448.21	2828.34	0.79	1.85	183.86	1.40	15.69	797.02	256.12	1041.08	4160.04	0.28	0.05	1.00
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		104.39	63.80	83.61	80.46	565.667	88.000	185.300	367.724	14.000	156.870	88.558	128.059	130.135	693.340	275.000	235.000	50.100

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
																				г
Неделя первая, день 3																				
Завтрак																				
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010	
	Итого	453	13.21	11.92	53.28	373.80	73.79	0.14	0.34	1.31	0.19	0.97	290.91	53.09	283.66	406.20	0.02	0.02	0.18	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04	
	Итого	180	5.80	6.40	8.00	118.00	44.000	0.060	0.340	1.400	0.100	0.200	240.000	28.000	190.000	292.000	0.018	0.004	0.040	
Обед																				
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	60	11.51	8.37	2.13	129.92	18.720	0.089	0.087	1.551	0.264	0.917	30.120	48.791	154.415	170.898	0.158	0.027	0.009	
108/101	Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом	200	3.65	2.85	11.41	85.85	103.360	0.072	0.066	5.009	0.042	1.016	21.259	24.447	68.122	332.100	0.004	0.004	0.153	
40/409	Птица отварная	70	16.59	1.05	0.07	79.80	11.900	0.034	0.130	0.000	0.210	0.602	7.770	17.500	128.100	156.800	0.000	0.015	0.000	
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	725	39.61	15.84	78.93	622.34	1103.74	0.33	0.36	12.62	0.57	4.72	121.55	137.31	469.04	943.55	0.17	0.05	0.57	
Полдник																				
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274	
92/561,632	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	60	6.67	7.27	29.82	177.80	20.292	0.050	0.077	0.393	0.585	0.566	18.252	9.789	75.418	95.039	0.009	0.003	0.069	
	Итого	260	6.87	7.32	35.31	201.01	20.79	0.05	0.08	0.49	0.59	1.40	31.81	15.91	83.66	119.99	0.01	0.00	0.34	
Ужин																				
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2.63	6.15	4.26	82.95	23.400	0.015	0.069	0.900	0.330	0.476	22.347	6.420	40.859	66.297	0.003	0.005	0.015	
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062	
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0.000	0.003	0.003	1.200	0.000	0.122	11.030	4.324	1.919	19.903	0.000	0.000	0.175	
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	465	24.24	22.78	56.34	528.03	61.50	0.17	0.26	8.66	0.69	4.57	102.28	56.59	289.80	638.13	0.02	0.02	0.27	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		89.72	64.25	231.87	1843.17	1303.82	0.75	1.39	24.48	2.14	12.01	804.96	292.00	1319.91	2400.31	0.43	0.09	1.40	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		166.16	107.09	88.84	102.40	260.763	83.000	138.700	48.950	21.360	120.070	89.440	146.000	164.989	400.052	433.000	435.000	69.950	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	431	17.59	18.17	28.28	346.82	195.39	0.16	0.51	2.81	1.92	2.78	226.14	46.99	309.70	366.27	0.03	0.03	0.20
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	60	1.43	9.47	3.60	105.41	12.260	0.012	0.033	0.750	0.165	6.945	22.755	73.260	37.995	429.240	0.128	0.002	0.006
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11.38	4.78	10.96	132.39	94.210	0.124	0.099	4.367	5.668	0.771	22.555	29.197	126.985	391.685	0.025	0.021	0.327
57/ТТК	Суфле из субпродуктов	70	14.35	9.12	6.62	165.92	3542.000	0.173	1.303	10.124	1.171	4.677	36.728	17.227	239.877	228.940	0.008	0.028	0.158
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
74/699	Лимонный напиток	200	0.14	0.01	15.88	64.17	0.192	0.005	0.003	2.560	0.000	0.130	15.513	3.593	3.068	22.070	0.000	0.001	0.196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	730	34.26	27.32	89.19	740.93	3663.89	0.50	1.55	28.11	7.06	15.22	145.00	164.18	548.88	1789.68	0.17	0.06	0.75
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.017	0.022	0.000	0.000	0.825	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.00	6.22	51.25	291.06	28.050	0.075	0.262	1.040	0.060	0.999	220.000	29.860	176.400	319.360	0.016	0.003	0.036
Ужин																			
62/326	Сырники из творога	200	40.39	12.55	34.28	411.63	61.760	0.091	0.425	0.373	0.272	1.117	278.333	41.787	389.789	209.757	0.016	0.052	0.056
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	515	42.75	14.83	58.99	543.08	77.61	0.14	0.54	10.75	0.29	4.21	379.28	64.84	461.46	597.75	0.02	0.05	0.33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		103.40	66.72	232.93	1954.28	4054.94	0.92	2.92	60.71	9.33	24.60	1001.42	328.56	1557.79	3505.51	0.44	0.14	1.31
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		191.49	111.20	89.24	108.57	810.988	102.556	291.800	121.420	93.310	246.020	111.269	164.281	194.723	584.252	438.000	695.000	65.400

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
																				г
Неделя первая, день 5																				
Завтрак																				
	Каша "Дружба"	200	6.29	5.64	26.07	180.18	28.098	0.085	0.191	0.780	0.084	0.533	163.892	32.964	160.107	214.206	0.013	0.005	0.059	
	36/513,514 Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108	
	3/96,97 Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010	
	Итого	453	13.76	12.04	54.26	380.96	73.268	0.162	0.340	1.287	0.186	1.150	288.674	57.009	292.385	414.078	0.022	0.014	0.177	
2 завтрак																				
	ГП Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
	46/27 Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	1.05	4.02	3.51	54.48	440.100	0.032	0.029	1.563	0.000	0.348	12.285	15.788	28.704	77.265	0.002	0.000	0.018	
	59/149,150 Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6.01	2.89	13.60	104.49	86.887	0.053	0.062	3.556	0.029	1.452	27.566	24.222	70.173	314.894	0.002	0.000	0.139	
	60/176 Гренки из пшеничного хлеба	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.002	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.002	0.002	0.003	
	42/343 Рыба по-польски	70	12.33	5.92	5.15	123.17	36.204	0.070	0.141	0.186	0.559	0.930	45.203	33.165	172.799	253.103	0.083	0.014	0.378	
	21/421 Рис отварной с овощами	150	3.65	4.73	33.45	190.89	320.319	0.045	0.040	1.664	0.089	0.713	25.659	33.148	80.182	125.123	0.002	0.007	0.272	
	109/527 Компот из сухофруктов (кураги и изюма)	200	0.635	0.063	15.015	63.168	31.806	0.016	0	0.144	0	0.503	27.958	36.792	21.46	190.41	0	0	0.204	
	ГП Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018	
	Итого	755	28.03	18.32	105.43	699.95	915.32	0.29	0.29	7.11	0.68	5.67	152.67	156.62	435.57	1055.55	0.09	0.03	1.03	
Полдник																				
	8,9/535,534 Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036	
	23/583 Сушка на сметане	60	5.47	5.14	35.04	208.24	28.170	0.059	2.453	0.031	0.176	0.629	25.154	8.003	52.289	68.714	0.002	0.004	0.006	
	Итого	260	10.93	9.54	43.77	304.60	54.570	0.117	2.693	1.071	0.236	0.803	236.354	32.363	208.889	311.074	0.018	0.007	0.042	
Ужин																				
	84/201,363 Рагу из овощей с мясом	200	10.44	10.56	16.89	204.25	430.472	0.115	0.157	33.707	0.093	2.404	89.677	52.072	158.735	772.099	0.011	0.016	0.093	
	ГП Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005	
	25/501,502,503 Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274	
	14/118 Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
	Итого	530	13.32	11.25	46.94	344.96	435.972	0.180	0.179	43.807	0.093	5.772	125.236	71.395	197.480	1102.948	0.014	0.017	0.380	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		67.84	51.33	255.62	1762.86	1569.13	0.80	3.56	71.28	1.19	14.80	833.94	340.08	1195.67	3316.10	0.35	0.06	1.63	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		125.62	85.56	97.94	97.94	313.825	89.111	355.500	142.556	11.920	148.010	92.659	170.041	149.459	552.683	348.000	320.000	81.550	

