Изобильненского породского округа Ставропольского Начальник отнена образования администрации

края

0 FOF

Г.В. Мартиросян

» сентября 2023 г. ×

иский сад №41» ИГОСК » сентября 2023 г. Мишустина Заведующий

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

сентябрь - ноябрь 2023 года

для питания детей в возрасте от 1,5 до 7 лет,

Ставропольского края с 10-ти часовым режимом функционирования посещающих ДОУ Изобильненского городского округа

Разработано на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях"

Издательство "ДеЛи принт" г. Москва 2012 г. под редакцией

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.2020 № 32 М.П. Могильного и В.А. Тутельяна

п. Солнечнодольск

МЕНЮ

ясли сад

				Į	ДЕНЬ 1							
Hamana 6-12-	Вых	од	Хии	ический	состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хиі	мический	состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
				3	автрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	9,3	18,0	1,8	206,3		150	14,0	27,0	2,7	309,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,72 шт.	69,4	8,5	7,8	0,5	105,7	2,59 шт.	104,1	12,8	11,6	0,7	158,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,9	25,9	0,8	0,6	1,2	13,6	38,9	38,9	1,1	1	1,8	20,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6	5,1	5,1	0	4,1	0	37,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,6	8,6	0	6,9	0,1	62,4	12,9	12,9	0,1	10,3	0,1	93,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,8	3,6	3,1	47,6		60	1,1	5,3	4,6	71,4
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	42	40	0,8	3,6	3,1	47,6	63	60	1,1	5,3	4,6	71,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1		30	2,3	1	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	30	30	2,3		,	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0.1		6.9	28.0		180	0.1		9.9	39.8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0.9	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0,2	-,-	-,	35	0,1		0,2	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0		180	0	0	0	0,0
			12,5	21,8	26,9	353,0			17,5	32,5	32,3	491,8
			,-	ll	Завтрак				,-		, , ,	,
СОК		100	0,5		10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10.1	43,0			0,5	0,1	10.1	43,0
			•		Обед	<u> </u>			,		<u> </u>	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8		77,4		200	1,9	4,8	11,9	101,3
СВЕКЛА	00.07	00.4				9,1	07.00	00	0.4			44.
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,87 15	22,4 12	0,3	0	1,9 0.6	3,3	37,33 20	28 16	0,4		2,4	11,4 4,4
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,2	0,1	3,6	16,8	_	33,75	0,3		5,3	25,2
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,5	0,1	0,4	1,9	, -	7,2	0,7		0,5	23,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,47	5,88	0,1	0	0,4	2,3	,	7,6	0,1		0,5	3,0
TOMATHAN DACTA	,	3,00	0,1	0	0,3	4,0	_	5	0,1		0,0	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,2	2,9	0,0	26,2		4	0,2		0	34,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9		1,3	0	· ·	1,3	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0			0,7	0		1,5	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	- ,	160	0		0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	1	0,2	10,0
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ		60	3,6	0,2	1,3	22.1		80	4.8		1.8	29.4
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	43,6	21,8	3,4	0,2	1,3	15,2	58,1	29,1	4,5	-,-	, -	20,4
ВОДА ПИТАГНЕ АОДЕЛАТИВИ	10,9	10,9	0,4	0,2	0	0,0	/	14,5	4,3		0	0,0
МОРКОВЬ	23,33	17,5	0,2	0	1,2	5,9	,-	23,3	0,3		1,6	

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,2	0	0	0,2		3,5	2,9		0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0		1,5	1,5		0	ŭ	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,4	1,9	2,2	27,6	_	30	0,4	1,9	2,2	27,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6	2,4	1,8		0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,6	0	0	0	-,-	0,8	0,6		0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9		4,5	4,5		0	0,0	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0		0,5	0,5	0	0,5		4,4
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,9	4,6	19,9	132,8		150	3,6	5,3	24,3	159,5
КАРТОФЕЛЬ	150	120	2,3	0,5	19	89,6	182,81	146,25	2,8	0,6	23,1	109,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180			17,4	69,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18		0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
	N		11.8	10,9	69.3	426,6	W.		15.7	12,9	89,7	540,2
			, , ,	П	олдник	,			-7	•		
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		70	5,1	5,2	37,2	215,7		70	5,1	5,2	37,2	215,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,7	39,7	4,2	0,5	27	128,6	39,7	39,7	4,2	0,5	27	128,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	7	7	0	0	6,8	27,1
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5	0,6	0,6		0	0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0	14	14	0	0	0	0,0
молоко кипяченое	1	150	4,2	3,6	7,0	78,6		180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7		180	180	5	4,4	8,3	94,3
,		.55	9,3	8,8	44,2	294,3	.00	.50	10,2	9,6		310,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,1	41,6	150,5	1 116,9			43,9	55,1	177,7	1 385,0
				Į	ІЕНЬ 2	, ,			, , , , ,	•	<u> </u>	

Энерге-Энерге-Выход Химический состав Выход Химический состав тическая тическая Наименование блюда ценность, Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г ценность, Белки, г Жиры, г Углеводы, г Брутто, г Нетто, г Завтрак КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150 3,8 6,1 24,4 167,9 180 4,6 8,2 31,9 219,7

КРУПА РИСОВАЯ	25	25	1,7	0,3	17,9	80,8	31,5	31,5	2,1	0,3	22,6	101,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0	81	81	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	85,5	85,5	2,4	2	4	44,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	7,2	7,2	0	5,7	0,1	52,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И		35	2.0	7.0	40.4	121,2		35	2.0	7,2	40.4	121,2
СЫРОМ		33	3,9	7,2	10,1	121,2		ან	3,9	7,2	10,1	121,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4	10	10	2,3	3	0	36,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КАКАО С МОЛОКОМ	<u></u>	150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4	9,2	71,5
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0	4,9	19,4
	•		10,2	15,3	42,0	348,1	•		11,5	17,8	51,2	412,4
				II :	Завтрак							
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
	-		0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1	10,1	43,0
		·	•		Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,6	2,8	12,4	88,9		200	4,8	3,7	16,4	117,9
КАРТОФЕЛЬ	45,94	36,75	0,7	0,1	5,8	27,5	60,94	48,75	1	0,2	7,7	36,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4	12,8	9,6	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0	150	150	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,6	10,3	10,3	176,2		80	13,6	13,0	13,2	224,4
ТУШКА ЦБ БЕСКОСТНАЯ	55	47,85	8,4	8,5	0	110,5	70	60,9	10,8	10,9	0	140,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4	8	8	1,1	0	4,8	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,8	0,8	0	0	0	0,0

СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №333		20	0,4	1,1	1,7	20,3		30	0,6	1,6	2,6	30,7
CMETAHA 15% ЖИРНОСТИ	4,5	4.5	0,1	0,7	0,2	9,0	6,8	6,8	0,2	1	0,2	13,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	4,5 1,3	0,1	0,7	0,2	4,2	0,0	0,0	0,2	1	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0,1	0	0,9		20,3	20,3	0,2	0	1,4	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	0,1	0,1	0	0,3	1,6	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4	0,1	0,4	0,3	3,5	0,6	0,6		0,6	0,5	5,2
ТОВАПОЕРАФИНИРОВАНОЕ	2	0,4	0,1	0,4	0,4	1,9	3	0,0	0,1	0,0	0,6	3,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	4,7	3,6	21,1	135,3	3	110		3,5		140,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38	38	4,7	1,3	21,1	113,5	40,3	40,3	4,9	1,3	22,3	120,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	·	76,1	76,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10.0	47,4	_,-,-	30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	I	30	2,0	0.3	12,7	61.2	l.	40	2,7	0.4	17,0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
компот из ягод свежемороженных	<u> </u>	150	0,1		9,1	37,5		180	0,1		10,3	42,7
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0	1,6	7,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			22,9	18,2	77,3	566,8	•		29,0	22,4	96,9	709,1
		<u> </u>	•	П	олдник						· · ·	
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ		80	5,2	5,8	27,6	183,1		80	5.2	5,8	27,6	183,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,4	0,4	22	· ·	32,5	32,5	3,4	0,4	22	105,3
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0	0	2,1	8,5	2,2	2,2		0	2,1	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0		1	1	0	0,8		7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0		0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,5	15,5	0	0	0	0,0	15,5	15,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0	0	0,2	0,8	3,2	2,4	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2,1	0	0	0,2	0,9	2,5	2,1	0	0	0,2	0,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54	43,2	0,8	0	1,9	11,7	54	43,2	0,8	0	1,9	11,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0		0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	- ,		9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45		0	0,2	1,1
вода питьевая	25	25	0	0	0	0,0	35	35		0	0	0,0
CAXAP RECOK	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10		0	5,.	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180		0	0	0,0
			5,3	5,8	34,5	211,1			5,3	5,8	37,5	222,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,9	39,4	163,9	1 169,0			46,3	46,1	195,7	1 387,4
				F	ЦЕНЬ 3							
						1			1			

Химический состав

Выход

Энерге-

тическая

Выход

Энерге-

тическая

Химический состав

Наименование блюда	F		F	W	V	ценность,	F		F	36	V	ценность,
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	жиры, г	Углеводы, г	ккал	Брутто, г	нетто, г	Белки, г	жиры, г	Углеводы, г	ккал
				3	автрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		150	3,4	2,9	12,6	90,8		180	4,1	3,5	15,5	110,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0	75,6	75,6	0	0	0	0,0
ВЕРМИШЕЛЬ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5	1,1	1,1	0	0	1,1	4,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0	1,1	1,1	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1	16,6	73,9
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	0	0	6,6	26,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1		9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			5,1	3,0	36,1	192,7			5,8	3,6	42,0	224,4
				11 :	Завтрак				•	•	•	
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
	•		0,5	0,1	10,1	43,0	•		0,5	0,1	10,1	43,0
					Обед	•			•	•	•	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО		450		0.0				000		1.0		404.0
СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8	11,9	101,3
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	. 0	2,4	11,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3	20	16	0,3	0	0,8	
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75	0,7	0,1	5,3	
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9,6	7,2	0,1	0	0,5	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6		0	0,6	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2		1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	,-	1,3	0	0	1,3	·
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0		0,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	·	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8	0,2	
плов из птицы		160	16,8	18,4	26,5	338,7		200	20,0	22,4	34,6	421,0
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	120	78	14,2	12,2	0	166,5	140	91	16,5	14,3	0	194,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3	8	8	0	7,8	0	69,7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	7	0,1	0	0,6	2,8	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1	17,07	12,8	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0	0	0	0	0	0,0	4	4	0,2	0	0,8	4,0
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1	45	45	3,1	0,5	32,3	145,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0	120	120	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0,2		0,3	2,6		30	0,2		0,5	3,9
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	23	20	0,2	0	0,3	2,6	34,5	30	0,2	0	0,5	3,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2	•	40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180			17,4	69,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			21,9	22,6	72,7	585,4			27,1	27,8	96,5	748,6
				П	олдник							
ПЕСОЧНИК		60	4,6	9,0	30,6	221,5		60	4,6	9,0	30,6	221,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,2	31,2	3,3	0,4	21,1	101,1	31,2	31,2	3,3	0,4	21,1	101,1
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,3	9	9	0	7,2	0,1	65,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2	0,1	15,4	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2	0,1	15,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОДА	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5		180	5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	153,06	150	4,4	3,8	6	79,5	183,7	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			9,0	12,8	36,6	301,0			9,8	13,5	37,8	316,9
			-,-	·	,							

	Выход			ический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	ический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
				3	автрак							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,1	4,4	20,0	135,5		180	4,7	5,9	23,8	166,7
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8	22,5	22,5	2,2	0,2	15,4	71,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59	59	0	0	0	0,0	72	72	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73	73	2	1,7	3,4	38,2	85,5	85,5	2,4	2	4	44,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,6	8,4	10,1	122,2		30	1,6	8,4	10,1	122,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4	9,2	71,5
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0	4,9	19,4

			8,2	14,8	37,6	316,7			9,3	16,7	43,1	360,4
				11:	Завтрак							
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1	10,1	43,0
				•	Обед			•			- 1	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ		150	1,7	1,5	12,1	68,6		200	2,2	2,0	15,5	88,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7	8	8	0,9	0,1	5,4	26,2
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7	70,31	56,25	1,1	0,2	8,9	42,0
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0	170	170	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)		60	8,3	12,0	8,6	174,9		80	11,0	16,4	12,1	239,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0	16	16	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	52	39	7,1	6	0	82,5	70	52,5	9,5	8,1	0	111,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0	8	8	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	5	5	0,4	0,1	3,6	16,2	7	7	0,5	0,1	5	22,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4	18	15,12	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5	3	3	0	2,9	0	26,2

КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК 7 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 150 0,38 25 7	10,1 0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,9 0,1 0,1 0 10,2 35,7	6,5 0 4 0,1 0,4 0,8 0 0,2 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	22,0 1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9 0,2 0 6,8 0 28,9 142,8	189,8 5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9 0,0 27,1 0,0 217,8 1 076,1	2 46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5 12 0,45 35 10 180	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45 35 10	10,1 0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,9 0,1 0,1 0,1 0,1 42,0	0,5 0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2 1 1 0 0 6,5 48,3	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0,0 0,1 6,5 9,9 0,2 0 9,7 0 31,9	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 38,2 39,8 1,1 0,0 38,7 0,0 229,6
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СТУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК 7 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 150 0,38 25	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,9 0,1 0,1 0,1	0 4 0,1 0,4 0,8 0 0,2 1 1 0 0 0 0 6,5	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9 0,2 0 28,9	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9 0,0 27,1 0,0 217,8	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5 12 0,45 35 10	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45 35	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9 0,1 0,1	0 4 0,1 0,4 0,8 0 0,2 1 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,0 0,1 6,5 9,9 0,2 0 0,2 0 0,3 1,9	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 38,2 39,8 1,1 0,0 38,7 0,0
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК 7 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 150 0,38 25	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,9 0,1 0,1 0,1	0 4 0,1 0,4 0,8 0,2 1 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9 0,2 0 0 8,8	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9 0,0 27,1 0,0 217,8	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5 12 0,45 35 10	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45 35	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9 0,1 0,1	0 4 0,1 0,4 0,8 0 0,2 1 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,0 0,1 6,5 9,9 0,2 0 0,2 0 0,3 1,9	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 38,2 39,8 1,1 0,0 38,7 0,0
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК 7	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 150 0,38 25	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,9 0,9	0 4 0,1 0,1 0,4 0,8 0 0,2 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9 0,2 0 6,8	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9 0,0 27,1	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5 12 0,45 35 10	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45 35	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9 0,1 0,1	0 4 0,1 0,4 0,8 0 0,2 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 9,9 0,2 0 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 39,8 1,1,1 0,0 38,7
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК 7	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 150 0,38 25	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,0 0,9 0,1	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9 0,2	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5 12 0,45 35 10	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45 35	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0 0,9 0,1	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,0 0,1 6,5 9,9 0,2	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 39,8 1,1 0,0 38,7
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ О,38 ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,0 0,9 0,9	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5 12	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0 0,9 0,1	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0 0,1 6,5 9,9 0,2	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 39,8 1,1
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК В ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ СУЖЕРИНЫЕ (ШТ.) МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 15 8 15 8 15 15 16 17 17 18 18 19 19 10 10 10 10 10 10 10 10	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2 1	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5 6,9	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0 0,9	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12 180 0,45	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9 0,9	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0 0,1 6,5	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 39,8
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ СУЖАРИНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ ЧАЙ С САХАРОМ	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0,1 6,5	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2 28,0	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5 12	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9	0 4 0,1 0 0,4 0,8 0 0,2	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0 0,1 6,5	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 2 ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ 46 КРУПА РИСОВАЯ 7,92 САХАР ПЕСОК 7,5 ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,09 шт. МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 1 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ 1,5 МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ 12	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0,5	0 4 0,1 0 0,4 0,8	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0 0,1	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0 38,2	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0 0 0 0,9	0 4 0,1 0 0,4 0,8	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0 0 0,1 6,5	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ О,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5%	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2 1,5	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0	0 4 0,1 0 0,4 0,8	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0 3,0	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2 1,5	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2	0,3 8,1 0,6 0 0,5 0	0 4 0,1 0 0,4 0,8	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 1 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,2 СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ 150 8 8 8 8 8 8 8 8 8 7 150 2 2 1 50 1 1 50 1	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2	0,3 8,1 0,6 0 0,5	0 4 0,1 0 0,4 0,8	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0	46 7,92 7,5 0,09 шт. 1 0,2	2 46 7,92 7,5 3,62 1 0,2	0,3 8,1 0,6 0 0,5	0 4 0,1 0 0,4 0,8	1,2 1,4 5,7 7,3 0 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3 0,0
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 2 ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ 46 КРУПА РИСОВАЯ 7,92 САХАР ПЕСОК 7,5 ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,09 шт. МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 1	2 46 7,92 7,5 3,62	0,3 8,1 0,6 0 0,5	0 4 0,1 0 0,4	1,2 1,4 5,7 7,3 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3	46 7,92 7,5 0,09 шт.	2 46 7,92 7,5 3,62	0,3 8,1 0,6 0 0,5	0 4 0,1 0 0,4	1,2 1,4 5,7 7,3 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5 7,3
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ САХАР ПЕСОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ КРУПА РИСОВАЯ САХАР ПЕСОК ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 15 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	2 46 7,92 7,5	0,3 8,1 0,6 0	0 4 0,1 0 0,4	1,2 1,4 5,7 7,3	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5	46 7,92 7,5	2 46 7,92 7,5	0,3 8,1 0,6 0	0 4 0,1 0 0,4	1,2 1,4 5,7 7,3 0	5,8 75,4 25,6 29,0 5,5
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 2 ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ 46 КРУПА РИСОВАЯ 7,92 САХАР ПЕСОК 7,5	2 46 7,92 7,5	0,3 8,1 0,6	0 4 0,1	1,2 1,4 5,7 7,3	5,8 75,4 25,6 29,0	46 7,92 7,5	2 46 7,92 7,5	0,3 8,1 0,6	0 4 0,1	1,2 1,4 5,7 7,3	5,8 75,4 25,6 29,0
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 2 ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ 46 КРУПА РИСОВАЯ 7,92	2 46 7,92	0,3 8,1 0,6	0 4	1,2 1,4 5,7	5,8 75,4 25,6	46 7,92	2 46 7,92	0,3 8,1	0	1,2 1,4 5,7	5,8 75,4 25,6
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 2 ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ 46	2 46	0,3 8,1	0 4	1,2 1,4	5,8 75,4	46	2 46	0,3 8,1	0	1,2 1,4	5,8 75,4
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 2	2	0,3	0	1,2	5,8		2	0,3	•	1,2	5,8
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ						al		ŕ	•		
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С		10 1	6.5	22 N	189 8		OUI	10.11	0:11		
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8	80			٠٠٠١٠٠ المطاء و	<u> </u>		80		6,5	22,0	189,8
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8	1		П	олдник			Į.	· L	<u> </u>		
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15 САХАР ПЕСОК 8		16,8	18,3	66,2	498,6			22,0	25,0	85,8	658,4
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ 15	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0,7	0,0
	8	0,1	0	7,8	30,9	9	9	0,1	0	8,7	34,8
KOMBOT NO GEOD CRENCEMODON/ELILILIA	150	0,1	0	9,1	37,5 6,6	18	180	0,1	0	10,3	7,9
микронутриентами			0,3	12,7		40		2,6	0,4		
ХЛЕБ Р ЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	30	2,0	0,3	·	61,2	40	40	,	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,1	12,7	61,2	30	40	2,3	0,2	17,0	81,6
ХЛЕБ ПШЕПИЧПОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ 20	20	1,5	0,1	10,0	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	1,0	30	2,3	0,2	15,1	71,1
САХАР ПЕСОК 3,9	1,3	0	0	3,8	0,0	1,5	4,5 1,5	0	0	4,4	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 1,6 САХАР ПЕСОК 3,9	1,6 3,9	0,2	0	1,1 3,8	15,1	1,8 4,5	1,8 4,5	0,2	0	1,3 4,4	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 3,9 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 1,6	3,9	0	0	0	0,0 5,1	4,5	4,5	0	0	0	0,0 5,8
TOMATHAM TACTA 7,8	7,8	0,4	0	1,5	7,8	9	9	0,4	0	1,6	8,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ 6,2	5,2	0,1	0	0,4	2,0	7,2	6,05	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ 3,73	2,8	0	0	0,2	1,0	4,27	3,2	0	0	0,2	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 4,3	4,3	0	4,2	0	37,5	6	6	0	5,8	0	52,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 186,3	149,1	2,6	0,1	6,8	40,4	215	172	3	0,2	7,9	46,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,2	4,4	13,7	109,0		150	3,7	6,0	15,8	134,7
CAXAP ПЕСОК 0,4	0,4	0	0	0,4	1,6	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 0,4	0,4	0	0,4	0,4	3,5	0,8	0,8	0,2	0,8	0	7,0
TOMATHAN DATA 2	2	0,1	0	0,4	1,9	3,4	3,4	0,2	0	0,6	3,4
лук репчатый 0,4	0,4	0	0	0,1	0,4	0,8	0,8	0	0	0,1	0,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 0,8 МОРКОВЬ 1,6	0,8 1,2	0,1	0	0,6 0,1	2,6 0,4	1,5 2,8	1,5 2,1	0,2	0	0,1	4,9 0,7
MACJO ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 0,8	0,8	0	0,8	0	7,0	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 17,7	17,7	0	0	0	0,0	36,2	36,2	0	0	0	0,0

