

№153/13	Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	10,250/10	8,50	9,20	17,20	187,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
№420/13	Запеканка картофельная с мясом	200	16,80	16,70	36,10	355,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00
№71/17	Овощи свежие д/г	30	0,30	0,03	0,84	4,50	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№ 349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	800	33,10	27,20	131,84	911,50	147,50	138,75	508,30	11,00	0,64	40,12	3,33	6,95
ПОДЛИНК														
ТТК	Ротали с кареным стученым молоком	100	6,60	11,20	41,10	212,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№346/17	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,10	28,00	115,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за подлинк	300	7,10	11,30	69,10	327,00	19,20	13,00	46,80	1,48	0,06	6,20	0,01	0,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1800	75,21	70,30	352,64	2303,20	408,10	407,10	1136,00	23,04	1,45	93,12	3,42	12,47
№ рец	Наименование блюда	Выход	Пищевые				Минеральные				Витамины			
			вещества				вещества				вещества			
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК	СРЕДА													
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
№62/13	Сыр твердый	35	8,58	9,80	0,00	122,50	164,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
ТТК	Каша пшенная с тыквой, с маслом сливочным	200,5	5,40	10,40	28,80	257,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38
№575/13	Чай с шиповником	200	0,30	0,05	17,40	67,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	Итого за завтрак	720	21,38	21,35	107,80	755,50	363,60	94,35	434,90	8,16	0,42	205,30	0,30	1,72
ОБЕД														
№83/17	Борщ с картофелем, с цыпленком, со сметаной	15,250/10	10,30	15,10	12,10	187,00	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
№342/13	Котлеты рыбные	100	11,30	9,60	9,80	185,00	49,00	19,82	182,40	1,60	0,13	0,00	0,07	4,20
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20
№71/17	Овощи свежие д/г	30	0,30	0,03	0,84	4,50	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№ 349/17	Компот из кургиги	200	1,00	0,10	34,20	142,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	875	32,80	31,41	122,94	911,50	233,20	130,57	477,70	7,30	0,61	18,12	0,33	6,35
ПОДЛИНК														
№611/13	С дыба обыкновенная	100	7,50	4,13	60,00	296,00	13,75	10,00	60,00	0,75	0,14	0,00	0,02	0,88
№585/13	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	113,00	240,00	28,00	190,00	0,00	0,08	2,00	0,00	0,00
	Итого за подлинк	300	13,30	10,53	68,00	409,00	253,75	38,00	250,00	0,75	0,22	2,00	0,02	0,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1895	67,48	63,29	298,74	2056	850,55	262,92	1162,6	16,21	1,25	225,42	0,65	8,95
			Пищевые				Минеральные				Витамины			

№ рецеп		Наименование блюда	Выход		вещества							вещества							витамины						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15											
ЗАВТРАК		ЧЕТВЕРГ																							
Кондитерское изделие промышленного производства		50	3,80	5,90	38,00	208,50	14,50	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00											
№294/17	Выпечка рубленые из птицы	100	14,98	23,57	15,50	299,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83											
№469/13	Салат из отварных	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80											
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00											
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52											
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42											
ОБЕД	Итого за завтрак	610	34,64	39,04	148,45	1062,00	213,70	87,85	369,10	5,09	0,50	2,00	76,03	2,57											
№156/13	Суп картофельный с макаронами издежными (звездоочка), с цыпленком	25/250	7,40	5,80	23,00	204,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44											
№440/13	Плов из мяса	200	22,90	22,80	46,90	432,00	23,00	49,00	263,00	4,00	0,08	1,30	0,20	4,30											
№71/17	Овощи свежие д/т	100	0,60	0,00	3,80	14,00	9,20	0,00	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30											
№389/17	Компот из свежемороженых ягод	200	0,50	0,20	28,90	122,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20											
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42											
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52											
ПОЛДНИК	Итого за обед	865	38,20	29,98	148,30	1024,00	132,40	113,15	467,50	10,32	0,44	17,00	15,38	8,18											
№604/13	Булочка домашняя	100	6,70	12,60	55,40	362,00	2,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90											
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20											
	Итого за полдник	300	8,10	12,80	81,80	482,00	16,00	17,00	72,00	3,50	0,14	4,00	0,09	1,10											
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1775	80,94	81,82	378,55	2568	362,1	218	908,6	18,91	1,083	23	91,5	11,85											
№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины														
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E											
ЗАВТРАК		ПЯТНИЦА	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15											
№338/17	Фрукт свежий	190	0,28	0,72	30,46	114,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20											
ТТК	Запеканка из творога с морковью, со сухим молоком	150/20	19,20	8,60	34,70	292,50	237,00	41,00	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00											
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00											
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52											
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42											
ОБЕД	Итого за завтрак	640	25,65	10,44	121,56	690,50	326,70	87,75	486,70	4,74	0,43	38,03	0,18	2,14											
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	12,5/250/10	7,85	7,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24											
ТТК	Гуляши из филе куриного	50/50	16,00	12,80	3,30	184,00	18,00	19,00	135,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90											
№469/13	Макароны отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80											
№71/17	Овощи свежие д/т	40	0,24	0,00	1,60	6,00	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30											