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																			
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	г	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 1																			
Завтрак																			
110/232	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6.09	4.47	28.22	177.51	21.308	0.122	0.152	0.512	0.069	1.546	119.903	31.043	162.823	190.826	0.008	0.023	0.077
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	2.57	2.94	25.89	140.52	15.980	0.029	0.131	0.340	0.017	0.177	112.399	17.806	86.064	173.109	0.002	0.002	0.150
27/99,100	Бутерброд с маслом	51	3.47	4.65	22.22	144.57	27.000	0.050	0.008	0.000	0.078	0.507	10.440	6.300	31.050	43.410	0.001	0.003	0.007
	Итого	451	12.13	12.06	76.33	462.60	64.288	0.201	0.291	0.852	0.164	2.230	242.742	55.149	279.937	407.345	0.011	0.028	0.234
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	200	4.39	3.48	14.46	106.67	92.253	0.059	0.063	3.263	0.081	0.652	30.873	14.830	59.497	229.144	0.003	0.001	0.137
48/373	Гуляш	70	13.17	9.98	1.32	147.67	22.750	0.029	0.083	0.368	0.000	0.805	16.300	2.800	95.585	119.945	0.004	0.000	0.001
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8.12	6.27	35.50	230.98	19.228	0.211	0.114	0.000	0.089	3.988	17.805	119.527	178.551	216.517	0.001	0.005	0.104
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	715	28.96	20.28	88.16	653.67	138.17	0.36	0.28	8.83	0.17	6.79	99.95	154.77	389.54	707.81	0.01	0.01	0.41
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.017	0.022	0.000	0.000	0.825	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.94	8.93	51.41	325.81	50.540	0.084	0.400	1.560	0.111	1.047	275.467	36.611	230.911	401.440	0.020	0.004	0.044
Ужин																			
69/359	Сельдь с луком репчатым	70	9.67	8.88	0.87	122.43	11.200	0.017	0.074	1.050	16.800	0.700	48.055	23.870	157.371	138.775	0.000	0.000	0.004
41/431	Картофель отварной	150	2.78	4.44	21.59	137.40	19.487	0.126	0.087	11.600	0.081	1.146	14.080	29.015	74.799	684.936	0.006	0.000	0.039
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
	Итого	455	17.76	13.99	53.64	415.23	120.69	0.25	0.22	30.65	16.88	4.16	85.24	83.69	332.27	1319.36	0.01	0.00	0.06
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		67.19	55.66	279.34	1904.31	378.69	0.93	1.22	51.89	17.33	16.57	737.80	340.31	1247.41	3114.41	0.25	0.04	0.75
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		124.43	92.77	107.02	105.79	75.737	102.778	121.800	103.786	173.260	165.700	81.977	170.156	155.926	519.068	253.000	220.000	37.700

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.20	20.10	88.75	0.000	0.029	0.003	0.060	0.000	0.431	6.680	4.340	17.330	38.730	0.001	0.002	0.004
	Итого	437	11.12	7.87	46.64	300.61	40.570	0.148	0.346	1.438	0.106	1.753	298.079	66.765	268.467	421.345	0.023	0.007	0.198
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.50	76.500	0.012	0.025	3.500	0.000	1.550	20.500	7.500	18.500	157.500	0.000	0.000	0.000
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3.31	3.28	8.78	77.81	116.833	0.044	0.054	6.856	0.030	0.890	35.101	19.466	53.353	298.440	0.006	0.001	0.144
113/284	Запеканка картофельная с мясом	153	12.33	7.14	21.25	198.60	287.661	0.155	0.184	11.104	0.212	2.581	26.765	45.020	185.009	782.432	0.012	0.019	0.082
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.71	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.46	0.50	22.40	105.00	0.000	0.046	0.016	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.004	0.004	0.018
	Итого	673	20.94	15.55	81.23	549.99	496.98	0.28	0.29	21.66	0.24	7.42	122.53	96.91	330.59	2439.18	0.02	0.03	0.43
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
111/569	Шанежка наливная	70	5.60	4.80	31.30	190.86	23.318	0.067	0.066	0.118	0.113	0.588	39.052	10.023	62.910	88.179	0.003	0.003	0.007
	Итого	270	12.00	11.91	40.19	321.97	72.208	0.134	0.444	1.678	0.224	0.810	305.719	41.134	274.021	412.619	0.023	0.007	0.051
Ужин																			
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	180	55.87	9.56	42.47	371.35	51.295	0.088	0.302	0.239	0.312	1.094	185.170	30.541	276.489	164.228	0.011	0.036	0.039
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	480	56.56	10.09	61.75	459.77	56.39	0.13	0.35	127.24	0.31	3.55	216.65	43.08	288.94	442.38	0.01	0.04	0.26
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		102.42	45.60	235.03	1664.74	756.15	0.74	1.48	170.01	0.88	14.94	973.98	270.59	1223.36	4147.97	0.28	0.08	0.94
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		189.67	75.99	90.05	92.49	151.230	82.556	148.200	340.026	8.840	149.350	108.220	135.296	152.920	691.328	282.000	375.000	46.800

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Вторая неделя, день 3																			
Завтрак																			
56/266	Каша"Рябчик"	200	6.45	5.52	23.37	169.05	27.327	0.097	0.201	0.784	0.080	0.863	164.733	41.621	165.859	228.849	0.012	0.004	0.057
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010
	Итого	453	13.92	11.92	51.56	369.83	72.497	0.174	0.350	1.291	0.182	1.480	289.515	65.666	298.137	428.721	0.021	0.013	0.175
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
71/59	Салат "Рубин"	60	0.93	4.61	11.12	90.56	1.518	0.017	0.026	2.040	0.000	0.927	24.741	35.540	30.206	212.793	0.003	0.000	0.023
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	200	5.94	4.03	15.21	120.94	142.489	0.100	0.133	7.920	0.399	1.251	30.807	27.618	98.391	504.832	0.008	0.007	0.153
40/409	Птица отварная	70	16.59	1.05	0.07	79.80	11.900	0.034	0.130	0.000	0.210	0.602	7.770	17.500	128.100	156.800	0.000	0.015	0.000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
	ГП Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
	ГП Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	725	31.32	13.26	91.72	618.07	1125.67	0.29	0.37	16.02	0.66	4.97	125.72	127.23	375.10	1158.17	0.02	0.03	0.58
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
95/583	Манник со сгущенным молоком	90	7.58	9.27	47.77	305.02	53.023	0.067	0.181	0.344	0.258	0.646	125.089	19.288	123.595	188.064	0.006	0.004	0.025
	Итого	290	13.98	16.38	56.66	436.13	101.913	0.134	0.559	1.904	0.369	0.868	391.756	50.399	334.706	512.504	0.026	0.008	0.069
Ужин																			
31/386(88/395)	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	70	12.46	14.13	6.13	201.29	9.128	0.053	0.122	0.305	0.108	1.791	25.340	16.719	135.405	225.551	0.006	0.003	0.043
24/201	Рагу из овощей	130	2.35	1.86	13.29	79.41	158.8	0.076	0.063	14.625	0.033	0.914	34.513	25.545	57.628	463.638	0.005	0.001	0.071
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
	ГП Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
	ГП Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	455	18.57	16.54	51.03	427.81	168.50	0.19	0.21	15.99	0.14	4.63	85.60	58.13	244.93	785.91	0.01	0.01	0.39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		78.19	58.50	260.77	1898.84	1473.58	0.81	1.50	45.20	1.35	14.29	926.99	311.52	1267.61	3163.75	0.28	0.05	1.23
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		144.80	97.50	99.91	105.49	294.715	90.111	150.100	90.400	13.540	142.870	102.999	155.758	158.452	527.292	281.000	265.000	61.350

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг
Вторая неделя, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	431	17.59	18.17	28.28	346.82	195.39	0.16	0.51	2.81	1.92	2.78	226.14	46.99	309.70	366.27	0.03	0.03	0.20
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
	Итого	180	5.80	6.40	8.00	118.00	44.000	0.060	0.340	1.400	0.100	0.200	240.000	28.000	190.000	292.000	0.018	0.004	0.040
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	3.85	2.69	14.79	98.78	126.440	0.070	0.054	5.133	0.026	0.781	19.470	18.354	56.543	322.990	0.003	0.000	0.151
73/374	Жаркое по-домашнему	200	12.89	11.83	18.76	233.01	357.120	0.131	0.144	10.080	0.000	1.721	31.843	34.236	148.333	664.327	0.009	0.000	0.045
74/699	Лимонный напиток	200	0.14	0.01	15.88	64.17	0.192	0.005	0.003	2.560	0.000	0.130	15.513	3.593	3.068	22.070	0.000	0.001	0.196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	720	21.25	15.24	82.52	554.46	486.25	0.28	0.23	20.27	0.03	4.60	91.33	75.98	278.94	1169.99	0.02	0.01	0.41
Полдник																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.017	0.022	0.000	0.000	0.825	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	3.54	2.02	48.32	230.70	101.650	0.077	0.082	20.000	0.000	2.225	22.800	29.500	83.800	557.000	0.000	0.000	0.000
Ужин																			
93/319	Запеканка из творога	180	36.64	13.79	25.03	371.06	71.482	0.079	0.445	0.598	0.304	0.931	302.314	42.294	382.918	240.346	0.019	0.047	0.061
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	495	39.00	16.07	49.74	502.51	87.33	0.13	0.56	10.98	0.32	4.02	403.26	65.34	454.59	628.34	0.02	0.05	0.33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		87.18	57.90	216.86	1752.49	914.62	0.70	1.72	55.46	2.37	13.97	1001.92	246.91	1320.78	3014.04	0.29	0.08	0.98
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		161.44	96.51	83.09	97.36	182.925	78.222	171.700	110.914	23.700	139.680	111.325	123.457	165.098	502.341	286.000	415.000	49.200

