

№ рецепт.	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые вещ-ва (гр.)			Энерг. Ккал.	Витамины (мг)				Минерал. вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>1 неделя 1 день - понедельник</b>														
	<b>Завтрак</b>													
274-1994г.	Макароны, запечен.с сыром	180/10	9,4	15,5	34,8	320	0,07	0,05	0	0	145,3	0	14,93	0,9
585-2004г.	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	сок фруктовый	100	0,4	0	10,3	46	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>11,42</b>	<b>15,71</b>	<b>64,94</b>	<b>446,2</b>	<b>0,13</b>	<b>16,05</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>166,8</b>	<b>27,6</b>	<b>30,93</b>	<b>1,85</b>
	<b>Обед</b>													
71-1997	Салат из моркови с яблоками	60	0,8	3,2	5,4	40,8	0,01	10,5	0	0	25,5	0	8,91	0,61
124-2004г.	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	200/10	1,4	4,7	6,8	75	0,04	9,67	0	0	26,19	0	15,37	0,57
дош.сб.201 1г. № 3/8	Мясо говядина тушеная с овощами	150	11,8	11,74	14,86	214	0,1	8,01	0	0	19,55	0	0	2,08
631-2004г.	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>15,9</b>	<b>16,92</b>	<b>55,16</b>	<b>440,2</b>	<b>0,2</b>	<b>19,28</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>61,17</b>	<b>51,4</b>	<b>36,9</b>	<b>4,47</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
631-2004г.	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8
	<b>Итого</b>		<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>17,2</b>	<b>68</b>	<b>0,01</b>	<b>1,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6,03</b>	<b>0</b>	<b>3,13</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>27,52</b>	<b>32,73</b>	<b>137,3</b>	<b>954,4</b>	<b>0,34</b>	<b>36,93</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>234</b>	<b>79</b>	<b>70,96</b>	<b>7,12</b>

№	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещ-ва (гр.)	Энерг.	Витамины (мг)	Минерал. вещ-ва (мг)
---	-------------------	-------	----------------------	--------	---------------	----------------------

рецепт.		порций	Б	Ж	Угл.	Ккал.	В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	<b>2 день - вторник</b>													
	<b>Завтрак</b>													
64-2003	Салат из отварной свеклы с растит. маслом	100	1,4	8,2	8	110	0,1	9,06	0	0	37,16	0	20,2	1,3
431-2002г.	Котлеты из кур (припущенные)	80	23,4	6,8	2	160,9	0,06	0,3	0	0	33,91	0	0	1,16
520-2001 г	Пюре картофельное	150	3,1	5,25	19,5	140	0,11	5,2	0	0	36,41	0	29,38	1,07
642-1994г.	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	0,03	0,52	0	0	108,6	0	51,1	0,6
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Хлеб ржаной	25	1,1	0,2	6,41	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,7
	Фрукты свежие	100	0,4	0	10,3	28	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>34,22</b>	<b>23,13</b>	<b>69,85</b>	<b>610,1</b>	<b>0,39</b>	<b>31,08</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>241,5</b>	<b>62,4</b>	<b>128,08</b>	<b>5,75</b>
	<b>Обед</b>													
110-1994г.	Борщ с капустой и карт.со сме	200/8	1,9	6,6	10,9	110	0,04	6,55	0	0	40,49	0	20,15	0,91
465-1994г.	Рис отварной	150	3,5	3,7	40	233	0,05	8,48	0	0	11,21	0	11,75	0,36
309-1994г.	Рыба тушеная в томате с овощ	100	21,52	5,92	7,12	168,75	0,22	6,07	0	0	32,42	0	48,93	1,3
585-2004	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>29,52</b>	<b>16,63</b>	<b>84,22</b>	<b>629,95</b>	<b>0,36</b>	<b>21,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>93,78</b>	<b>51,4</b>	<b>99,23</b>	<b>3,62</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
679-1994г.	Блинчики со сл.маслом	150\10	8,1	11,4	50,1	339	0,09	0	0	0	18,48	0	12,06	0,93
686-2004г.	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	11,2	41	0	2,8	0	0	3,1	0	0,84	0,07
	<b>Итого</b>		<b>8,3</b>	<b>11,44</b>	<b>61,3</b>	<b>380</b>	<b>0,09</b>	<b>2,8</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>21,58</b>	<b>0</b>	<b>12,9</b>	<b>1</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>72,04</b>	<b>51,2</b>	<b>215,37</b>	<b>1620,05</b>	<b>0,84</b>	<b>54,98</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>356,8</b>	<b>113,8</b>	<b>240,21</b>	<b>10,37</b>