Выход	Химический состав Энерге- тическая	Выход	Химический состав	Энерге- тическая
-------	---------------------------------------	-------	-------------------	---------------------

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
			I	3	автрак	KROJI		I		I	l	KKGJI
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ		150	3,3	3,2	12,6	93,2		180	3,9	3,8	15,0	110,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0	108	108	C) (0	0,0
ПШЕНО	12	12	1,4	0,3	8,1	40,9	14,4	14,4	1,6	0,4	9,8	49,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	1,8	1,8	C	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	(0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7	1,4	1,4	C	0	1,4	5,4
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1	16,6	73,9
повидло	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	() C	6,6	26,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1		9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	i C	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	C) (0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	C) (9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	C	0	0	0,0
			5,0	3,3	36,1	195,1		•	5,6	3,9	41,5	223,8
				II :	Завтрак	•						
СОК		100	0,5		10,0	43,2		100	0,5	0,1	10,0	43,2
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,0	43,2			0,5	0,1	10,0	43,2
			•		Обед						•	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ		150	1,5			70,9		200	2,0	2,3	16,7	95,3
КАРТОФЕЛЬ	56,88	45,5	0,9	0,2	7,2	34,0	77,19	61,75	1,2	0,2	9,8	46,1
КРУПА РИСОВАЯ	6	6	0,4	0,1	4,3	19,4	8	8	0,6		5,7	25,8
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0	10,67	8	0,1	1 0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4	9,5	8	0,1	1 0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1	2	2	C	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0	1,6	1,6	(0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0	140	140	(0	0	0,0
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150	14,4	14,6	25,0	295,4		200	19,2	19,8	31,6	391,9
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	90	58,5	10,6	9,1	0	124,8	130	79	14,4	12,3	0	168,6
КАРТОФЕЛЬ	131,25	105	2	0,4	16,6	78,5	164,06	131,25	2,5	0,5	20,8	98,1
МОРКОВЬ	42,67	32	0,4	0	2,1	10,9	53,33	40	0,5	5 C	2,7	13,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22	18	0,3	0	1,5	7,2	28	23,52	0,3	3 0	1,8	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,4	13,4	0,3	1,9	0,5	26,8	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2	6,5	6,5	0,7	7 0,1	4,4	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,2	45,2	0	0	0	0,0	58,4	58,4	-	0	0	0,0

АТЭАП КАНТАМОТ	5	5	0,2	0	1	4,9	6,5	6,5	0,3	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9	0	34,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180			17,4	69,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			19,4	16,7	74,6	533,0			26,2	22,7	97,8	709,6
				П	олдник							
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		70	6,7	3,7	25,9	164,3		70	6,7	3,7	25,9	164,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,2	0,2	0,4	4,5	8,6	8,6	0,2	0,2	0,4	4,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	1,5	1,2	7,3	46,0		180	1,7	1,5	8,7	55,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,3	28,3	0	0	0	0,0	32,7	32,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0	0	0	0,0
		·	8,2	4,9	33,2	210,3			8,4	5,2	34,6	219,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,1	25,0	153,9	981,6			40,7	31,9	183,9	1 196,0
					IEIII C							

	Вых	од	Хим	иический	состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хик	иический	состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
				3	автрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	9,3	18,0	1,8	206,3		150	14,0	27,0	2,7	309,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,72 шт.	69,4	8,5	7,8	0,5	105,7	2,59 шт.	104,1	12,8	11,6	0,7	158,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,9	25,9	0,8	0,6	1,2	13,6	38,9	38,9	1,1	1	1,8	20,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6	5,1	5,1	0	4,1	0	37,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,6	8,6	0	6,9	0,1	62,4	12,9	12,9	0,1	10,3	0,1	93,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,8	3,6	3,1	47,6		60	1,1	5,3	4,6	71,4
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	42	40	0,8	3,6	3,1	47,6	63	60	1,1	5,3	4,6	71,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0

ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1		9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			12,5	21,8	26,9	353,0			17,5	32,5	32,3	491,8
		•		11 :	Завтрак							
сок		100	0,5	0,1		43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1	10,1	43,0
					Обед				<u> </u>			
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8	11,9	101,3
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	0	2,4	11,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75	0,7	0,1	5,3	25,2
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ		60	3,6	0,2	1,3	22,1	•	80	4,8	0,3	1,8	29,4
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	43,6	21,8	3,4	0,2	0	15,2	58,1	29,1	4,5	0,3	0	20,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,9	10,9	0	0	0	0,0	14,5	14,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	23,33	17,5	0,2	0	1,2	5,9	31,07	23,3	0,3	0	1,6	8,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,2	0	0	0,2	0,9	3,5	2,9	0	0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	1,5	1,5	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,4	1,9	2,2	27,6	•	30	0,4	1,9	2,2	27,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	,	0,0	30	30	0	0	,	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,6	0	0	0	0,2	0,8	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	•	130	2,9	4,6	19,9	132,8	•	150	3,6	5,3	24,3	159,5
КАРТОФЕЛЬ	150	120	2,3	0,5	19	89,6	182,81	146,25	2,8	0,6	23,1	109,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180			17,4	69,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			11,8	10,9	69,3	426,6	•		15,7	12,9	89,7	540,2
		•	•	П	олдник							
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		70	5,1	5,2	37,2	215,7		70	5,1	5,2	37,2	215,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,7	39,7	4,2	0,5	27	128,6	39,7	39,7	4,2	0,5	27	128,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	7	7	0	0	6,8	27,1
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0		0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0	14	14	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,6	7,0	78,6		180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			9,3	8,8	44,2	294,3			10,2	9,6	45,6	310,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,1	41,6	150,5	1 116,9			43,9	55,1	177,7	1 385,0
				Д	ЕНЬ 7							