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 5																			
Завтрак																			
45/275	Каша "Дружба"	200	6.29	5.64	26.07	180.18	28.098	0.085	0.191	0.780	0.084	0.533	163.892	32.964	160.107	214.206	0.013	0.005	0.059
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010
	Итого	453	13.76	12.04	54.26	380.96	73.268	0.162	0.340	1.287	0.186	1.150	288.674	57.009	292.385	414.078	0.022	0.014	0.177
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
Обед																			
38/71	Салат "Полевой"	60	1.04	4.10	6.05	65.45	129.885	0.041	0.029	3.737	0.000	0.426	9.590	12.545	28.725	183.575	0.002	0.000	0.015
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	200	3.37	3.29	10.72	85.92	91.789	0.046	0.057	5.189	0.030	1.059	35.359	20.961	57.367	313.478	0.006	0.000	0.156
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0.75	4.13	1.66	46.85	19.560	0.007	0.022	0.040	0.034	0.059	19.840	2.138	14.579	25.667	0.002	0.000	0.004
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.24	0.24	28.79	119.79	0.000	0.012	0.024	1.178	0.000	0.248	14.884	6.607	7.262	0.292	0.000	0.000	0.056
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	685	27.37	28.52	99.46	766.91	279.33	0.27	0.33	16.70	0.43	6.38	151.08	91.70	371.46	1101.39	0.02	0.01	0.31
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.40	7.11	8.89	131.11	48.890	0.067	0.378	1.560	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.440	0.020	0.004	0.044
34/583	Булочка домашняя	60	4.58	7.41	31.03	209.11	34.596	0.054	0.056	0.078	0.214	0.522	25.682	7.490	49.703	64.583	0.002	0.002	0.004
	Итого	260	10.98	14.52	39.92	340.22	83.486	0.121	0.434	1.638	0.325	0.744	292.349	38.601	260.814	389.023	0.022	0.006	0.048
Ужин																			
42/343	Рыба по-польски	70	12.33	5.92	5.15	123.17	36.204	0.070	0.141	0.186	0.559	0.930	45.203	33.165	172.799	253.103	0.083	0.014	0.378
61/431	Картофель тушеный	130	2.26	3.24	16.67	104.88	300.73	0.098	0.069	8.65	0	0.983	17.36	28.85	66.097	511.644	0.005	0	0.04
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	530	17.47	9.85	51.87	368.76	342.43	0.23	0.23	18.94	0.56	5.28	98.12	81.34	277.64	1095.60	0.09	0.02	0.71
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Итого за день		72.96	68.63	251.07	1926.22	807.12	0.84	1.56	39.48	1.54	13.83	1004.62	287.95	1323.05	3190.34	0.37	0.05	1.27
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		135.12	114.39	96.20	107.01	161.424	93.111	155.800	78.950	15.370	138.320	111.625	143.974	165.381	531.723	371.000	245.000	63.500

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																				
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя третья, день 1																				
Завтрак																				
112/171	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6.58	5.40	20.57	157.21	29.160	0.072	0.223	0.936	0.080	0.389	194.101	24.325	153.573	234.956	0.015	0.003	0.052	
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	2.57	2.94	25.89	140.52	15.980	0.029	0.131	0.340	0.017	0.177	112.399	17.806	86.064	173.109	0.002	0.002	0.150	
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019	
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004	
	Итого	471	15.89	16.88	59.12	452.00	134.540	0.151	0.505	1.276	1.055	1.723	332.300	49.981	324.677	479.355	0.025	0.018	0.225	
2 завтрак																				
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
Обед																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000	
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11.38	4.78	10.96	132.39	94.210	0.124	0.099	4.367	5.668	0.771	22.555	29.197	126.985	391.685	0.025	0.021	0.327	
6/375	Плов с мясом	200	19.24	15.6	36.36	362.53	201	0.072	0.127	0.96	0.044	1.556	34.136	31.832	193.18	221.578	0.006	0.007	0.111	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	675	33.90	20.93	84.20	663.27	299.15	0.25	0.25	10.53	5.71	3.67	91.67	78.64	376.07	755.47	0.03	0.03	0.61	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.017	0.022	0.000	0.000	0.825	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	255	7.94	8.93	51.41	325.81	50.540	0.084	0.400	1.560	0.111	1.047	275.467	36.611	230.911	401.440	0.020	0.004	0.044	
Ужин																				
76/82	Винегрет овощной	60	0.65	4.06	3.01	51.32	76.685	0.030	0.021	3.135	0.000	0.441	12.146	10.785	25.820	127.016	0.002	0.000	0.011	
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051	
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005	
	Итого	465	15.88	16.13	38.10	361.87	219.33	0.15	0.41	3.60	1.82	4.14	149.48	43.33	266.14	394.05	0.03	0.03	0.35	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		75.41	63.04	238.04	1835.35	793.56	0.69	1.61	34.96	8.70	11.98	879.91	231.26	1259.15	2462.76	0.30	0.08	1.23	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		139.65	105.07	91.20	101.96	158.711	77.111	161.400	69.924	86.980	119.840	97.768	115.632	157.394	410.461	304.000	395.000	61.300	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг	
																				г
Неделя третья, день 2																				
Завтрак																				
15/230	Каша манная молочная жидкая	200	5.15	4.47	22.29	150.05	22.320	0.054	0.137	0.398	0.072	0.308	119.780	17.132	100.989	154.278	0.008	0.002	0.083	
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142	
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.20	20.10	88.75	0.000	0.029	0.003	0.060	0.000	0.431	6.680	4.340	17.330	38.730	0.001	0.002	0.004	
	Итого	437	9.76	6.74	51.69	305.26	33.570	0.109	0.244	0.900	0.098	1.117	224.086	38.598	193.425	314.947	0.016	0.005	0.229	
2 завтрак																				
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008	
Обед																				
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	1.05	4.02	3.51	54.48	440.100	0.032	0.029	1.563	0.000	0.348	12.285	15.788	28.704	77.265	0.002	0.000	0.018	
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	200	3.66	3.37	13.23	98.01	95.967	0.066	0.059	5.856	0.030	0.760	23.768	19.828	61.326	324.424	0.004	0.001	0.147	
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	70	11.96	8.92	4.16	144.94	3464.729	0.153	1.218	9.146	0.834	4.151	16.715	12.139	195.962	173.438	0.004	0.024	0.151	
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038	
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.71	0	0	0.181	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	725	22.79	20.02	76.94	580.06	4032.01	0.41	1.43	27.07	0.92	7.96	122.89	95.78	418.67	2367.83	0.02	0.03	0.55	
Полдник																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044	
23/583	Сушка на сметане	60	5.47	5.14	35.04	208.24	28.170	0.059	2.453	0.031	0.176	0.629	25.154	8.003	52.289	68.714	0.002	0.004	0.006	
	Итого	260	11.87	12.25	43.93	339.35	77.060	0.126	2.831	1.591	0.287	0.851	291.821	39.114	263.400	393.154	0.022	0.008	0.050	
Ужин																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000	
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040	
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212	
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	455	14.36	9.51	44.16	322.79	73.94	0.13	0.15	144.67	0.00	3.47	99.97	50.38	170.84	621.84	0.01	0.01	0.27	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		59.18	48.92	226.53	1594.45	4221.58	0.81	4.67	184.23	1.30	15.74	773.17	233.97	1061.08	3976.22	0.27	0.05	1.10	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		109.60	81.53	86.79	88.58	844.315	90.333	466.800	368.468	13.040	157.370	85.908	116.987	132.635	662.703	271.000	245.000	55.000	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя третья, день 3																			
Завтрак																			
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010
	Итого	453	13.21	11.92	53.28	373.80	73.785	0.135	0.344	1.307	0.188	0.965	290.913	53.090	283.660	406.195	0.021	0.015	0.183
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
	Итого	180	5.80	6.40	8.00	118.00	44.000	0.060	0.340	1.400	0.100	0.200	240.000	28.000	190.000	292.000	0.018	0.004	0.040
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
101/154,175	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7.32	5.98	11.00	127.06	88.560	0.079	0.090	5.822	0.064	1.416	17.877	23.969	96.656	432.144	0.006	0.001	0.148
40/409	Птица отварная	70	16.59	1.05	0.07	79.80	11.900	0.034	0.130	0.000	0.210	0.602	7.770	17.500	128.100	156.800	0.000	0.015	0.000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	715	32.17	10.65	77.24	540.13	1072.72	0.26	0.31	14.38	0.33	4.50	99.55	95.04	355.15	943.19	0.01	0.02	0.55
Полдник																			
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0.000	0.003	0.003	1.200	0.000	0.122	11.030	4.324	1.919	19.903	0.000	0.000	0.175
98/560,626,627	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	8.65	3.99	28.13	183.09	21.770	0.060	0.090	0.104	0.161	0.595	51.806	11.351	87.580	79.790	0.004	0.009	0.010
	Итого	260	8.74	4.03	34.25	208.27	21.770	0.063	0.093	1.304	0.161	0.717	62.836	15.675	89.499	99.693	0.004	0.009	0.185
Ужин																			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2.63	6.15	4.26	82.95	23.400	0.015	0.069	0.900	0.330	0.476	22.347	6.420	40.859	66.297	0.003	0.005	0.015
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	200	10.44	10.56	16.89	204.25	430.472	0.115	0.157	33.707	0.093	2.404	89.677	52.072	158.735	772.099	0.011	0.016	0.093
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	690	16.83	17.26	52.76	434.31	454.44	0.19	0.25	35.67	0.42	4.80	137.77	74.35	251.49	935.11	0.02	0.02	0.39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		76.76	50.26	225.53	1674.51	1666.72	0.70	1.33	54.06	1.20	11.33	849.47	267.26	1173.55	2676.64	0.27	0.07	1.35
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		142.14	83.76	86.41	93.03	333.343	78.222	133.100	108.110	11.990	113.340	94.385	133.628	146.694	446.107	273.000	355.000	67.450