№	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещ-ва (гр.)	Энерг.	Витамины (мг)	Минерал. вещ-ва (мг)
---	-------------------	-------	----------------------	--------	---------------	----------------------

рецепт.		порций	Б	Ж	Угл.	Ккал.	В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>3 день - среда</b>														
	<b>Завтрак</b>													
22-1997 г.	Масло порциями	10	0,13	7,25	0,09	66,1	0,001	0	0	0	2,4	2	0,3	0,02
311-2004г.	Каша "Дружба" (греч,рис, пше	200\5	6,33	8,9	34	241,1	0,12	0,53	0	0	126,5	0	37	0,81
639-2004г.	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,32	0	0	28,7	0	18,3	0,61
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Выпечка	100	3,2	2,8	80,1	342	0,04	0	0	0	10	33	2	0,6
	<b>Итого</b>		<b>12,05</b>	<b>11,93</b>	<b>151,54</b>	<b>738,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,85</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>170,4</b>	<b>49,6</b>	<b>64,3</b>	<b>2,34</b>
	<b>Обед</b>													
140-2004г.	Суп картоф.с макарон.изд.с курой	200/20	3,36	2,4	17,28	104,54	0,09	6,9	0	0	19,86	0	21,6	0,8
332-2004г.	Макаронные изделия отв	150	5,5	4,2	33,3	195,8	0,06	0	0	0	9,3	0	7,3	0,74
423-1994	Тефтели из мяса говядины с соусом	80/25	11,5	10,2	10,1	230	0,04	1,54	0	0	9,6	0	23,24	0,94
686-2004г.	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	11,2	41	0	2,8	0	0	3,1	0	0,84	0,07
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>23,06</b>	<b>17,22</b>	<b>88,18</b>	<b>654,54</b>	<b>0,24</b>	<b>11,24</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>51,26</b>	<b>51,4</b>	<b>71,38</b>	<b>3,57</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
1-2004г	Бутерброд с маслом	30\10	2,4	8,6	14,6	146	0,05	0	0	0	8,1	0	9,9	0,62
648-2004	Кисель из концентрата	200	0	0	20	76	0	0	0	0	0,48	0	0	0,06
	<b>Итого</b>		<b>2,4</b>	<b>8,6</b>	<b>34,6</b>	<b>222</b>	<b>0,05</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>8,58</b>	<b>0</b>	<b>9,9</b>	<b>0,68</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>37,51</b>	<b>37,75</b>	<b>274,32</b>	<b>1614,84</b>	<b>0,49</b>	<b>12,09</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>230,2</b>	<b>101</b>	<b>145,58</b>	<b>6,59</b>

№ рецепт.	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые веще-ва (гр.)			Энерг. Ккал.	Витамины (мг)				Минерал.вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>4 день - четверг</b>														