Энерге-Энерге-Выход Химический состав Выход Химический состав тическая тическая Наименование блюда ценность, Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г ценность, Белки, г Жиры, г Углеводы, г Брутто, г Нетто, г Завтрак КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150 3,8 6,1 24,4 167,9 180 4,6 8,2 31,9 219,7

КРУПА РИСОВАЯ	25	25	1,7	0,3	17,9	80.8	31,5	31,5	2,1	0,3	22,6	101,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0,3	17,9	0.0	81	31,5 81	2,1	0,3		0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	-	1,8		39,3	85,5		2,4	2	ŭ	44,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ			2,1	1,0	3,5	0,0		85,5	2,4	0		0,0
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	2,9	11,6	0,4 5,4	0,4 5,4	0	0		20,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5 5	0	4	2,9	36.3	7,2	7,2	0	5,7		52,3
	5	5	0	4	0	30,3	1,2	7,2	U	5,7	0,1	52,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И		35	3,9	7,2	10,1	121,2		35	3,9	7,2	10,1	121,2
СЫРОМ	ļ		· ·		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	·			,		,	
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4	10	10	2,3	3	· -	36,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4	9,2	71,5
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0	4,9	19,4
	•		10,2	15,3	42,0	348,1	*		11,5	17,8	51,2	412,4
					Завтрак			•				
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0	•		0,5	0,1	10,1	43,0
			•	,	Обед			·	,			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,6	2,8	12,4	88,9		200	4,8	3,7	16,4	117,9
КАРТОФЕЛЬ	45,94	36,75	0,7	0,1	5,8	27,5	60,94	48,75	1	0,2	7,7	36,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4	12,8	9,6	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0	150	150	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,6	10,3	10,3	176,2		80	13,6	13,0	13,2	224,4
ТУШКА ЦБ БЕСКОСТНАЯ ОХЛ.	55	47,85	8,4	8,5	0	110,5	70	60,9	10,8	10,9	0	140,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3	1,5	1,5	0	1,5		13,
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4	25	25	0,7	0,6	1,2	13,
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4	8	8	1,1	0	4,8	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,8	0,8	0	0	0	0,0

СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ		20	0,4	1,1	1,7	20,3		30	0,6	1,6	2,6	30,7
№333	, , ,			0 =	<u> </u>	· ·	2.5		0.0			40.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0,1	0,7	0,2	9,0	6,8	6,8	0,2	1	0,2	13,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0	20,3	20,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	4	0,1	0	0,3	1,6	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	4,4	4,5	27,9	170,0		130	4,7	4,6	30,1	180,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,8	40,8	4,4	0,5	27,9	133,8	44	44	4,7	0,6	30,1	144,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,1	2,1	0	0	0	0,0	2,2	2,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,8	244,8	0	0	0	0,0	261,7	261,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
компот из ягод свежемороженных		150	0,1		9,1	37,5		180	0,1		10,3	42,7
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0	1,6	7,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			22,6	19,1	84,1	601,5			28,8	23,5	104,7	748,9
			·	П	олдник				<u> </u>	<u> </u>		
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ		80	5,2	5,8	27,6	183,1		80	5,2	5,8	27,6	183,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,4	0,4	22	105,3	32,5	32,5	3,4	0,4	22	105.3
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0,1	0	2,1	8,5	2,2	2,2	0,1	0	2,1	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9	1,2	1,2	0,2	0	0	0.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,5	15,5	0,2	0	0	0,0	15,5	15,5	0,2	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0	0	0,2	0,8	3,2	2,4	0,2	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2,1	0	0	0,2	0.9	2,5	2,1	0	0	0,2	0.9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54	43,2	0,8	0	1,9	11,7	54	43,2	0,8	0	1,9	11,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,1	1,1	0,0	1,1	0	9,6	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0.1	,	6,9	28,0	,	180	0,1	,	9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0.1	0	0,2	0,9	0,45	0.45	0,1	0	0.2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,1	0	0,2	0,0	35	35	0,1	0	0,2	0,0
CAXAP ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0,0	0,0	180	180	n	0	0,7	0,0
		.50	5,3	5,8	34,5	211,1	.30	.30	5,3	5,8	37,5	222,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38.6	40,3	170.7	1 203,7			46.1	47,2	203.5	1 427,2
			30,0		170,7	. 200,1			70,1	٠٠,٢	200,0	,2

	Вых	од	Хим	ический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хиі	мический	состав	Энерге-
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
				3	Вавтрак							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,1	4,4	20,0	135,5		180	4,7	5,9	23,8	166,7
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8	22,5	22,5	2,2	0,2	15,4	71,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59	59	0	0	0	0,0	72	72	0	C	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73	73	2	1,7	3,4		85,5	85,5	2,4	. 2	4	44,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	C	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0		2,9		4,5				4,4	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	,	0	,	4,5	4,5		-,-		,-
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1	16,6	73,9
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	0	C	6,6	26,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1		9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	C	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	C	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	C	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	C	0	0,0
	•		5,8	4,5	43,5	237,4	l.		6,4	6,0	50,3	280,4
				ll .	Завтрак					•	!	•
СОК		100	0,5		10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
	•		0,5	0,1	10,1	43,0		l .	0,5	0,1	10,1	43,0
					Обед	· ·					· ·	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И						l						
КАРТОФЕЛЕМ		150	1,7	1,5	12,1	68,6		200	2,2	2,0	15,5	88,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7	8	8	0,9	0,1	5,4	26,2
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7	70,31	56,25	1,1	0,2	8,9	42,0
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0	10,67	8	0,1	C	0,6	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	C	0,6	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0	170	170	0	0	0	- , -
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	C	0	0,0
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150	14,4	14,6	25,0	295,4		200	19,2	19,8	31,6	391,9
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	90	58,5	10,6	9,1	0	124,8	130	79	14,4	12,3	0	168,6
КАРТОФЕЛЬ	131,25	105	2	0,4	16,6	78,5	164,06	131,25	2,5	0,5	20,8	98,1
МОРКОВЬ	42,67	32	0,4	0	2,1	10,9	53,33	40	0,5	C	2,7	13,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22	18	0,3	0	1,5	7,2	28	23,52	0,3	C	1,8	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,4	13,4	0,3	1,9	0,5	26,8	20	20	0,5	2,9	0,7	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2	6,5	6,5	0,7	0,1	4,4	21,0