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
Неделя третья, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010
	Итого	453	20.67	18.16	33.36	380.08	202.34	0.17	0.54	2.87	1.92	2.92	248.88	51.38	345.77	389.32	0.03	0.03	0.21
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
87/59,22	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)	60	0.89	4.58	8.58	78.98	0.890	0.015	0.021	4.040	0.000	0.825	21.890	32.090	27.590	173.580	0.030	0.000	0.024
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	200	6.30	5.08	10.99	114.83	104.867	0.041	0.043	0.627	0.026	0.604	17.189	11.271	54.960	88.964	0.001	0.000	0.190
81/351	Котлеты, биточки, пшеницы рыбные	70	9.79	5.82	9.51	129.59	16.780	0.089	0.098	0.376	0.275	0.870	41.601	28.375	135.406	209.451	0.064	0.011	0.296
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
74/699	Лимонный напиток	200	0.14	0.01	15.88	64.17	0.192	0.005	0.003	2.560	0.000	0.130	15.513	3.593	3.068	22.070	0.000	0.001	0.196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	750	24.09	19.43	97.09	660.61	137.96	0.33	0.28	17.91	0.36	5.12	143.65	116.23	361.98	1211.81	0.11	0.02	0.77
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.017	0.022	0.000	0.000	0.825	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.94	8.93	51.41	325.81	50.540	0.084	0.400	1.560	0.111	1.047	275.467	36.611	230.911	401.440	0.020	0.004	0.044
Ужин																			
63/325	Пудинг творожный	180	30.38	10.88	38.57	373.82	51.327	0.078	0.352	0.272	0.377	1.377	217.317	76.636	313.619	265.499	0.014	0.041	0.080
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	495	32.74	13.16	63.28	505.27	67.18	0.13	0.47	10.65	0.39	4.47	318.26	99.69	385.29	653.49	0.02	0.04	0.35
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		87.24	59.86	250.36	1904.17	548.02	0.77	1.75	51.00	2.78	14.96	1017.25	326.60	1385.30	3088.51	0.38	0.09	1.37
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		161.55	99.77	95.92	105.79	109.603	85.667	174.800	101.992	27.820	149.630	113.028	163.302	173.162	514.752	375.000	465.000	68.250

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя третья, день 5																			
Завтрак																			
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	10.71	9.64	45.49	311.57	47.353	0.092	0.067	0.043	0.248	1.132	132.596	14.536	122.496	85.144	0.001	0.001	0.013
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108
27/99,100	Бутерброд с маслом	51	3.47	4.65	22.22	144.57	27	0.05	0.008	0	0.078	0.507	10.44	6.3	31.05	43.41	0.001	0.003	0.007
	Итого	451	16.62	16.21	78.44	526.09	85.573	0.175	0.179	0.485	0.352	1.822	238.638	36.991	231.704	280.566	0.009	0.007	0.128
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
	Итого	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
Обед																			
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	60	10.61	4.91	2.91	98.54	15.080	0.087	0.074	2.043	0.165	1.046	26.910	47.132	139.673	182.622	0.149	0.024	0.005
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	3.49	3.54	11.89	93.28	93.990	0.063	0.057	4.942	0.030	0.742	23.867	18.489	63.606	317.714	0.003	0.001	0.146
26/ТТК	Субпродукты в соусе	70	15.54	6.64	6.55	148.04	4525.558	0.200	1.581	12.021	1.154	5.466	12.615	15.540	251.589	215.832	0.005	0.032	0.232
21/421	Рис отварной с овощами	150	3.65	4.73	33.45	190.89	320.319	0.045	0.040	1.664	0.089	0.713	25.659	33.148	80.182	125.123	0.002	0.007	0.272
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.24	0.24	28.79	119.79	0.000	0.012	0.024	1.178	0.000	0.248	14.884	6.607	7.262	0.292	0.000	0.000	0.056
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	705	36.28	20.47	104.63	750.04	4954.95	0.45	1.79	21.85	1.44	9.16	112.44	128.72	578.31	895.93	0.16	0.07	0.72
Полдник																			
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
106/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4.06	2.94	31.11	167.14	16.056	0.048	0.049	0.094	0.131	0.599	22.971	7.385	44.257	69.853	0.002	0.003	0.004
	Итого	260	4.35	3.07	40.59	208.56	16.153	0.057	0.072	117.094	0.131	0.851	38.455	10.922	45.703	70.002	0.002	0.003	0.216
Ужин																			
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2.63	6.15	4.26	82.95	23.400	0.015	0.069	0.900	0.330	0.476	22.347	6.420	40.859	66.297	0.003	0.005	0.015
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
	Итого	465	24.34	22.79	55.71	526.06	62.00	0.17	0.26	7.56	0.69	5.29	104.81	58.39	296.13	643.18	0.02	0.02	0.37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Итого за день		87.39	68.95	287.36	2128.75	5162.67	0.91	2.64	148.39	2.72	17.47	752.74	264.12	1345.60	2182.13	0.41	0.10	1.47
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		161.84	114.91	110.10	118.26	1032.535	101.556	263.800	296.774	27.150	174.670	83.638	132.061	168.200	363.688	407.000	485.000	73.600

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																			
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя четвертая, день 1																			
Завтрак																			
15/230	Каша манная молочная жидкая	200	5.15	4.47	22.29	150.05	22.320	0.054	0.137	0.398	0.072	0.308	119.780	17.132	100.989	154.278	0.008	0.002	0.083
36/513,514	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	2.57	2.94	25.89	140.52	15.980	0.029	0.131	0.340	0.017	0.177	112.399	17.806	86.064	173.109	0.002	0.002	0.150
27(99,100)83(12)	Бутерброд с маслом или бутерброд с маслом и красной икрой (50/6/12)	51	3.47	4.65	22.22	144.57	27	0.05	0.008	0	0.078	0.507	10.44	6.3	31.05	43.41	0.001	0.003	0.007
	Итого	451	11.19	12.06	70.40	435.14	65.300	0.133	0.276	0.738	0.167	0.992	242.619	41.238	218.103	370.797	0.011	0.007	0.240
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	60	1.43	9.47	3.60	105.41	12.260	0.012	0.033	0.750	0.165	6.945	22.755	73.260	37.995	429.240	0.128	0.002	0.006
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	200	3.37	3.29	10.72	85.92	91.789	0.046	0.057	5.189	0.030	1.059	35.359	20.961	57.367	313.478	0.006	0.000	0.156
48/373	Гуляш	70	13.17	9.98	1.32	147.67	22.750	0.029	0.083	0.368	0.000	0.805	16.300	2.800	95.585	119.945	0.004	0.000	0.001
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8.12	6.27	35.50	230.98	19.228	0.211	0.114	0.000	0.089	3.988	17.805	119.527	178.551	216.517	0.001	0.005	0.104
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	725	28.97	29.51	87.17	731.83	147.47	0.35	0.30	9.01	0.28	13.84	115.69	227.16	413.41	1150.89	0.14	0.01	0.44
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.000	0.080	0.030	0.000	0.000	1.000	11.500	17.000	44.500	68.000	0.003	0.003	0.008
	Итого	250	10.40	7.61	33.44	250.11	48.890	0.147	0.408	1.560	0.111	1.222	278.167	48.111	255.611	392.440	0.023	0.007	0.052
Ужин																			
69/359	Сельдь с луком репчатым	70	9.67	8.88	0.87	122.43	11.200	0.017	0.074	1.050	16.800	0.700	48.055	23.870	157.371	138.775	0.000	0.000	0.004
41/431	Картофель отварной	150	2.78	4.44	21.59	137.40	19.487	0.126	0.087	11.600	0.081	1.146	14.080	29.015	74.799	684.936	0.006	0.000	0.039
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
	Итого	475	16.21	13.87	54.07	406.94	31.26	0.20	0.18	13.71	16.88	3.77	87.88	68.75	284.06	920.43	0.01	0.00	0.32
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Итого за день		68.57	63.23	250.30	1856.42	382.92	0.88	1.22	43.02	17.44	21.23	755.36	407.95	1232.53	3267.00	0.39	0.03	1.05
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		126.98	105.39	95.90	103.13	76.583	97.889	121.900	86.030	174.430	212.280	83.929	203.977	154.067	544.501	385.000	135.000	52.550