<b>Завтрак</b>														
388-2004г.	Котлета рыбная с соусом	100/25	16,12	17,8	12,86	277,6	0,18	0,38	0	0	49,7	0	31,86	1,42
44/3-2001	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,6	6,8	37,8	250	0,25	7,2	0	0	58	0	0	4,71
692-2004г.	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	94	0,03	0,52	0	0	105,9	0	12,18	0,11
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Хлеб ржаной	25	1,1	0,2	6,41	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,7
	Йогурт	100	2,8	2,5	11	79	0	0	0	0	120	0	0	0
	<b>Итого</b>		<b>33,04</b>	<b>30,28</b>	<b>92,91</b>	<b>783,8</b>	<b>0,52</b>	<b>8,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>343</b>	<b>51,4</b>	<b>62,44</b>	<b>7,26</b>
<b>Обед</b>														
дош.сб.2011	Салат из белокоч.капусты с морковью и с растит маслом	100	1,68	6,61	9,85	105	0,02	37,56	0	0	46,7	0	0	0,64
132-1994г.	Суп из овощей на м/к бульоне	200/15	5,5	6,4	8,93	116	42,76	11,17	0	0	21,9	0	20,4	0,84
449-1994г.	Плов из мяса птицы	200	19,6	21,6	35,35	417,5	0,08	1,51	0	0	24,63	0	46,13	2,07
648-2004	Кисель из концентрата	200	0	0	20	76	0	0	0	0	0,48	0	0	0,06
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	<b>Итого</b>		<b>27,6</b>	<b>28,38</b>	<b>80,58</b>	<b>692,7</b>	<b>42,89</b>	<b>12,68</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>56,41</b>	<b>51,4</b>	<b>84,93</b>	<b>3,99</b>
<b>Полдник (ГПД)</b>														
дош.сб.2011	Выпечка (сдоба обыкновенная)	60	5,3	3,9	32,4	188	0,06	0,1	0	0	29,92	0	0	0,56
639-2004г.	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,32	0	0	28,69	0	18,3	0,61
	<b>Итого</b>		<b>6,3</b>	<b>3,95</b>	<b>59,9</b>	<b>298</b>	<b>0,07</b>	<b>0,42</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>58,61</b>	<b>0</b>	<b>18,3</b>	<b>1,17</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>66,94</b>	<b>62,61</b>	<b>233,39</b>	<b>1774,5</b>	<b>43,48</b>	<b>21,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>458</b>	<b>102,8</b>	<b>165,67</b>	<b>12,42</b>

№	Наименование блюд	Масса	Пищевые веще-ва (гр.)	Энерг.	Витамины (мг.)	Минерал.вещ-ва (мг)
---	-------------------	-------	-----------------------	--------	----------------	---------------------

рецепт.		порций	Б	Ж	Угл.	Ккал.	В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>5 день - пятница</b>														
	<b>Завтрак</b>													
340-2004	Омлет натуральный	150/8	13,3	19,5	2,3	238	0,03	0,03	0	0	79,53	0	0	1,95
648-2004	Кисель из концентрата	200	0	0	20	76	0	0	0	0	0,48	0	0	0,06
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Сок фруктовый	100	0,4	0	10,3	46	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>15,22</b>	<b>19,68</b>	<b>42,54</b>	<b>405,2</b>	<b>0,09</b>	<b>16,03</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>101,2</b>	<b>27,6</b>	<b>16</b>	<b>2,93</b>
	<b>Обед</b>													
131-1994г.	Суп картофельный с рыбой	200/25	5,8	1,8	16,39	105	0,11	5,51	0	0	14,7	0	22,31	0,78
520-2004г.	Пюре картофельное	150	3,1	5,25	19,5	140	0,11	5,2	0	0	36,41	0	29,38	1,07
159-2003г.	Зразы "Школьные"	80	11,1	17,8	13,7	208	0,05	0	0	0	15,83	0	21,82	1,3
585-2004г.	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	<b>Итого</b>		<b>22,6</b>	<b>25,26</b>	<b>75,79</b>	<b>571,2</b>	<b>0,32</b>	<b>10,71</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>76,6</b>	<b>51,4</b>	<b>91,91</b>	<b>4,2</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0	9,8	38	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>9,8</b>	<b>38</b>	<b>0,03</b>	<b>16</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>0,6</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>38,22</b>	<b>44,94</b>	<b>128,13</b>	<b>1014,4</b>	<b>0,44</b>	<b>42,74</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>193,8</b>	<b>90</b>	<b>116,91</b>	<b>7,73</b>