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,0	33,9	167,5	1 125,2			43,2	42,0	198,6	1 359,7		
			9,0	12,8	36,6	301,0			9,8	-	37,8	316,9		
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	153,06	150	4,4	3,8	6	79,5	183,7	180	5,2	4,5	7,2	95,		
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5		180	5,2	4,5	7,2	95,		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3	0	2,		
СОДА	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,1	0,1	0	0	0	0		
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2	0,1	15,4	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2	0,1	15		
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,3	9	9	0	7,2	0,1	65		
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2	9,6	9,6	0,0	0	9,3	37		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,2	31.2	3,3	0,4	21.1	101,1	31,2	31,2	3,3	0,4	21,1	101		
ПЕСОЧНИК		60	4,6	9,0	30,6	221,5		60	4,6	9,0	30,6	221,		
19,7 16,5 77,3 543,8 26,5 22,4 100,4 719 Полдник														
			19,7	16,5	77,3	543,8			26,5	22,4	100,4	719,		
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2	8	8	0	0	6,1	24		
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5	14	14	0	0	13,6	54		
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0	170	170	0	0	0	0		
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0	1,6	7		
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ		150	0,1		17,5	71,2		180	0,1		21,2	86,		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4	17,0	81		
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9	0	34		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0		
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9	6,5	6,5	0,3	0	1,2	6		
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,2	45,2	0	0	0	0,0	58,4	58,4	0	0	0	C		

	Вых	од	Хик	ический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
				3	автрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		150	4,4	6,1	18,7	147,5		180	5,0	6,9	21,3	167,8
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3	22,5	22,5	2,7	1,4	13,5	76,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73	73	0	0	0	0,0	85,5	85,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6	4,1	4,1	0	0	4	15,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,6	8,4	10,1	122,2		30	1,6	8,4	10,1	122,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4	9,2	71,5
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0	4,9	19,4
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				36,3	328,7			9,6	17,7	40,6	361,5

				II 3	Завтрак							
COK		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1	10,1	43,0
		_	•		Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8	11,9	101,3
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	0	2,4	11,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75	0,7	0,1	5,3	25,2
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	•	160	16,8	18,4	26,5	338,7	•	200	20,0	22,4	34,6	421,0
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	120	78	14,2	12,2	0	166,5	140	91	16,5	14,3	0	194,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3	8	8	0	7,8	0	69,7

DCEFO 24 REUL	О ЗА ДЕНЬ:					1 174,9			47,4	52,1	179,1	1 382,7
						217,8	•		10,2	6,5	31,9	229,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1
ЧАЙ С САХАРОМ	\	150	0,1		6,9	28,0	<u> </u>	180	0,1		9,9	39,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,9	1	6,5	38,2	12	12	0,9	1	6,5	38,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,5	1,5	0	0,2	0,1	3,0	1,5	1,5	0	0,2	0,1	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
КРУПА РИСОВАЯ	7,92	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6	7,92	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	46	46	8,1	4	1,4	75,4	46	46	8,1	4	1,4	75,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,3	0	1,2	5,8	2	2	0,3	0	1,2	5,8
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		80	10,1	6,5	22,0	189,8		80	10,1	6,5	22,0	189,8
				П	олдник							
	•		21,9	22,6	72,7	585,4	•	•	27,1	27,8	96,5	748,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	0	17,5	69,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1	•	180			17,4	69,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	23	20	0,2	0	0,3	2,6	34,5	30	0,2	0	0,5	3,9
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0,2		0,3	2,6		30	0,2		0,5	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0	120	120	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1	45	45	3,1	0,5	32,3	145,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0	0	0	0	0	0,0	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1	17,07	12,8	0,2	0	0,9	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	7	0,1	0	0,6		10	8,4	0,1	0	0,7	3,3

	Вых	од	Хиі	иический	состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	мический	состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
				3	автрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ		150	3,3	3,2	12,6	93,2		180	3,9	3,8	15,0	110,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0	108	108	0	0	0	0,0
ПШЕНО	12	12	1,4	0,3	8,1	40,9	14,4	14,4	1,6	0,4	9,8	49,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1	16,6	73,9
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6.6	26,6	10	10	0	0	6.6	26,6

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ	LL	150	0,1		6,9	28,0		180	0,1		9,9	39,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			5,0	3,3	36,1	195,1			5,6	3,9	41,5	223,8
		•		11 :	Завтрак				'	•	•	
СОК		100	0,5	0,1	10,0	43,2		100	0,5	0,1	10,0	43,2
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,0	43,2			0,5	0,1	10,0	43,2
			•	'	Обед				- "		· •	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ		150	1,5	3,9	10,0	83,2		200	1,8	4,9	12,7	105,0
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7	70,31	56,25	1,1	0,2	8,9	42,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2	4	4	0,4	0	2,6	12,2
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3,02	0	0	0,2	1,2	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10	9,6	0,1	0	0,2	1,2	12,2	11,7	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0	2,6	2,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,6	10,3	10,3	176,2		80	13,6	13,0	13,2	224,4
ТУШКА ЦБ БЕСКОСТНАЯ ОХЛ.	55	47,85	8,4	8,5	0	110,5	70	60,9	10,8	10,9	0	140,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4	8	8	1,1	0	4,8	23,2

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,9	4,6	19,9	132,8		30	0,6	1,6	2,6	30,7
КАРТОФЕЛЬ	150	120	2,3	0,5	19	89,6	6,8	6,8	0,2	1	0,2	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	20,3	20,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	•	00	0.4	4.4	4.7	00.0						
№333		20	0,4	1,1	1,7	20,3	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0,1	0,7	0,2	9,0	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2	*	150	3,6	5,3	24,3	159,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0	182,81	146,25	2,8	0,6	23,1	109,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	4	0,1	0	0,3	1,6	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9	120	120	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4	•	30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	•	30	2,0	0,3	12,7	61,2	· ·	40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4	17	81,6
компот из ягод свежемороженных		150	0,1		9,1	37,5		180	0,1		10,3	42,7
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0	1,6	7,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0	0	0,0
			19,0	20,3	73,7	558,6			24,7	25,4	95,2	715,0
		•	•	П	олдник					•		
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		70	6,7	3,7	25,9	164,3		70	6,7	3,7	25,9	164,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,2	0,2	0,4	4,5	8,6	8,6	0,2	0,2	0,4	4,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3	0,02 шт.	0,81	0,1		0	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0		0	4,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	1,5	1,2	7,3	46,0		180	1,7	1,5	8,7	55,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,1	28,1	0	0	0	0,0	32,7	32,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4	6	6	0		5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2	60	60	1,6		2,8	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0		0	0,0
			8,2	4,9	33,2	210,3			8,4	-	34,6	219,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,7	28,6	153,0	1 007,2			39,2	34,6	181,3	1 201,4