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг
Неделя четвертая, день 2																			
Завтрак																			
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
17/101,102	Бутерброд с джемом (или повидлом)	37	1.95	0.20	20.10	88.75	0.000	0.029	0.003	0.060	0.000	0.431	6.680	4.340	17.330	38.730	0.001	0.002	0.004
	Итого	437	11.12	7.87	46.64	300.61	40.570	0.148	0.346	1.438	0.106	1.753	298.079	66.765	268.467	421.345	0.023	0.007	0.198
2 завтрак																			
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
Обед																			
79/ТТК	Салат "Овощная мозайка"	60	0.89	4.61	4.68	63.94	165.830	0.033	0.024	3.203	0.000	0.378	10.553	11.561	26.204	134.931	0.002	0.000	0.014
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3.31	3.28	8.78	77.81	116.833	0.044	0.054	6.856	0.030	0.890	35.101	19.466	53.353	298.440	0.006	0.001	0.144
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	9.79	5.82	9.51	129.59	16.780	0.089	0.098	0.376	0.275	0.870	41.601	28.375	135.406	209.451	0.064	0.011	0.296
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.71	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	725	20.11	17.42	79.01	553.97	330.66	0.33	0.30	20.94	0.36	4.84	157.37	107.43	347.64	2435.52	0.08	0.02	0.69
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
75/574	Крендель сахарный	60	4.51	6.45	30.83	199.35	31.752	0.053	0.055	0.063	0.219	0.535	22.602	7.140	48.525	61.483	0.003	0.003	0.005
	Итого	260	10.91	13.56	39.72	330.46	80.642	0.120	0.433	1.623	0.330	0.757	289.269	38.251	259.636	385.923	0.023	0.007	0.049
Ужин																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
ГП	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.000	0.034	0.001	0.000	0.000	0.330	6.000	4.200	19.500	27.900	0.001	0.001	0.005
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	455	14.36	9.51	44.16	322.79	73.94	0.13	0.15	144.67	0.00	3.47	99.97	50.38	170.84	621.84	0.01	0.01	0.27
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Итого за день		56.90	48.76	219.33	1554.83	530.81	0.76	1.24	178.67	0.80	13.16	879.10	272.92	1061.33	4143.08	0.34	0.04	1.21
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		105.37	81.26	84.04	86.38	106.161	84.556	124.200	357.348	7.960	131.580	97.677	136.462	132.667	690.513	341.000	185.000	60.300

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг	
Неделя четвертая, день 3																				
Завтрак																				
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010	
	Итого	453	13.21	11.92	53.28	373.80	73.785	0.135	0.344	1.307	0.188	0.965	290.913	53.090	283.660	406.195	0.021	0.015	0.183	
2 завтрак																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04	
	Итого	180	5.80	6.40	8.00	118.00	44.000	0.060	0.340	1.400	0.100	0.200	240.000	28.000	190.000	292.000	0.018	0.004	0.040	
Обед																				
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	60	11.51	8.37	2.13	129.92	18.720	0.089	0.087	1.551	0.264	0.917	30.120	48.791	154.415	170.898	0.158	0.027	0.009	
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6.01	2.89	13.60	104.49	86.887	0.053	0.062	3.556	0.029	1.452	27.566	24.222	70.173	314.894	0.002	0.000	0.139	
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.002	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.002	0.002	0.003	
70/325	Азу	70	10.28	7.94	3.06	141.96	5.950	0.036	0.074	1.656	0.000	1.529	12.334	15.194	103.785	199.357	0.004	0.000	0.034	
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	730	36.04	22.81	86.57	714.89	1081.32	0.32	0.30	12.82	0.35	6.14	133.42	135.47	450.02	973.55	0.17	0.03	0.59	
Полдник																				
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274	
81/596	Творожники песочные	70	7.94	10.37	29.76	244.19	52.528	0.049	0.101	0.049	0.344	0.622	45.879	9.708	83.348	65.745	0.003	0.010	0.011	
	Итого	270	8.14	10.42	35.25	267.40	53.028	0.050	0.102	0.149	0.344	1.460	59.438	15.831	91.593	90.694	0.003	0.010	0.285	
Ужин																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000	
82/355	Тефтели рыбные	70	8.68	4.49	5.57	97.39	11.890	0.056	0.090	0.564	0.176	0.535	50.431	27.370	131.337	214.379	0.063	0.008	0.290	
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038	
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	475	15.11	8.25	42.73	309.83	119.62	0.26	0.26	31.37	0.23	3.84	113.48	89.07	305.89	1380.28	0.07	0.01	0.34	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000	
			Б	Ж	У	Эн/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
	Итого за день		78.30	59.80	225.83	1783.91	1371.75	0.82	1.35	47.05	1.21	12.75	855.66	322.57	1324.92	3143.16	0.49	0.07	1.43	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		145.00	99.67	86.52	99.11	274.350	91.444	135.000	94.096	12.090	127.510	95.073	161.283	165.614	523.860	487.000	355.000	71.600	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б г	Ж г	У г	А мкг		В1 мг	В2 мг	С мг	D мкг	Fe мг	Ca мг	Mg мг	P мг	K мг	J мг	Se мг	F мг
Неделя четвертая, день 4																			
Завтрак																			
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	2.66	2.07	9.30	66.46	11.250	0.026	0.104	0.442	0.026	0.378	97.626	17.126	75.106	121.939	0.007	0.001	0.142
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	431	17.59	18.17	28.28	346.82	195.39	0.16	0.51	2.81	1.92	2.78	226.14	46.99	309.70	366.27	0.03	0.03	0.20
2 завтрак																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	1.80	0.18	5.22	32.40	90.000	0.054	0.054	18.000	0.000	1.260	12.600	21.600	57.600	432.000	0.000	0.000	0.000
Обед																			
54/ТТК	Салат "Сытный"	60	2.12	4.44	2.19	57.18	21.915	0.021	0.066	2.796	0.297	0.518	17.120	7.485	38.445	93.900	0.003	0.003	0.011
107/159	Суп-уха с рыбой	180	11.38	4.78	10.96	132.39	94.210	0.124	0.099	4.367	5.668	0.771	22.555	29.197	126.985	391.685	0.025	0.021	0.327
113/284	Запеканка картофельная с мясом	153	12.33	7.14	21.25	198.60	287.661	0.155	0.184	11.104	0.212	2.581	26.765	45.020	185.009	782.432	0.012	0.019	0.082
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.24	0.24	28.79	119.79	0.000	0.012	0.024	1.178	0.000	0.248	14.884	6.607	7.262	0.292	0.000	0.000	0.056
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	643	30.04	17.26	95.43	659.96	403.79	0.38	0.39	19.45	6.18	5.79	94.32	101.11	416.70	1358.41	0.04	0.05	0.50
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.8	5	8	106	44	0.08	0.34	1.4	0.06	0.2	240	28	180	292	0.019	0.004	0.04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, или др.)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.017	0.022	0.000	0.000	0.825	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.34	6.82	50.52	300.70	45.650	0.097	0.362	1.400	0.060	1.025	248.800	33.500	199.800	369.000	0.019	0.004	0.040
Ужин																			
93/319	Запеканка из творога	180	36.64	13.79	25.03	371.06	71.482	0.079	0.445	0.598	0.304	0.931	302.314	42.294	382.918	240.346	0.019	0.047	0.061
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	495	39.00	16.07	49.74	502.51	87.33	0.13	0.56	10.98	0.32	4.02	403.26	65.34	454.59	628.34	0.02	0.05	0.33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Итого за день		95.77	58.50	229.19	1842.39	822.16	0.81	1.87	52.63	8.48	15.01	1003.52	269.64	1442.14	3154.47	0.32	0.13	1.07
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		177.35	97.50	87.81	102.35	164.432	90.444	187.300	105.258	84.810	150.140	111.502	134.820	180.267	525.744	315.000	625.000	53.400