№	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые веще-ва (гр.)			Энерг. ценн.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг.)
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	

рецепт.						Ккал.					Ca	P	Mg	Fe
<b>6 день - суббота</b>														
	<b>Завтрак</b>													
294-1996г.	Сырники из творога со сгущенным молоком	200/15	34,4	21,6	50,9	538,9	0,11	1	0	0	275,8	0	42,7	1,6
631-2004г.	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8
	<b>Итого</b>		<b>34,6</b>	<b>21,7</b>	<b>68,1</b>	<b>606,9</b>	<b>0,12</b>	<b>2,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>281,8</b>	<b>0</b>	<b>45,83</b>	<b>2,4</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>34,6</b>	<b>21,7</b>	<b>68,1</b>	<b>606,9</b>	<b>0,12</b>	<b>2,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>281,8</b>	<b>0</b>	<b>45,83</b>	<b>2,4</b>
	<b>Всего за неделю</b>		<b>276,8</b>	<b>250,9</b>	<b>1056,61</b>	<b>7585,09</b>	<b>45,71</b>	<b>170,5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1755</b>	<b>486,6</b>	<b>785,16</b>	<b>46,63</b>

№	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещества (гр)			Энерг.	Витамины (мг)				Минерал. вещ-ва (мг)			
рецепт.		порций	Б	Ж	Угл.	Ккал.	В 1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>2 неделя - 1 день - понедельник</b>														
	<b>Завтрак</b>													
23-1997	Сыр порциями	15	4,02	4,09	0	54	0,004	0,42	0	0	156	0	8,4	0,16
311-2004	Каша молочная рисовая жидкая	200/10	7,3	10,22	35,44	263,3	0,08	0,94	0	0	213,8	0	39	0,5
585-2004г.	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03

	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Сок фруктовый	100	0,4	0	10,3	46	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>13,34</b>	<b>14,52</b>	<b>65,58</b>	<b>443,5</b>	<b>0,144</b>	<b>17,36</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>391,3</b>	<b>27,6</b>	<b>63,4</b>	<b>1,61</b>
	<b>Обед</b>													
132-1994г.	Суп из овощей на м\к бульоне	200/15	5,5	6,4	8,93	116	42,76	11,17	0	0	21,9	0	20,4	0,84
216-2004	Картофель тушеный	150	3,33	9,16	22,7	189,2	0,13	12,14	0	0	24,2	0	37	1,44
451-2004г.	Шницель из мяса говядины	100	17,2	13,88	13,88	250	0,08	1	0	0	31,6	0	26,08	1,24
639-2004г.	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,32	0	0	28,69	0	18,27	0,61
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>29,53</b>	<b>29,87</b>	<b>89,31</b>	<b>748,4</b>	<b>43,03</b>	<b>24,63</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>115,8</b>	<b>51,4</b>	<b>120,15</b>	<b>5,15</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
109-1999г.	Булочка домашняя	60	4,5	7,9	36,5	236,4	0,04	0	0	0	9,2	0	6	0,5
692-2004г.	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	94	0,03	0,52	0	0	105,9	0	12,18	0,11
	<b>Итого</b>		<b>7,4</b>	<b>10,7</b>	<b>51,4</b>	<b>330,4</b>	<b>0,07</b>	<b>0,52</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>115,1</b>	<b>0</b>	<b>18,18</b>	<b>0,61</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>50,27</b>	<b>55,09</b>	<b>206,29</b>	<b>1522,3</b>	<b>43,244</b>	<b>42,51</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>622,1</b>	<b>79</b>	<b>201,73</b>	<b>7,37</b>

№ рецепт.	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые вещества (гр)			Энерг. Ккал.	Витамины (мг.)				Минерал. вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>2 день - вторник</b>														
	<b>Завтрак</b>													
294-1996г.	Сырники из творога со сгущенным молоком	180/15	31	19,4	45,8	485	0,1	0,91	0	0	248,2	0	38,4	1,41
642-1994г.	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	0,03	0,52	0	0	108,6	0	51,1	0,6
	Фрукты свежие	100	0,4	0	10,3	28	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6