№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ПОДЛИНК	Итого за обед	882,5	38,89	27,94	125,51	920,60	134,40	96,75	379,50	8,42	1,24	18,70	15,28	3,38
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	7,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
№538/13	Напиток из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
	Итого за подлинк	300	12,34	7,34	66,57	373,70	73,67	18,67	121,34	1,67	0,13	2,00	0,04	1,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1822,5	76,88	55,72	313,64	1984,80	534,77	203,17	987,54	14,83	1,80	58,73	15,50	6,52
№ реч	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК	СУББОТА													
ТТК	Наггетсы рыбные	100	13,90	13,50	3,90	192,70	39,00	38,70	171,90	0,76	0,10	1,42	24,50	51,20
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	Итого за завтрак	560	26,00	22,50	90,40	689,70	250,60	116,05	452,80	5,22	0,55	14,52	24,55	52,34
ОБЕД														
№108/17	Суп картофельный с клецками, с мясом	107250	9,71	7,45	34,50	229,40	35,20	40,10	107,70	1,70	0,18	12,00	20,00	0,56
№289/17	Рагу из птицы	200	20,90	17,70	17,60	217,40	32,00	93,00	193,00	2,70	0,23	42,80	0,39	3,43
№71/17	Овощи свежие д/т	100	0,60	0,00	3,80	14,00	9,20	0,00	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№349/17	Компот из кураги	200	1,00	0,10	34,20	142,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	850	39,01	26,43	135,80	854,80	152,40	184,25	453,00	7,70	0,70	56,92	20,39	5,74
ПОДЛИНК														
ТТК	Рогалик с конфитуром	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№591/13	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0
	Итого за подлинк	300	4,78	6,30	48,40	233,00	24,20	11,00	39,80	1,48	0,07	203,20	0,17	0,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1710	69,79	55,83	274,60	1777,50	427,20	311,30	945,60	14,40	1,32	274,64	45,11	58,16
№ реч	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ														
ЗАВТРАК	ПО НЕДЕЛЬНИК													
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
№213	Сыр твердый	25	6,13	7,00	0,00	87,50	154,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
№272/13	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/10	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88

