ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Документ отправлен на официальный сайт: **yalta7.crimeaschool.ru**
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Бышевая Майя Виссарионовна
Действителен с: с 24.12.2025, 11:53
Действителен до: до 19.03.2027, 11:53
Ключ подписи: 00D8E3BFBA4F955B85DD27B06DFD0E2499

10-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ГОРОД-ЯЛТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАЦИОН №1 И 2 ЗАВТРАК И ОБЕД ИЗ РАСЧЕТА 118,00 РУБ. И 114,64РУБ. НА 1 РЕБЕНКА

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ ГЕРКУЛЕС	250	11,62	18,68	39,64	361,72	0,48	####	0,24	0,07	1,78	0,18	####	####	0,54	20,06	231,65	0,00	0,03	182	2011
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,18	2,27	7,28	29,10	0,00	####	0,02	0.00	0,00	0,00	####	####	0.17	0.00	7.83	0.00	0.00	ПП	2008
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	7,80	27,00	10,00	####	0,02	0.01	0,63	0,00	####	####	0.30	2.00	16.00	0.00	0.01	338	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.00	0.00	5.00	0.00	0.00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**620**	**17,36**	**21,69**	**89,19**	**569,71**	10,48	####	0,30	0.08	3,19	0,18	####	####	1.51	32.86	268.76	0.00	0.05		
Обед																				
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	5,83	5,21	10,50	74,26	3,18	####	0,03	0,01	1,95	0,00	####	####	0,32	7,50	11,73	0,00	0,00	10	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,63	13,00	20,65	258,50	7,32	####	0,14	0,28	1,64	0,00	####	####	4,17	12,54	37,55	0,00	0,10	103-	2011
МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12,67	16,72	2,62	211,19	0,87	####	0,09	0.09	1,92	0,00	####	####	2.48	1.13	13.50	0.00	0.00	256-	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,17	6,14	36,93	235,02	0,00	####	0,12	0.02	4,54	0,08	####	####	2.23	21.31	19.85	0.00	0.02	171.1	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,16	0,16	12,71	49,67	1,60	####	0,01	0.00	0,25	0,00	####	####	0.10	0.80	12.91	0.00	0.00	342.1	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**47,16**	**41,79**	**######**	**988,65**	12,97	####	0,44	0.40	11,94	0,08	####	####	10.12	65.78	111.29	0.00	0.13		
Всего за день:		**64,52**	**63,48**	**######**	**1 558,36**	23,45	####	0,74	0.48	15,13	0,26	####	####	11.63	98.64	380.05	0.00	0.18		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	10,70	111,00	7,00	####	0,05	0,19	0,00	0,00	####	####	0,40	0,00	41,00	0,00	0,00	ПП	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	6,88	7,20	42,36	262,11	2,89	####	0,05	0.38	1,49	0,12	####	####	0.80	15.33	42.88	0.01	0.03	205	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60	####	0,02	0.00	0,00	0,00	####	####	0.16	0.20	12.60	0.00	0.00	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**570**	**14,70**	**16,79**	**98,74**	**593,57**	11,49	####	0,16	0.57	2,93	0,12	####	####	2.06	35.33	110.16	0.01	0.04		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,40	15,00	####	0,02	0.10	0,23	0,00	####	####	0.30	6.60	8.40	0.00	0.00	71	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	9,98	2,91	19,69	145,20	10,08	####	0,17	0.26	2,89	0,00	####	####	3.00	15.49	30.11	0.00	0.04	77	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (С КОНСЕРВОЙ МЯСНОЙ)	150/90	18,12	22,56	15,59	329,53	9,07	####	0,21	0.66	0,62	0,13	####	####	3.74	12.88	57.62	0.00	0.05	342-	2012
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	0,30	0,06	23,15	94,82	0,48	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.05	0.06	13.39	0.00	0.00	359	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**34,76**	**26,21**	**91,67**	**743,96**	34,63	####	0,46	1.02	5,38	0,13	####	####	7.91	57.53	125.27	0.00	0.10		
Всего за день:		**49,46**	**43,00**	**######**	**1 337,53**	46,12	####	0,62	1.59	8,31	0,25	####	####	9.97	92.86	235.43	0.01	0.14		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	250	9,51	12,65	22,92	243,99	0,63	####	0,28	0.06	1,11	0,08	####	####	0.71	16.62	274.23	0.00	0.00	121	2011