140-2004г.	Суп картоф.с макарон.изд.с ку	200/20	3,36	2,4	17,28	104,54	0,09	6,9	0	0	19,86	0	21,6	0,8
465-1994г.	Рис отварной	150	3,5	3,7	40	233	0,05	8,48	0	0	11,21	0	11,75	0,36
401-1994г.	Гуляш из мяса говядины	50/50	13	7,4	4,7	210,9	0,04	1	0	0	14	150	20	2
631-2004г.	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>22,56</b>	<b>13,98</b>	<b>95,48</b>	<b>699,64</b>	<b>0,24</b>	<b>17,98</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>60,5</b>	<b>201,4</b>	<b>74,88</b>	<b>4,98</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0	9,8	38	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>9,8</b>	<b>38</b>	<b>0,03</b>	<b>16</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>0,6</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>43,18</b>	<b>39,9</b>	<b>240,82</b>	<b>1525,14</b>	<b>0,47</b>	<b>61,48</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>191,8</b>	<b>296,8</b>	<b>156,38</b>	<b>9,72</b>

№ рецепт.	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые вещества (гр)			Энерг. Ккал.	Витамины (мг.)				Минерал.вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>4 день - четверг</b>														
<b>Завтрак</b>														
4/4-2010 г.	Каша жид.из смеси нескольк.круп	200\5	5,7	8	30,6	217	0,11	0,3	0	0	113,9	0	33,29	0,73
692-2004г.	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	94	0,03	0,52	0	0	105,9	0	12,18	0,11
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Сырок творожный	90	15	8	14,8	190								
	<b>Итого</b>		<b>25,12</b>	<b>18,98</b>	<b>70,24</b>	<b>546,2</b>	<b>0,17</b>	<b>0,82</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>224,9</b>	<b>16,6</b>	<b>52,47</b>	<b>1,16</b>
<b>Обед</b>														
64-2003	Салат из отварной свеклы с растит. маслом	100	1,4	8,2	8	110	0,1	9,06	0	0	37,16	0	20,2	1,3
138-2004г.	Суп с рыбными консервами	200/20	1,6	1,5	11,6	68	0,05	4,2	0	0	9,48	0	14,41	0,55
332-2004г.	Макаронные изделия отв	150	5,5	4,2	33,3	195,8	0,06	0	0	0	9,3	0	7,3	0,74

431-2002г	Котлеты из кур (припущенные)	80	23,4	6,8	2	160,9	0,06	0,3	0	0	33,91	0	0	1,16
585-2004г.	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>34,5</b>	<b>21,11</b>	<b>81,1</b>	<b>652,9</b>	<b>0,32</b>	<b>13,56</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>99,51</b>	<b>51,4</b>	<b>60,31</b>	<b>4,8</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,3	62,8	0,03	0	0	0	22	0	0	1
639-2004г.	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,32	0	0	28,69	0	18,27	0,61
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	<b>Итого</b>		<b>7,58</b>	<b>4,83</b>	<b>37,7</b>	<b>218</b>	<b>0,06</b>	<b>0,32</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>55,89</b>	<b>16,6</b>	<b>25,27</b>	<b>1,91</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>67,2</b>	<b>44,92</b>	<b>189,04</b>	<b>1417,1</b>	<b>0,55</b>	<b>14,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>380,31</b>	<b>84,6</b>	<b>138,05</b>	<b>7,87</b>