№762/97	Кофеинный напиток на моторе	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	715	22,39	21,97	117,25	780,50	404,40	100,25	503,90	6,85	0,40	6,56	20,15	2,22
№154/13	Суп картофельный с крупой, с рыбой	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55
№469/13	Макаронь отарные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
ТТК	Калуста кашеная д/г	80	0,96	0,08	2,40	18,40	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ПОЛДНИК	Итого за обед	950	33,58	36,67	145,29	1049,40	228,10	132,37	496,70	7,43	0,65	16,88	0,27	54,75
№604/13	Булочка домашняя	100	6,70	12,60	55,40	362,00	2,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
Итого за полдник	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	300	8,10	12,80	81,80	482,00	16,00	17,00	72,00	3,50	0,14	4,00	0,09	1,10
		1965	64,07	71,44	344,34	2311,90	708,50	249,62	1072,60	17,78	1,19	27,44	20,51	58,07
№ респ	Наименование блюда	выход	Пищевые				Минеральные				Витамины			
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК	ВТОРИК		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№338/17	Фрукт свежий	150	0,81	0,80	27,30	128,70	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
№268/17	Шницель мясной с соусом	75/25	12,20	14,90	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60
№457/13	Каша гречневая распычатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70
№591/13	Отвар из шиповника	200	0,85	0,00	23,32	99,14	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	710	30,16	24,40	148,82	981,84	120,40	234,35	517,90	10,86	0,67	238,00	0,20	5,44
№164/13	Суп картофельный с рисом, с мясом	10/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30
№372/13	Мясо, тушенное с капустой	200	19,80	7,60	16,20	212,30	174,00	17,00	132,00	2,40	0,09	5,10	0,00	1,40
№71/17	Овощи свежие д/г	80	0,80	0,00	4,90	12,00	9,20	0,00	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ПОЛДНИК	Итого за обед	830	37,00	19,68	114,30	784,30	258,80	82,35	339,50	7,10	0,48	16,50	0,20	3,14
ТТК	Роталин с вареным слушным молоком	100	6,60	11,20	41,10	212,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№575/13	Чай с лимоном	200/15	0,30	0,11	14,70	63,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00

		Итого за подлинник		315	6,90	11,31	55,80	275,00	19,20	13,00	46,80	1,48	0,06	6,20	0,01	0,08
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1855	74,06	55,39	318,92	2041,14	398,40	329,70	904,20	19,44	1,21	260,70	0,41	8,66
№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины					
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ЗАВТРАК		СРЕДА														
№420/10	Йогурт	110	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00		
№209/17	Яйцо вареное	60	7,80	7,20	0,60	98,40	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00		
№178/13	Суп молочный с макаронами изделиями (звездочки)	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30		
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00		
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52		
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42		
	Итого за завтрак	700	25,40	17,70	104,70	703,80	558,60	82,65	506,70	5,96	0,46	9,70	120,03	105,24		
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	10/250/10	6,80	8,00	8,30	164,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20		
ТТК	Полужарка из рыбы с овощами	50/50	11,90	6,90	5,50	132,00	44,00	35,00	205,00	2,00	0,18	13,00	0,03	4,20		
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20		
№71/17	Овощи свежие д/г	30	0,30	0,03	0,84	4,50	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30		
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51		
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42		
	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52		
	Итого за обед	870	29,60	21,60	112,64	806,50	220,20	142,75	495,30	7,20	0,67	42,12	0,28	6,35		
ПОЛДНИК																
№611/13	Салат овощной свежая	100	7,50	4,13	60,00	296,00	13,75	10,00	60,00	0,75	0,14	0,00	0,02	0,88		
№585/13	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	113,00	240,00	28,00	190,00	0,00	0,08	2,00	0,00	0,00		
	Итого за подлинник	300	13,30	10,53	68,00	409,00	253,75	38,00	250,00	0,75	0,22	2,00	0,02	0,88		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1870	68,30	55,44	285,34	1919,30	1032,55	263,40	1252,00	13,91	1,35	53,82	120,33	112,47		
№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины					
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ЗАВТРАК		ЧЕТВЕРГ														
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	3,80	5,90	38,00	208,50										
№432/13	Голень куриная отварная	100	21,80	12,20	0,80	200,00	58,00	34,00	216,00	2,00	0,08	18,00	0,12	0,40		
№460/14	Рис отварной с овощами	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20		
№762/97	Корейский напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00		
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52		
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42		