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	60	2,43	0,90	18,12	79,20	12,00	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.30	0.00	12.30	0.00	0.00	2- чс	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,29	3,30	24,14	139,68	0,16	####	0,14	0.02	0,09	0,02	####	####	0.24	0.00	122.81	0.00	0.01	380	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	7,80	27,00	10,00	####	0,02	0.01	0,63	0,00	####	####	0.30	2.00	16.00	0.00	0.01	338	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**650**	**18,59**	**17,49**	**92,45**	**581,76**	22,79	####	0,47	0.09	2,61	0,10	####	####	2.05	29.42	433.62	0.00	0.03		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	60	1,05	0,06	1,75	13,39	7,20	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.19	0.00	25.92	0.00	0.01	70	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	10,59	4,57	12,26	127,53	9,05	####	0,15	0.28	2,14	0,08	####	####	2.66	13.87	32.57	0.00	0.03	95- чс	2008
ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	240	22,54	27,04	37,41	445,58	2,34	####	0,16	0.32	5,35	0,00	####	####	5.76	16.10	27.07	0.01	0.16	291-чс	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ ВАРАИНТ)	200	0,31	0,08	13,79	59,37	2,40	####	0,01	0.01	0,13	0,00	####	####	0.13	2.40	20.06	0.00	0.01	342.2	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**40,19**	**32,31**	**96,17**	**805,88**	20,99	####	0,38	0.61	9,26	0,08	####	####	9.56	54.87	121.37	0.01	0.22		
Всего за день:		**58,78**	**49,80**	**######**	**1 387,64**	43,78	####	0,85	0.70	11,87	0,18	####	####	11.61	84.29	554.99	0.01	0.25		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
БЛИНЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ОЛАДЬИ	150/50	8,19	19,05	######	604,06	8,00	####	0,02	0.03	0,95	0,08	####	####	0.04	0.00	10.41	0.00	0.00	446	2012
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	7,80	27,00	10,00	####	0,02	0.01	0,63	0,00	####	####	0.30	2.00	16.00	0.00	0.01	338	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60	####	0,02	0.00	0,00	0,00	####	####	0.16	0.20	12.60	0.00	0.00	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**570**	**14,51**	**20,14**	**######**	**851,52**	19,60	####	0,10	0.04	3,02	0,08	####	####	1.20	22.00	52.69	0.00	0.02		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,47	0,06	1,46	8,15	2,40	####	0,02	0.01	0,06	0,00	####	####	0.10	2.40	12.42	0.00	0.01	71	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	19,21	16,36	22,81	303,98	7,77	####	0,17	0.33	2,71	0,00	####	####	4.28	11.17	65.34	0.01	0.11	102-	2011
ГУЛЯШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	90	12,14	16,14	2,90	205,00	1,11	####	0,09	0.02	1,91	0,00	####	####	2.34	1.30	13.06	0.00	0.00	260-	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,37	4,64	34,23	199,97	0,00	####	0,03	0.02	1,16	0,08	####	####	0.49	10.00	24.52	0.01	0.01	203	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,25	0,01	23,49	93,32	0,00	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.00	0.00	8.28	0.00	0.00	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**43,14**	**37,77**	**######**	**970,43**	11,28	####	0,36	0.38	7,48	0,08	####	####	8.03	47.37	139.37	0.02	0.14		
Всего за день:		**57,65**	**57,91**	**######**	**1 821,95**	30,88	####	0,46	0.42	10,50	0,16	####	####	9.23	69.37	192.06	0.02	0.16		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	9,81	15,64	38,14	331,43	0,50	####	0,21	0,07	1,18	0,17	####	####	0,52	17,87	222,05	0,00	0,01	181	2011
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.14	0.00	2.97	0.00	0.00	ПП	2008
КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,60	3,71	23,76	143,72	0,15	####	0,13	0.02	0,09	0,02	####	####	0.12	1.80	109.65	0.00	0.01	383	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00	####	0,02	0.00	0,59	0,00	####	####	0.37	8.10	6.21	0.00	0.00	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**540**	**19,34**	**21,16**	**######**	**695,73**	0,65	####	0,39	0.09	2,52	0,19	####	####	1.35	36.77	346.28	0.00	0.02		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	60	0,47	0,06	0,99	7,57	1,20	####	0,01	0,00	0,00	0,00	####	####	0,05	0,00	12,42	0,00	0,00	70	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,84	9,17	18,49	169,75	13,38	####	0,10	0.56	2,58	0,08	####	####	0.98	17.47	62.59	0.00	0.06	76	2008
МЯСО ТУШЕНОЕ (КОНСЕРВИРОВАННОЕ) С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,73	19,47	18,32	314,59	7,51	####	0,19	0,30	0,40	0,08	####	####	3,90	10,88	35,37	0,00	0,03	274-чс	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.00	0.00	5.00	0.00	0.00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**26,94**	**29,36**	**83,76**	**711,92**	22,09	####	0,35	0.86	4,62	0,16	####	####	5.75	50.85	131.13	0.00	0.10		