№ рецепт.	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые вещества (гр)			Энерг. Ккал.	Витамины (мг.)				Минерал. вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>5 день - пятница</b>														
	<b>Завтрак</b>													
520-2004г.	Пюре картофельное	150	3,1	5,25	19,5	140	0,11	5,2	0	0	36,41	0	29,38	1,07
309-1994г.	Рыба тушеная в томате с овощ	150	21,52	5,92	7,12	168,75	0,22	6,07	0	0	32,42	0	48,93	1,3
585-2004г.	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	0,03	0	0	0	5,2	16,6	7	0,32
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	Сок фруктовый	100	0,4	0	10,3	46	0,03	16	0	0	16	11	9	0,6
	<b>Итого</b>		<b>27,64</b>	<b>11,58</b>	<b>63,16</b>	<b>472,95</b>	<b>0,42</b>	<b>27,27</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>94,49</b>	<b>62,4</b>	<b>105,71</b>	<b>4,04</b>
	<b>Обед</b>													
дош.сб.2011	Суп картофельный с бобовым	200	4,3	4	15,8	118	0,17	12,32	0	0	70,72	0	12	2,05
463-1994	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,41	5,25	34,7	223,3	0,18	0	0	0	12,94	0	122,42	4,19

451-2004г.	Биточки из мяса говядины с соусом	100/30	17,2	13,88	13,88	250	0,08	1	0	0	31,6	0	26,08	1,24
639-2004г.	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,32	0	0	28,69	0	18,27	0,61
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	Хлеб ржаной	25	1	0,2	6,4	38	0,03	0	0	0	4,2	34,8	11,4	0,72
	<b>Итого</b>		<b>33,41</b>	<b>23,56</b>	<b>108,18</b>	<b>784,5</b>	<b>0,49</b>	<b>13,64</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>153,4</b>	<b>51,4</b>	<b>197,17</b>	<b>9,11</b>
	<b>Полдник (ГПД)</b>													
дош.сб.2011	Выпечка (ватрушка с повидло	60	4,68	3,24	32,16	178,7	0,04	0	0	0	9,7	0	0	0,53
585-2004г.	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	0	0	0,26	0	0	0,03
	<b>Итого</b>		<b>4,78</b>	<b>3,27</b>	<b>42,06</b>	<b>213,7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9,96</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,56</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>65,83</b>	<b>38,41</b>	<b>213,4</b>	<b>1471,15</b>	<b>0,95</b>	<b>40,91</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>257,8</b>	<b>113,8</b>	<b>302,88</b>	<b>13,71</b>

№ рецепт.	Наименование блюд	Масса порций	Пищевые вещества (гр)			Энерг. Ккал.	Витамины (мг.)				Минерал. вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	Угл.		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>6 день - суббота</b>														
	<b>Завтрак</b>													
дош.сб.2011	Салат из белокоч.капусты с морковью и с растит маслом	100	1,68	6,61	9,85	105	0,02	37,56	0	0	46,7	0	0	0,64
3/9 2011	Рагу из мяса кур	150	14,82	16,36	14,4	266	0,09	4,27	0	0	26,48	0	0	1,66
631-2004г.	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,18	9,9	45,2	0,02	0	0	0	5,2	16,6	7	0,3
	<b>Итого</b>		<b>18,2</b>	<b>23,25</b>	<b>51,35</b>	<b>484,2</b>	<b>0,14</b>	<b>43,43</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>84,41</b>	<b>16,6</b>	<b>10,13</b>	<b>3,4</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>18,2</b>	<b>23,25</b>	<b>51,35</b>	<b>484,2</b>	<b>0,14</b>	<b>43,43</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>84,41</b>	<b>16,6</b>	<b>10,13</b>	<b>3,4</b>
	<b>Всего за неделю:</b>		<b>312,4</b>	<b>262,4</b>	<b>1083,96</b>	<b>7899,09</b>	<b>91,564</b>	<b>238</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2030</b>	<b>680,8</b>	<b>1017,4</b>	<b>49,7</b>

	<b>Всего за 2 недели</b>		<b>589,3</b>	<b>513,3</b>	<b>2140,57</b>	<b>15484,2</b>	<b>137,27</b>	<b>408,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>3785</b>	<b>1167</b>	<b>1802,5</b>	<b>96,33</b>