Итого за завтрак		610	40,66	27,27	133,15	953,5	253,9	123,45	495,9	5,49	0,44	20,5	20,62	4,54
ОБЕД														
Суп картофельный с макаронными изделиями, с цыпленком		25/250	8,40	8,90	20,00	196,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44
ТТК	Ежкин доушанне	100	19,00	20,80	13,60	318,00	18,00	24,00	164,00	2,00	0,08	4,00	0,00	6,00
№492/13	Рату овощное	180	4,20	8,00	13,80	143,00	53,00	29,00	101,00	1,20	0,68	11,00	0,96	0,80
№71/17	Овощи свежие д/г	100	0,80	0,10	3,80	15,00	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
Итого за обед		945	40,60	39,18	123,30	1044,00	180,40	122,75	469,50	9,52	1,12	30,70	16,14	10,68
ПОЛДНИК														
Мармелад фруктово-ягодный		30	0,18	0,00	24,30	97,80	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,16	0,00
№663/13	Булочка с сыром	100	6,90	12,10	54,00	368,80	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14
№575/13	Чай с лимоном	200/5	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
Итого за полдник		335	7,33	12,20	92,40	528,60	45,00	21,30	74,30	2,80	0,11	11,30	0,18	0,14
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	88,59	78,65	348,85	2526,10	479,30	267,50	1039,70	17,81	1,67	62,50	36,94	15,36
№ реч	Наименование блюд	Выход	Пищевые				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	C	A	E
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
ЗАВТРАК		ПИТИЩА												
№338/17	Фрукт свежий	190	0,28	0,72	30,46	114,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
Затеканка из творога с яблоками, со стущеным молоком		150/20	18,00	13,78	13,90	233,80	237,00	41,00	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
Итого за завтрак		640	27,28	18,10	110,56	703,80	436,60	100,35	573,90	5,46	0,47	46,10	0,19	2,14
ОБЕД														
№136/13	Борщ из свежей капусты, с картофелем, мясом и сметаной	15/250/10	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
ТТК	Тертый куринный с соусом	75/25	12,80	16,80	12,90	227,00	52,00	25,00	117,00	2,00	0,07	10,00	0,09	4,50
№469/13	Макароны отварные	180	6,30	12,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
№71/17	Овощи свежие д/г	60	0,50	0,00	1,70	9,00	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
Итого за обед		905	34,92	42,34	134,00	1009,20	174,80	100,95	330,50	7,70	0,47	24,40	0,34	6,94
ПОЛДНИК														
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	8,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
ТТК	Нашиток из свежемороженых яблок	200	0,20	0,10	26,70	115,00	8,00	4,00	6,00	0,60	0,02	20,00	0,00	0,20

	Итого за подлинк	300	12,34	8,24	65,37	373,70	74,67	18,67	123,34	1,27	0,14	20,00	0,04	1,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1845	74,54	68,68	309,93	2086,70	686,07	219,97	1027,74	14,43	1,08	90,50	0,57	10,08
№ реч	Наименование блюда	Выход	Пищевые				Минеральные				Витамины			
			вещества				вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
ЗАВТРАК СУББОТА														
№38/17	Фрукт свежий	170	0,80	0,70	26,60	121,70	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
ТТК	Гуляш из филе куриного	50/50	16,00	11,80	3,30	184,00	18,00	19,00	155,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90
№457/13	Каши гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
Итого за завтрак		730	36,26	23,87	133,65	924,70	239,20	240,25	609,90	9,39	0,67	41,30	20,07	2,74
ОБЕД														
№156/13	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	10/250/10	8,05	8,70	12,74	178,20	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
ТТК	Жаркое по-домашнему	200	20,90	18,70	17,60	217,40	32,00	93,00	193,00	2,70	0,23	42,80	0,39	3,43
№71/17	Овощи свежие дл	100	0,60	0,00	3,80	14,00	9,20	0,00	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№349/17	Компот из кураги	200	1,00	0,10	34,20	142,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
Итого за обед		860	37,35	28,68	114,04	803,60	151,20	171,15	424,30	7,00	0,52	52,92	0,60	5,38
ПОЛДНИК														
ТТК	Ротлики с вареным стуженым молоком	100	6,60	11,20	41,10	212,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№86/13	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,40	98,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,01	3,00	0,00	0,10
Итого за полдник		300	6,70	11,20	65,50	310,00	18,20	10,00	40,80	0,68	0,07	6,20	0,01	0,18
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	80,31	63,75	313,19	2038,30	408,60	421,40	1075,00	17,07	1,26	100,42	20,68	8,30
ИТОГО ЗА 12 ДНЕЙ:		22152,50	894,75	803,51	3876,59	26044,19	6812,24	3369,88	12430,48	204,95	15,80	1295,64	376,18	320,34
В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:		1846,04	74,56	66,96	323,05	2170,35	567,69	280,82	1035,87	17,08	1,32	107,97	31,35	26,70