Всего за день:		**46,28**	**50,52**	**######**	**1 407,65**	22,74	####	0,74	0.95	7,14	0,35	####	####	7.10	87.62	477.41	0.00	0.12		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ ГЕРКУЛЕС	250	11,62	18,68	39,64	361,72	0,48	####	0,24	0,07	1,78	0,18	####	####	0,54	20,06	231,65	0,00	0,03	182	2011
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,18	2,27	7,28	29,10	0,00	####	0,02	0.00	0,00	0,00	####	####	0.17	0.00	7.83	0.00	0.00	ПП	2008
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	7,80	27,00	10,00	####	0,02	0.01	0,63	0,00	####	####	0.30	2.00	16.00	0.00	0.01	338	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.00	0.00	5.00	0.00	0.00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**620**	**17,36**	**21,69**	**89,19**	**569,71**	10,48	####	0,30	0,08	3,19	0,18	####	####	1,51	32,86	268,76	0,00	0,05		
Обед																				
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	5,83	5,21	10,50	74,26	3,18	####	0,03	0,01	1,95	0,00	####	####	0,32	7,50	11,73	0,00	0,00	10	2012
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	10,59	4,57	12,26	127,53	9,05	####	0,15	0.28	2,14	0,08	####	####	2.66	13.87	32.57	0.00	0.03	95- чс	2008
МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12,67	16,72	2,62	211,19	0,87	####	0,09	0.09	1,92	0,00	####	####	2.48	1.13	13.50	0.00	0.00	256-	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,17	6,14	36,93	235,02	0,00	####	0,12	0.02	4,54	0,08	####	####	2.23	21.31	19.85	0.00	0.02	171.1	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ ВАРАИНТ)	200	0,31	0,08	13,79	59,37	2,40	####	0,01	0.01	0,13	0,00	####	####	0.13	2.40	20.06	0.00	0.01	342.2	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**43,27**	**33,28**	**######**	**867,38**	15,50	####	0,45	0.41	12,32	0,16	####	####	8.64	68.71	113.46	0.00	0.07		
Всего за день:		**60,63**	**54,97**	**######**	**1 437,09**	25,98	####	0,75	0,49	15,51	0,34	####	####	10,15	101,57	382,22	0,00	0,12		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ПЛОВ СЛАДКИЙ	230	5,90	10,05	77,81	386,91	0,22	####	0,06	0.05	0,52	0,17	####	####	1.04	11.36	32.34	0.01	0.03	196	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60	####	0,02	0.00	0,00	0,00	####	####	0.16	0.20	12.60	0.00	0.00	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**500**	**11,82**	**10,74**	**######**	**607,37**	1,82	####	0,12	0.05	1,96	0,17	####	####	1.90	31.36	58.62	0.01	0.04		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,40	15,00	####	0,02	0,10	0,23	0,00	####	####	0,30	6,60	8,40	0,00	0,00	71	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	10,48	3,08	19,30	147,07	7,08	####	0,16	0.26	3,53	0,00	####	####	2.95	15.69	28.53	0.00	0.03	101-	2011
ГУЛЯШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	90	12,14	16,14	2,90	205,00	1,11	####	0,09	0.02	1,91	0,00	####	####	2.34	1.30	13.06	0.00	0.00	260-	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,37	4,64	34,23	199,97	0,00	####	0,03	0.02	1,16	0,08	####	####	0.49	10.00	24.52	0.01	0.01	203	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,16	0,16	12,71	49,67	1,60	####	0,01	0.00	0,25	0,00	####	####	0.10	0.80	12.91	0.00	0.00	342.1	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**34,51**	**24,70**	**######**	**776,12**	24,79	####	0,36	0.40	8,72	0,08	####	####	7.00	56.89	103.17	0.01	0.05		
Всего за день:		**46,33**	**35,44**	**######**	**1 383,49**	26,61	####	0,48	0.45	10,68	0,25	####	####	8.90	88.25	161.79	0.02	0.09		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	250	9,51	12,65	22,92	243,99	0,63	####	0,28	0.06	1,11	0,08	####	####	0.71	16.62	274.56	0.00	0.00	121	2011
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	60	2,43	0,90	18,12	79,20	12,00	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.30	0.00	12.30	0.00	0.00	2- чс	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	7,80	27,00	10,00	####	0,02	0.01	0,63	0,00	####	####	0.30	2.00	16.00	0.00	0.01	338	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.00	0.00	5.00	0.00	0.00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**650**	**15,50**	**14,29**	**83,31**	**502,08**	22,63	####	0,33	0,07	2,52	0,08	####	####	1,81	29,42	316,14	0,00	0,02		
Обед																				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	6,42	66,60	4,20	####	0,03	0.11	0,00	0,00	####	####	0.24	0.00	24.60	0.00	0.00	ПП	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,84	9,17	18,49	169,75	13,38	####	0,10	0.56	2,58	0,08	####	####	0.98	17.47	62.59	0.00	0.06	76	2008