МЕНЮ

ясли сад

				Į	ЦЕНЬ 1					
	Вых	од	Хиі	иический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хик	иический (
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	автрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	9,3	18,0	1,8	206,3		150	14,0	27,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,72 шт.	69,4	8,5	7,8	0,5	105,7	2,59 шт.	104,1	12,8	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,9	25,9	0,8	0,6	1,2	13,6	38,9	38,9	1,1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6	5,1	5,1	0	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,6	8,6	0	6,9	0,1	62,4	12,9	12,9	0,1	10,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	0
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,8	3,6	3,1	47,6		60	1,1	5,3
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	42	40	0,8	3,6	3,1	47,6	63	60	1,1	5,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3		15,1	71,1		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	30	30	2,3	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
	•		12,5	21,8	26,9	353,0			17,5	32,5
			·		Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
	•		0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1
					Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3	20	16	0,3	0
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75	0,7	0,1

МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9,6	7,2	0,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6	0,1	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	1,3	1,3	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ		60	3,6	0,2	1,3	22,1		80	4,8	0,3
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	43,6	21,8	3,4	0,2	0	15,2	58,1	29,1	4,5	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,9	10,9	0	0	0	0,0	14,5	14,5	0	0
МОРКОВЬ	23,33	17,5	0,2	0	1,2	5,9	31,07	23,3	0,3	0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,2	0	0	0,2	0,9	3,5	2,9	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0		0,0	1,5	1,5	0	0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	· <u>I</u>	30	0,4	1,9	2,2	27,6		30	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0	30	30	0	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2	1,4	1,4	0	1,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6	1,4	1,4	0,2	0
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6	2,4	1,8	0	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,6	0	0	0	0,2	0,8	0,6	0	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5	4,5	4,5	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0	0,5
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2	0,3	0,3	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,9	4,6	19,9	132,8		150	3,6	5,3
КАРТОФЕЛЬ	150	120	2,3	0,5	19	89,6	182,81	146,25	2,8	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5	24	24	0,7	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	5,2	5,2	0	4,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,6	0,6	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	•	20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	•	30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180		
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			11,8	10,9	69,3	426,6			15,7	12,9
				П	олдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		70	5,1	5,2	37,2	215,7		70	5,1	5,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,7	39,7	4,2	0,5	27	128,6	39,7	39,7	4,2	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9	1,2	1,2	0,1	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	7	7	0	0
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9	2,3	2,3	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	5	5	0	4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7	7	7	0,2	0,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5	0,6	0,6	0,1	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0	14	14	0	0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,6	7,0	78,6		180	5,1	4,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6	180	180	5	4,4
			9,3	8,8	44,2	294,3			10,2	9,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,1	41,6	150,5	1 116,9			43,9	55,1

	Вых	од	Хиі	иический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хик	иический с
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	автрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		150	3,8	6,1	24,4	167,9		180	4,6	8,2
КРУПА РИСОВАЯ	25	25	1,7	0,3	17,9	80,8	31,5	31,5	2,1	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0	81	81	0	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	85,5	85,5	2,4	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6	5,4	5,4	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	7,2	7,2	0	5,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ		35	3,9	7,2	10,1	121,2		35	3,9	7,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4	10	10	2,3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4	5	5	0	4,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0
			10,2	15,3	42,0	348,1			11,5	17,8
				H :	Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1
					Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,6	2,8	12,4	88,9		200	4,8	3,7
КАРТОФЕЛЬ	45,94	36,75	0,7	0,1	5,8	27,5	60,94	48,75	1	0,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8	16	16	3,6	0,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4	12,8	9,6	0,1	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8	3,3	3,3	0	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0	150	150	0	0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,6	10,3	10,3	176,2		80	13,6	13,0
ТУШКА ЦБ БЕСКОСТНАЯ	55	47,85	8,4	8,5	0	110,5	70	60,9	10,8	10,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3	1,5	1,5	0	1,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4	25	25	0,7	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5	15	15	1,1	0,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4	8	8	1,1	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,8	0,8	0	0

СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ		20	0,4	1,1	1,7	20,3		30	0,6	1,6
№333			·		<u> </u>					
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,5	4,5		0,7	0,2	9,0	6,8	6,8		1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2	2	2	0,2	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0	20,3	20,3		0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,2	0,2		0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	4	0,1	0	0,3	1,6		6	0,1	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5	0,6	0,6		0,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9	3	3	0,1	0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	4,7	3,6	21,1	135,3		110	4,9	
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38	38	4,7	1,3	21	113,5	40,3	40,3	4,9	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0	76,1	76,1	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,1	1,1	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	2,8	2,8	0	2,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
компот из ягод свежемороженных		150	0,1		9,1	37,5		180	0,1	
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			22,9	18,2	77,3	566,8			29,0	22,4
				П	олдник					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ		80	5,2	5,8	27,6	183,1		80	5,2	5,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,4	0,4	22	105,3	32,5	32,5	3,4	0,4
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0	0	2,1	8,5	2,2	2,2	2 0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,5	0,5	0	0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9	1,2	1,2	0,2	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,5	15,5	0	0	0	0,0	15,5	15,5	0	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9	1,5	1,5	0,2	0
МОРКОВЬ	3,2	2,4		0	0,2	0,8				0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2,1	0	0	0,2	0,9	2,5			0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54	43,2	0,8	0	1,9	11,7	54	43,2	0,8	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,6	2,6		2,5		22,7	2,6			2,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6	1,1	1,1		1,1

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,9	39,4	163,9	1 169,0			46,3	46,1
			5,3	5,8	34,5	211,1			5,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0

	Вых	од	Хиі	иический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хиг	иический с
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		150	3,4	2,9	12,6	90,8		180	4,1	3,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0	75,6	75,6	0	0
ВЕРМИШЕЛЬ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4	15	15	1,6	0,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7	1,4	1,4	0	1,2
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5	1,1	1,1	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0	1,1	1,1	0	0
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1
повидло	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			5,1	3,0	36,1	192,7			5,8	3,6
				II :	Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
		_	0,5	0,1	10,1	43,0		_	0,5	0,1
					Обед					