ФОРМА 3. БЕДНОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОННОЕ ПИТАНИЕ
по циркулярному письму от 01.09.2025г.

Наименование и группы продуктов	Рекомендуемое количество продуктов(норма) в день на одного ребенка в зависимости от веса 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека												В среднем за 12 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)
		12-18 лет (12 лет)														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Мясо	гп 46,8	63,5	139	0	74	20	16	57	138	16	49	24	90	686,5	57,2	122,2
Линия	гп 31,8	0	0	15	99	64	72	0	0	0	125	50	64	489,0	40,8	128,1
Рыба	гп 46,2	0	0	86	0	0	126	25	0	81	0	0	0	318,0	26,5	57,4
Яйцо	гп 24	50	12	14	12	14	8	60	12	74	12	14	0	282,0	23,5	97,9
Молоко	гп 210	166	100	102	150	66	100	152	0	265	0	60	50	1211,0	100,9	48,1
Кисломолочные продукты	гп 108	0	0	200	0	0	0	0	0	310	0	0	0	510,0	42,5	39,4
Творог	гп 36	0	0	0	0	146	0	0	0	0	0	146	0	292,0	24,3	67,6
Сметана	гп 6	0	10	10	0	16	0	0	0	10	0	16	10	72,0	6,0	100,0
Сыр	гп 9	10	0	35	0	0	0	25	0	20	10	0	0	100,0	8,3	92,6
Масло сливочное	гп 21	22	14	26	18	14	18	26	16	18	20	16	16	224,0	18,7	88,9
Масло растительное	гп 10,8	10	12	10	11	10	12	12	7	10	12	7	12	125,0	10,4	96,5
Наварное питание	гп 12	61	0	0	68	61	0	61	0	20	15	61	0	166,0	13,8	115,3
Брынза, говяжье	гп 30	36	73	44	51	0	0	44	73	0	38	0	73	432,0	36,0	120,0
Свар	гп 21	21	24	21	16	23	21	21	20	21	21	21	21	251,0	20,9	99,6
Кондитерские и выпеч- ные изделия	гп 9	25	0	0	50	0	0	0	0	0	50	0	0	125,0	10,4	115,7
Капютель	гп 112,2	75	210	247	70	67	260	75	75	235	195	75	140	1724,0	143,7	128,0
Овощи	гп 192	116	112	152	148	165	146	153	320	187	151	148	210	2008,0	167,3	87,2
С.сальфрукты	гп 12	0	20	24	0	0	44	20	20	20	0	4	20	172,0	14,3	119,4
Чай	гп 1,2	2	0	1	0	2	0	0	2	0	3	1	0	11,0	0,9	76,4
Кофейный напиток, какао	гп 1,8	2	6	0	2	0	6	2	0	6	0	0	2	26,0	2,2	120,4
Фрукты	гп 111	6	161	0	31	225	0	0	214	0	6	253	185	1081,0	90,1	81,2
С.ок	гп 120	200	0	0	200	200	0	400	0	0	200	0	0	1200,0	100,0	83,3
С.оль	гп 1,8	1,8	2	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	21,8	1,8	100,9
Хлеб ржаной	гп 12	30	28	30	28	28	28	28	28	30	30	28	28	245,0	20,4	170,1
Хлеб пшеничный	гп 72	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	840,0	70,0	97,2
Хлеб пшеничный	гп 120	115	112	120	118	116	116	116	108	120	108	125	138	1412,0	117,7	98,1