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)				Энерг. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Б	Ж	У	А		В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
			г	г	г	мкг		мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя четвертая, день 5																			
Завтрак																			
45/275	Каша"Дружба"	200	6.29	5.64	26.07	180.18	28.098	0.085	0.191	0.780	0.084	0.533	163.892	32.964	160.107	214.206	0.013	0.005	0.059
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	2.44	1.92	10.73	69.95	11.220	0.033	0.104	0.442	0.026	0.183	95.602	16.155	78.158	152.012	0.007	0.003	0.108
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.03	4.48	17.46	130.83	33.950	0.044	0.045	0.065	0.076	0.434	29.180	7.890	54.120	47.860	0.002	0.006	0.010
	Итого	453	13.76	12.04	54.26	380.96	73.268	0.162	0.340	1.287	0.186	1.150	288.674	57.009	292.385	414.078	0.022	0.014	0.177
2 завтрак																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
	Итого	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
Обед																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	3.49	3.54	11.89	93.28	93.990	0.063	0.057	4.942	0.030	0.742	23.867	18.489	63.606	317.714	0.003	0.001	0.146
65/417	Котлеты, биточки, шницели куриные	70	10.49	10.71	6.62	154.79	27.380	0.049	0.089	0.508	0.067	0.728	29.281	12.322	94.548	134.085	0.004	0.001	0.064
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8.12	6.27	35.50	230.98	19.228	0.211	0.114	0.000	0.089	3.988	17.805	119.527	178.551	216.517	0.001	0.005	0.104
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0.000	0.003	0.003	1.200	0.000	0.122	11.030	4.324	1.919	19.903	0.000	0.000	0.175
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	15	1.72	0.35	15.68	73.50	0.000	0.032	0.011	0.000	0.000	1.015	6.300	7.000	32.200	50.050	0.002	0.002	0.013
	Итого	705	25.83	21.12	86.50	631.23	143.10	0.39	0.29	9.15	0.19	7.12	103.78	171.46	395.82	827.37	0.01	0.01	0.51
Полдник																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
102/622,623,56 2	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)	60	3.87	4.29	26.09	158.51	22.690	0.048	0.054	0.873	0.164	0.826	25.446	7.943	45.097	101.624	0.002	0.003	0.006
	Итого	260	9.33	8.69	34.82	254.87	49.090	0.106	0.294	1.913	0.224	1.000	236.646	32.303	201.697	343.984	0.018	0.006	0.042
Ужин																			
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0.75	4.13	1.66	46.85	19.560	0.007	0.022	0.040	0.034	0.059	19.840	2.138	14.579	25.667	0.002	0.000	0.004
90/89,90	Бутерброд с отварными мясопродуктами (языком)	40	7.47	5.28	9.84	116.76	0.000	0.041	0.049	0.000	0.000	1.084	6.880	9.840	73.160	122.920	0.003	0.001	0.023
ГП	Хлеб ржаной	35	1.72	0.35	15.68	73.50	0.000	0.032	0.011	0.000	0.000	1.015	6.300	7.000	32.200	50.050	0.002	0.002	0.013
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
	Итого	450	28.14	25.91	52.67	557.22	58.16	0.18	0.27	6.70	0.40	5.92	104.99	61.75	332.71	711.87	0.02	0.01	0.38
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Итого за день		82.87	74.16	236.25	1942.28	367.62	0.90	1.53	20.45	1.09	15.53	992.49	351.62	1416.36	2589.75	0.29	0.05	1.14
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		153.46	123.59	90.52	107.90	73.523	99.556	152.500	40.900	10.940	155.260	110.276	175.812	177.046	431.625	286.000	225.000	57.000

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

	Пищевые вещества (г)				Витамины					Минеральные вещества							
	Б	Ж	У	Эн. цен.	А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Итого за 20 дней	1554.35	1151.43	4796.71	35867.90	30557.77	16.07	37.43	1568.08	83.76	300.41	17555.16	5870.64	25239.48	63515.64	6.73	1.37	24.25
Итого за 1 дней	77.72	57.57	239.84	1793.40	1527.888	0.803	1.872	78.404	4.188	15.021	877.758	293.532	1261.974	3175.782	0.336	0.068	1.212
Суточная потребность	54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
Процент удовлетворения суточной потребности	143.92	95.95	91.89	99.63	305.578	89.272	187.160	156.808	41.879	150.206	97.529	146.766	157.747	529.297	336.450	342.250	60.618

86	107.5
72	90
82	102.5
72	90
96	120
71	88.75
87	108.75
45	56.25
59	73.75
50	62.5
54	67.5
48	60
	0
5	6.25
140	175
	0
80	100
86	107.5
92	115
100	125
	0
10	12.5
11	13.75
10	12.5
2	2.5
8	10
2	2.5
200	250

20
150
20
136
36
5
197
3
200

75	44.1176
3	1.76471
43	25.2941
43	25.2941
9	5.29412
3	1.76471
31	18.2353
9	5.29412
2	1.17647
43	25.2941
85	50

53 35.333

30 26.6667

318	212
150	100
6	4
12	8
168	112
150	100
150	100

180	160
88	78.2222
2	1.77778
90	80
	0

75	93.75
82	102.5
96	120
78	97.5
	0
23	28.75
24	30
	0
6	7.5
7	8.75
1/4 шт.	#####
8	10
	0
2.5	3.125
80	100
80	100

147
125
142
125
162
122
154
78
102
88
94
83
10
6
18
3
101
80
80

24	21
144	126
6	5.25
2	1.75
	0
13	11.375
13	11.375
6	5.25
2	1.75
2	1.75
16	14
80	70

45	39
270	234
125	108.333
3	2.6
	0
24	20.8
24	20.8
12	10.4
5	4.33333
3	2.6
30	26
150	130

121	110.48
3	2.7391
3	2.7391
	0
8	7.3043
8	7.3043
8	7.3043
1.5	1.3696
3	2.7391
115	105

17	37.778
18	40
19	42.222
20	44.444
12	26.667
	0
10	22.222
10	22.222
8	17.778
7	15.556
9	20
5	11.111
4	8.8889
45	100
12	26.667
8	17.778
8	17.778
4	8.8889
45	100

22	33
17	25.5
13	19.5
44	66
27	40.5
	0
22	33
22	33
18	27
16	24
20	30
11	16.5
9	13.5
100	150
27	40.5
18	27
18	27
9	13.5
100	150

149	109.27
149	109.27
149	109.27
149	109.27
144	105.6
7	5.1333
150	110

108	88.364
133	108.82
	0
208	170.18
4	3.2727
4	3.2727
	0
8	6.5455
9	7.3636
11	9
1.8	1.4727
4	3.2727
158	129.27
220	180

70	67.2
86	82.56
1.5	1.44
	0
275	264
3	2.88
5	4.8
	0
16	15.36
17	16.32
17	16.32
3	2.88
5	4.8
209	200.64
250	240

27	23.4
47	40.733

56
56
6

50	43.333
57	49.4
30	26
	0
27	23.4
30	26
24	20.8
	0
17	14.733
20	17.333
14	12.133
20	17.333
41	35.533
27	23.4
27	23.4
14	12.133
150	130

28
140

0.87
1.06333

121	110
62	56.364
	0
	0
	0
106	96.364
114	103.64
123	111.82
134	121.82

80	75
80	75
80	75
80	75
70	65.625
	0
89	83.4375
89	83.4375
76	71.25

2	1.8182
	0
21	19.091
23	20.909
12	10.909
4	3.6364
1	0.9091
125	113.64
165	150

13	12.1875
12	11.25
4	3.75
160	150

85	110.5
85	110.5
85	110.5
85	110.5
15	19.5
14	18.2
3	3.9
100	130

0.52

0.30333

55
59
43
2
3
3
50

50	45.833
53	48.583
39	35.75
18	16.5
4	3.6667
60	55

44	35.2
54	43.2
6	4.8
14	11.2
6	4.8
9	7.2
2	1.6
3	2.4
60	48
56	44.8
16	12.8
111	88.8

226
241
2.5
170
2.5

109
109
61
61
80

4	3.2
100	80
100	80

38	17.1
40	18
42	18.9
44	19.8
27	12.15
	0
22	9.9
22	9.9
18	8.1
16	7.2
20	9
11	4.95
9	4.05
100	45

55	33.478
4	2.4348
115	70

1.51	10.13
0.6795	4.5585

0.68	4.56
0.90667	6.08

9.2	3.61
5.6	2.19739

5.6	2.19
9.6	3.75429

8	6
8	6
8	6
150	112.5
20	15
136	102
35	26.25
5	3.75
197	147.75
3	2.25
200	150

3.8	3.4	23.2	139
5.32	4.76	32.48	194.6

160	19.2
160	19.2
	0

100	12
100	12
100	12
100	12
40	4.8
	0
50	6
50	6
40	4.8
20	2.4
9	1.08
3	0.36
6	0.72
800	96

38
3
176

19	31.667
19	31.667
	0
12	20
12	20
12	20
12	20
5	8.3333
	0
6	10
6	10
5	8.3333
1	1.6667
1	1.6667
0.4	0.6667
0.7	1.1667
96	160
120	200

23
15
113
180

0.21	0.02
0.175	0.01667

135	99
5	3.6667
16	11.733
5	3.6667
24	17.6
170	124.67
4	2.9333
3	2.2
150	110

129	148.85
129	148.85
129	148.85
129	148.85
125	144.23
6	6.9231
130	150

111	128
111	128
111	128
111	128
20	23
19	22

98
83
94
83
109
81
99

4	5
130	150
2	2
80	60
80	60
4	3
60	45
1/5 шт.	#####
23	28
4	5
126	151
100	120
100	120