МЯСО ТУШЕНОЕ (КОНСЕРВИРОВАННОЕ) С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,73	19,47	18,32	314,59	7,51	####	0,19	0,30	0,40	0,08	####	####	3,90	10,88	35,37	0,00	0,03	274-чс	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,25	0,01	23,49	93,32	0,00	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.00	0.00	8.28	0.00	0.00	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**27,66**	**34,55**	**97,68**	**804,27**	25,09	####	0,37	0.97	4,62	0,16	####	####	5.94	50.85	146.59	0.00	0.10		
Всего за день:		**43,16**	**48,84**	**######**	**1 306,35**	47,72	####	0,70	1.04	7,14	0,24	####	####	7.75	80.27	462.73	0.00	0.12		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	9,81	16,36	39,70	344,11	0,50	####	0,21	0.07	1,20	0,18	####	####	0.52	17.87	222.18	0.00	0.01	181	2011
БУЛОЧКА ИЛИ КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	60	4,44	8,36	35,77	235,30	0,00	####	0,04	0.04	0,47	0,16	####	####	0.39	11.05	10.23	0.01	0.01	467/П	2008
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	200/30	0,17	0,03	12,22	38,41	4,80	####	0,00	0.00	0,00	0,00	####	####	0.02	0.00	11.82	0.00	0.00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**610**	**19,37**	**25,25**	**######**	**754,86**	5,30	####	0,29	0,11	3,11	0,34	####	####	1,63	48,72	257,91	0,01	0,03		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,47	0,06	1,46	8,15	2,40	####	0,02	0.01	0,06	0,00	####	####	0.10	2.40	12.42	0.00	0.01	71	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	9,98	2,91	19,69	145,20	10,08	####	0,17	0.26	2,89	0,00	####	####	3.00	15.49	30.11	0.00	0.04	77- чс	2012
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (ГОВЯЖЬЕЙ ТУШЕНКИ)	240	18,64	23,14	35,44	386,50	0,58	####	0,15	0,26	3,70	0,00	####	####	3,70	12,21	31,86	0,01	0,04	244-чс	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	0,30	0,06	23,15	94,82	0,48	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.05	0.06	13.39	0.00	0.00	359	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**35,09**	**26,73**	**######**	**794,68**	13,54	####	0,40	0.53	8,29	0,00	####	####	7.67	52.66	103.53	0.01	0.10		
Всего за день:		**54,46**	**51,98**	**######**	**1 549,54**	18,84	####	0,69	0.64	11,40	0,34	####	####	9.30	101.38	361.44	0.02	0.13		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины										Минеральные			№ рецептуры	Сборник
		Белки	Жиры	Углеводы		C, мг	B1	B2	A, мг	E, мг	Д	B12	B6	PP, мг	Фолиев	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	10,70	111,00	7,00	####	0,05	0.19	0,00	0,00	####	####	0.40	0.00	41.00	0.00	0.00	ПП	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	6,88	7,20	42,36	262,11	2,89	####	0,05	0.38	1,49	0,12	####	####	0.80	15.33	42.88	0.01	0.03	205	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60	####	0,02	0.00	0,00	0,00	####	####	0.16	0.20	12.60	0.00	0.00	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00	####	0,02	0.00	0,78	0,00	####	####	0.50	10.80	8.28	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**570**	**14,70**	**16,79**	**98,74**	**593,57**	11,49	####	0,16	0,57	2,93	0,12	####	####	2,06	35,33	110,16	0,01	0,04		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	60	0,47	0,06	0,99	7,57	1,20	####	0,01	0.00	0,00	0,00	####	####	0.05	0.00	12.42	0.00	0.00	70	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	7,38	6,24	22,33	163,48	7,05	####	0,08	0.25	2,49	0,00	####	####	1.09	8.43	54.03	0.01	0.04	102-	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	20,94	23,86	21,88	387,24	11,44	####	0,22	0.52	4,03	0,00	####	####	6.22	15.75	38.54	0.00	0.16	289-	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ ВАРАИНТ)	200	0,31	0,08	13,79	59,37	2,40	####	0,01	0.01	0,13	0,00	####	####	0.13	2.40	20.06	0.00	0.01	342.2	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00	####	0,03	0.00	0,98	0,00	####	####	0.62	13.50	10.35	0.00	0.01	ПП	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	6,62	45,15	0,00	####	0,02	0.00	0,66	0,00	####	####	0.20	9.00	5.40	0.00	0.00	ПП	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**34,80**	**30,80**	**89,95**	**777,67**	22,09	####	0,41	0.80	8,40	0,08	####	####	9.34	64.09	182.94	0.03	0.26		
Всего за день:		**49,50**	**47,59**	**######**	**1 371,24**	33,58	####	0,57	1.37	11,33	0,20	####	####	11.40	99.42	293.10	0.04	0.30		