52
67
57
62
55
14
4
14
8
4
6
83
4
70
70

92	112.44
114	139.33
53	64.778
	0
140	171.11
140	171.11
140	171.11
140	171.11
136	166.22
	0
24	29.333
24	29.333
10	12.222
2	2.4444
19	23.222
2	2.4444
4	4.8889

3	3.6667
212	259.11
180	220
180	220
3	3.6667

84	49.4118
80	47.0588
73	42.9412

49	53.6667
49	53.6667
47	51.4762
1.9	2.08095
	0
2.5	2.7381
2.7	2.95714
	0
239	261.762
4	4.38095
4	4.38095
	0
8.8	9.6381
9.3	10.1857
13	14.2381
2	2.19048
4	4.38095
180	197.143
210	230

175	157.5
182	163.8
156	140.4
161	144.9
86	77.4
8	7.2
	0
10	9
10	9
2	1.8

10	9
11	9.9
11	9.9
1.3	1.17
1.3	1.17
20	18
115	103.5
2	1.8
100	90
100	90

158	189.6
4	4.8
4	4.8
	0
10	12
10	12
10	12
2	2.4
4	4.8
150	180

190
5
5
12
12
12
12
2.5
5
180

160	138.667
160	138.667
2	1.73333

150	130
2	1.73333
150/2	#####

3	2.5
6	5
8	6.66667
27	22.5
38	31.6667
80	66.6667
60	50

86	77.4
69	62.1
	0
142	127.8
153	137.7
165	148.5
179	161.1
14	12.6

5	4.5
1	0.9
	0
36	32.4
39	35.1
40	36
160	144
200	180

65	53.182
65	53.182
6	4.9091
3	2.4545
	0
3.8	3.1091
4	3.2727

	0
239	195.55
4	3.2727
4	3.2727
	0
8.8	7.2
9.3	7.6091
13	10.636
2	1.6364
4	3.2727
180	147.27
220	180

57	66.5
57	66.5
2	2.33333
	0
3	3.5
3	3.5
40	46.6667
149	173.833
3	3.5
3	3.5
	0
5	5.83333
5	5.83333
9	10.5
1.6	1.86667

3	3.5
140	163.333
180	210

80	114.29
78	111.43
117	167.14

1.36	0.46	18.9	86.4
0.952	0.322	13.23	60.48

162	121.5
168	126
144	108
148	111
7	5.25

34	25.5
22	16.5
12	9
41	30.75
130	97.5
120	90

1.15

0.575

80	148.571
78	144.857
117	217.286

1.7	0.58	23.63	108
1.77	0.60	24.58	112.32

180

153

			20	17
			20	17
			2	1.7
			3	2.55
			200	170
5.22	4.5	8.69	97.26	2.35
5.80	5.00	9.66	108.07	2.61

4.932	4.051	15.43	117.906	21.87
6.58	5.40	20.57	157.21	29.16

50	45
141	126.9
6	5.4
200	180
200	180
1.6	1.44
2	2.4
2	2.66667
1.5	2
46	61.3333
75	100
60	80
	0
32	19.2
32	21.3333
3	1.95
3	1.95
2	2.66667
38	50.6667
28	37.3333

200	266.667
60	80
6	5.4
206	185.4
10	9
7	6.3
200	180

1	2.6	3	4.28	54.52
2	0.00	0.00	33.70	134.80
3	2.6	3	4.28	54.52
4	2.6	3	4.28	54.52
5	2.6	3	4.28	54.52
	10.40	12.00	50.82	352.88
	2.1	2.4	10.2	70.6

2.10	2.40	10.20	70.00
10.5	12	51	350

46	70.769
276	424.62
130	200
5	7.6923
10	15.385
146	224.62
130	200
130	200
2	2.6667

105	122.5
109	127.167
94	109.667
97	113.167
52	60.6667
5	5.83333
	0
6	7
6	7

1.5	2
15	20
110	150
3	4.0909
1.7	2.3182
1.7	2.3182
0.9	1.2273
147	200.45
180	245.45
	0

1.2	1.4
6	7
7	8.16667
7	8.16667
0.8	0.93333
0.8	0.93333
12	14
69	80.5
1.2	1.4
60	70
60	70

72	80
2	2.2222
49	54.444
64	71.111
180	200
17	18.889
3	3.3333
120	300
3	7.5
2.5	3.4091
22	30
110	150

121	167.538
9	12.4615
32	44.3077
9	12.4615
5	6.92308
4	5.53846
4	5.53846
130	180
130	180

9.84	10.38	10.94	176.53	3.12	0.042
11.480	12.110	12.763	205.952	3.640	0.049

72	84	49	57.1667
----	----	----	---------

72	84
1.5	1.75
1.5	1.75
	0
1.5	1.75
1.5	1.75
0.5	0.5833
1.3	1.5167
43	50.167
17	19.833
60	70

49	57.1667
5	5.83333
4	4.66667
4	4.66667
7	8.16667
12	14
80	93.3333
4	4.66667
60	70
60	70

40	54.545
240	327.27
5	6.8182
110	150
98	133.64
2	2.7273
148	201.82
8	10.909
150	130
2	1.7333
10	8.6667
33	28.6
56	86.154
130	200
8	12.308
8	12.308
2	3.0769
172	264.62
191	293.85
9	13.846
200	307.69

180	117
20	13
16	10.4
2	1.3
3	1.95
200	130
76	49.4
63	40.95
54	35.1
49	31.85
49	31.85
37	24.05

15
112.5
15
102
27
3.75
147.75
2.25
150

40	30
40	30
40	30
40	30
16	12
16	12
16	12
16	12
16	12
	0
7	5.25
7	5.25
8	6
2	1.5
140	105
200	150

2.4	1.8
2.4	1.8
1.6	1.2
250	187.5
140	105

25 30

74 92.122

1.3	1.56
1.3	1.56
1.8	2.16
25	30

63	78.429
68	84.653
60	74.694
120	149.39
89	110.8
109	135.69
56	69.714

183.75
156.25
177.5
156.25
202.5
152.5
192.5
97.5
127.5
110
117.5
103.75
12.5
7.5
22.5
3.75
126.25
100
100

126	105
36	30
14	11.6667
1.8	1.5
1.4	1.16667
180	150

1.36	0.46	18.9	86.4	9
1.632	0.552	22.68	103.68	10.8

111	85.38461538
111	85.38461538
111	85.38461538
111	85.38461538
20	15.38461538
19	14.61538462
4	3.076923077
130	100

9	7.71429
35	30
26	22.2857
7	6
3	2.57143
35	30

149	99.33333333
149	99.33333333
149	99.33333333
149	99.33333333
144	96
7	4.666666667
150	100

149	158.933
149	158.933
149	158.933
149	158.933
144	153.6
7	7.46667
150	160

112	102.6666667
90	82.5
	0
113	103.5833333
122	111.8333333
131	120.0833333
142	130.1666667
12	11
4	3.666666667
0.7	0.641666667
	0

29	26.58333333
31	28.41666667
52	47.66666667
128	117.33333333
180	165

92	105.143
114	130.286
2	2.28571
2	2.28571
	0
2	2.28571
2	2.28571
0.6	0.68571
1.5	1.71429
50	57.1429
20	22.8571

47	39.1667
10	8.33333
4	3.33333
60	50

	<table border="1"><tr><td>57</td></tr><tr><td>60</td></tr><tr><td>45</td></tr><tr><td>10</td></tr></table>	57	60	45	10	38 40 30 6.6667
57						
60						
45						
10						
80						
80						
8.5714						

<table border="1"><tr><td>77</td></tr><tr><td>46</td></tr><tr><td>10</td></tr><tr><td>5</td></tr></table>	77	46	10	5	70.583 42.167 9.1667 4.5833
77					
46					
10					
5					

40
200

1.5	1
5	3.3333
0.72	0.48
60	40

60	55
----	----

4.15	4.49	59	2.38
5.0722	5.487777778	72.1111	2.9089

151	120.8
77	61.6
94	75.2
50	40

74	69.8889
80	75.5556
94	88.7778
78	73.6667
52	49.1111
40	37.7778
10	9.44444
	0
26	24.5556

109	128.82
109	128.82
109	128.82
109	128.82
106	125.27
5	5.9091
110	130

26	24.5556
2	1.88889
19	17.9444
	0
155	146.389
155	146.389
155	146.389
155	146.389
150	141.667
2	1.88889
4	3.77778
212	200.222
180	170
3	2.83333

87	50.75
60	35
12	7
3	1.75
60	35

4.06	2.06	46	5.8
2.3683	1.201666667	26.8333	3.3833

66
70.8
51.6
2.4
3.6
3.6
60

66	52.8
80	64
4	3.2
40	32
200	160

199.41
212.65
2.2059
150
2.2059

40	23.3333
96	56
115	67.0833
5	2.91667
120	70

99.917
99.917
55.917
55.917
73.333

3.9	5.5	24.6	166.5	0
2.275	3.20833	14.35	97.125	0

17	22.667
18	24
19	25.333
20	26.667
12	16
	0
12.6	16.8
13.4	17.867
10	13.333
8	10.667
7	9.3333
8	10.667
5	6.6667
4	5.3333
45	60

7.84	130	5.87
3.528	58.5	2.6415

33	56.5714
2	3.42857
70	120

3.53	58.5	2.64
4.7067	78	3.52

23.58	182.85	0
14.353	111.3	0

0

14.35	111.3	0
24.6	190.8	0

38	15.833
23	9.5833
38	15.833
23	9.5833
10	4.1667
5	2.0833
60	25

92	76.66666667
114	95
	0
	0
186	155
200	166.6666667
216	180
234	195
136	113.3333333
	0
24	20
24	20
10	8.333333333
2	1.666666667
	0
2	1.666666667
4	3.333333333
3	2.5
212	176.6666667
180	150
180	150
3	2.5

29	58
31	62
23	46
3	6
3	6
2	4
30	60

113	150.667
10	13.3333
11	14.6667
22	29.3333
5	6.66667
5	6.66667
177	236

0
0

30	42
2	2.8
2	2.8
1	1.4
1	1.4

13	18.2
48	67.2
10	14
1.5	2.1
0.5	0.7
12	16.8
1	1.4
0.2	0.28
50	70

34.2 28.5
 2.7 2.25
 158.4 132

20	25
158	197.5
6	7.5
160	200

24	16.8
190	133
10	7
200	140

19.167
 12.5
 94.167
 150

15.66	68	9.2
13.05	56.66666667	7.66667

140	121.3333333
10	8.666666667
12	10.4
37	32.06666667
10	8.666666667
5	4.333333333
5	4.333333333
5	4.333333333
5	4.333333333
150	130

121	158.231
9	11.7692
10	13.0769
32	41.8462
9	11.7692
4	5.23077
4	5.23077
4	5.23077
4	5.23077
130	170

77	46.2
84	50.4
50	30
50	30
	0

126
106.71
120.86
106.71
140.14
104.14
127.29

73	85.1667
10	11.6667
5	5.83333
60	70

60
11
5
74

66.857
 86.143
 73.286
 79.714
 70.714
 18
 5.1429
 18
 10.286
 5.1429
 7.7143
 106.71
 5.1429
 90
 90

112	137
90	110
	0
85	104
85	104
85	104
85	104
10	12
4	5
0.7	1
	0
23	28
23	28
52	64
128	156
180	220

95	116.1111111
	0
	0
186	227.3333333
200	244.4444444
216	264
234	286
	0

47	31.333
10	6.6667
4	2.6667
60	40

	0				
30	36.66666667				
32	39.11111111				
12	14.66666667				
3	3.666666667	2.05	2.04	7.56	62
	0	2.92857	2.91429	10.8	88.571
2	2.444444444				
1/10					
шт.	#VALUE!				
3	3.666666667				
212	259.1111111				
180	220				
180	220				

137	191.16
3	4.186
3	4.186
	0
5	6.9767
5	6.9767
8	11.163
1.5	2.093
3	4.186
129	180

32	24	180	135
150	112.5	20	15
31	23.25		
5	3.75		
197	147.75		
3	2.25		
200	150		
200	150		

72	92.8
75	96.6667
64	82.4889
66	85.0667

75	143.33	552.311	138.08
78	149.07		
67	128.04		
69	131.87		

175	122.5
182	127.4
156	109.2
161	112.7
86	60.2
8	5.6

	0
10	7
10	7
2	1.4
10	7
11	7.7
11	7.7
1.3	0.91
1.3	0.91
20	14
115	80.5
2	1.4
100	70
100	70

153.06
4.0278
4.0278
0
9.6667
9.6667
9.6667
2.0139
4.0278
145

141	169.2
141	169.2
8	9.6
23	27.6
10	12
8	9.6
7	8.4
180	216
5	6
150	180

169	187.78
169	187.78
10	11.111
28	31.111
12	13.333
10	11.111
8	8.8889
216	240
6	6.6667
180	200

22	15.714
49	35
3	2.1429

7	5
10	7.1429
85	60.714
1	0.7143
70	50

105	91.875
130	113.75
2	1.75
2	1.75
	0
2	1.75
2	1.75
0.7	0.6125
1.7	1.4875
57	49.875
23	20.125
57/23	#####

104	106.667
104	106.667
104	106.667
104	106.667
12	12.3077
5	5.12821
1	1.02564
	0
28	28.7179
28	28.7179

54	65.489
54	65.489
51	61.851
	0

71	63.9
40	36
	0
171	153.9

171	153.9
171	153.9
171	153.9
166	149.4
	0
29	26.1
29	26.1
12	10.8
4	3.6
23	20.7
2.5	2.25
5	4.5
234	210.6
200	180
4	3.6
200	180

111	102.4615385
111	102.4615385
111	102.4615385
111	102.4615385
20	18.46153846
19	17.53846154

86	114.667
86	114.667
86	114.667
1.6	2.13333
	0
2	2.66667
2	2.66667

115
115
2
3
3
80

4	3.692307692
130	120

60	80
60	80

80

191	148.5555556
4	3.111111111
4	3.111111111
	0
7	5.444444444
7	5.444444444
11	8.555555556
2	1.555555556
4	3.111111111
180	140

80	60
80	60
4	3
40	30
200	150

109	95.92
109	95.92
109	95.92
109	95.92
	0
22	19.36
22	19.36
16	14.08
82	72.16
76	66.88
5	4.4
250	220

42	21
8	4
7	3.5
4	2
60	30

9
6.3

38	19
41	20.5
45	22.5
48	24
28	14
4	2
7	3.5
	0
12.6	6.3
13	6.5
10	5
12	6
8	4
4	2
60	30

71	35.5
77	38.5
46	23

5.19	5.97	76	3.21
2.595	2.985	38	1.605

10	5
5	2.5
60	30

11.25
11.70

43 28.6667

43	28.6667
15	10
4	2.66667
7	4.66667
0.05	0.03333
2	1.33333
5	3.33333
60	40

0.054	0.167	0.702	0.06	0.292	145.576	18.244	115.18
0.07	0.22	0.94	0.08	0.39	194.10	24.33	153.57

4.089	3.3	6.552	72.264	19.8	0.043	0.18
3.271	2.640	5.242	57.811	15.840	0.034	0.144

180	1	3.38	3.70	5.56	69.37	130
	2	0.00	0.00	43.00	172.00	200
	3	3.38	3.70	5.56	69.37	130
	4	3.38	3.70	5.56	69.37	130
	5	3.38	3.70	5.56	69.37	130
			13.52	14.8	65.24	449.48
		2.7	3.0	13.0	89.9	
		2.70	3.00	13.05	90.00	
		13.5	15	65.25	450	0

63	72.69230769
63	72.69230769
63	72.69230769
63	72.69230769
52	60
5	5.769230769
	0
6	6.923076923
6	6.923076923

14	32.6667
14	32.6667
6	14
1	2.33333
1	2.33333

1.2	1.384615385
6	6.923076923
7	8.076923077
7	8.076923077
0.8	0.923076923
0.8	0.923076923
12	13.84615385
69	79.61538462
1.2	1.384615385
60	69.23076923
60	69.23076923
130/2	#VALUE!

99	119.4827586	0
33	39.82758621	0
13	15.68965517	0
8	9.655172414	0
134	161.7241379	0
145	175	

0.07	0.64	0.044	1.383	11.168	14.59	100.74	164.31
0.082	0.747	0.051	1.614	13.029	17.022	117.527	191.692

46	53.6667
6	7
5	5.83333
16	18.6667
16	18.6667
2	2.33333
1	1.16667
7	8.16667
10	11.6667
79	92.1667
4	4.66667
60	70

55	36.27659574
64	42.21276596
47	31
52	34.29787234
	0
3	1.978723404
3	1.978723404
48	31.65957447
3	1.978723404
2.5	1.64893617
2.5	1.64893617
42	27.70212766
0.5	0.583333333
95	110.8333333
60	

114	108.3
111	105.45
167	158.65
135	128.25
149	141.55

16.61
23.7286

129.375

129.375

2.25

0

3.375

3.375

90

90
0

176.217	0.011	0.002	0.039
234.96	0.01	0.00	0.05

0.78	0.045	0.131	158.4	18.27	117.45	181.77	0.012	0.003
0.624	0.036	0.105	126.720	14.616	93.960	145.416	0.010	0.002

2.6	2.82	4.28	53.36
3.38	3.67	5.56	69.37

0.004	0.002	0.038
0.005	0.002	0.044

$$\frac{0.026}{0.021}$$