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3	20	16	0,3	0
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75	0,7	0,1
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9,6	7,2	0,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6	0,1	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	1,3	1,3	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8
плов из птицы		160	16,8	18,4	26,5	338,7		200	20,0	22,4
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	120	78	14,2	12,2	0	166,5	140	91	16,5	14,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3	8	8	0	7,8

			,		1ЕНЬ 4	·				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,5	38,5	155,5	1 122,1			43,2	45,0
	•	•	9,0	12,8	36,6	301,0	•		9,8	13,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	153,06	150		3,8	6	79,5	183,7	180	5,2	4,
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5		180	5,2	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3		0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3
СОДА	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	(
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,1	0,1	0	(
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2	0,1	15,4	0,25 шт.	10,1	1,3	1,:
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,3	9	9	0	7,
CAXAP RECOK	9,6	9,6		0,4	9,3	37,2	9.6	9,6	0,0	0,
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,2	31,2	, -	0,4	21,1	101,1	31,2	31,2	3,3	0,
ПЕСОЧНИК		60	4,6			221,5		60	4,6	9,0
				П	олдник					
			21,9	22,6	72,7	585,4			27,1	27,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	(
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	(
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	23		,	0	0,3	2,6	34,5	30	0,2	
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0,2		0,3	2,6		30	0,2	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90			0	0	0,0	120	120	0	
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1	45	45	3,1	0,
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0	0	0	0	0	0,0	4	4	0,2	
МОРКОВЬ	16	12		0	0,8	4,1	17,07	12,8	0,2	(
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	7	0,1	0	0,6	2,8	10	8,4	0,1	

	Выход		Химический состав			Энерге- тическая	Выход		Химический (
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,1	4,4	20,0	135,5		180	4,7	5,9
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8	22,5	22,5	2,2	0,2

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59	59	0	0	0	0,0	72	72	0	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73	73	2	1,7	3,4	38,2	85,5	85,5	2,4	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6	4,5	4,5	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	4,5	4,5	0	3,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,6	8,4	10,1	122,2		30	1,6	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	10	10	0,1	8,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0
	•		8,2	14,8	37,6	316,7			9,3	16,7
				Ш	Завтрак					
сок		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
	•		0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1
					Обед				•	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И						I				
КАРТОФЕЛЕМ		150	1,7		12,1	68,6		200	2,2	2,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7	8	8	0,9	0,1
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7	70,31	56,25	1,1	0,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0	10,67	8	0,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	-,-	2,4	9	7,6	0,1	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	2	2	0	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0	170	170	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)		60	8,3	12,0	8,6	174,9		80	11,0	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0	16	16	0	0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	52	39	7,1	6	0	82,5	70	52,5	9,5	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0	8	8	0	0
КРУПА РИСОВАЯ	5	5	0,4	0,1	3,6	16,2	7	7	0,5	0,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4	18	15,12	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5	3	3	0	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0	5	5	0,5	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2		0	1,9	0	17,5	3	3	0	2,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,7	17,7	0	0	0	0,0	36,2	36,2	0	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	7,0	1,5	1,5	0	1,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,6	1,5	1,5	0,2	0
МОРКОВЬ	1,6	1,2	0	0	0,1	0,4	2,8	2,1	0	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,2	0,8	0,8	0	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9	3,4	3,4	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5	0,8	0,8	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6	0,6	0,6	0	0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	3,2	4,4	13,7	109,0		150	3,7	6,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	186,3	149,1	2,6	0,1	6,8	40,4	215	172	3	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,3	4,3	0	4,2	0	37,5	6	6	0	5,8
МОРКОВЬ	3,73	2,8	0	0	0,2	1,0	4,27	3,2	0	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,2	0,1	0	0,4	2,0	7,2	6,05	0,1	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,8	7,8	0,4	0	1,5	7,8	9	9	0,4	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,9	3,9	0	0	0	0,0	4,5	4,5	0	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1	1,8	1,8	0,2	0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1	4,5	4,5	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0	1,5	1,5	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
компот из ягод свежемороженных		150	0,1		9,1	37,5		180	0,1	
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			16,8	18,3	66,2	498,6			22,0	25,0
				Π	олдник					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		80	10,1	6,5	22,0	189,8		80	10,1	6,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,3	0	1,2	5,8	2	2	0,3	0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	46	46	8,1		1,4	75,4	46	46	8,1	4
КРУПА РИСОВАЯ	7,92	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6	7,92	7,92	0,6	0,1
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0	7,5	7,5	0	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,5	1,5	0	0,2	0,1	3,0	1,5	1,5	0	0,2

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,7	39,7	142,8	1 076,1			42,0	48,3
			10,2	6,5	28,9	217,8			10,2	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,9	1	6,5	38,2	12	12	0,9	1

	Вых	Выход		иический (состав	Энерге- тическая	Выход		Химический	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	автрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ		150	3,3	3,2	12,6	93,2		180	3,9	3,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7	81	81	2,2	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0	108	108	0	0
ПШЕНО	12	12	1,4	0,3	8,1	40,9	14,4	14,4	1,6	0,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	1,8	1,8	0	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7	1,4	1,4	0	0
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1
повидло	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			5,0	3,3	36,1	195,1			5,6	3,9
				II :	Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,0	43,2		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	
		_	0,5	0,1	10,0	43,2		_	0,5	0,1
					Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ		150	1,5	1,7	12,4	70,9		200	2,0	2,3

КАРТОФЕЛЬ	56,88	45,5	0,9	0,2	7,2	34,0	77,19	61,75	1,2	0,2
КРУПА РИСОВАЯ	6	6	0,4	0,1	4,3	19,4	8	8	0,6	0,1
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0	10,67	8	0,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4	9,5	8	0,1	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1	2	2	0	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0	1,6	1,6	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0	140	140	0	0
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150	14,4	14,6	25,0	295,4		200	19,2	19,8
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	90	58,5	10,6	9,1	0	124,8	130	79	14,4	12,3
КАРТОФЕЛЬ	131,25	105	2	0,4	16,6	78,5	164,06	131,25	2,5	0,5
МОРКОВЬ	42,67	32	0,4	0	2,1	10,9	53,33	40	0,5	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22	18	0,3	0	1,5	7,2	28	23,52	0,3	0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,4	13,4	0,3	1,9	0,5	26,8	20	20	0,5	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2	6,5	6,5	0,7	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,2	45,2	0	0	0	0,0	58,4	58,4	0	0

			- 1	·	ІЕНЬ 6					,
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,1	25,0	153,9	•			40,7	31,9
	<u>.</u>		8,2	4,9	33,2	210,3	-		8,4	5,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2	60	60	1,6	1,
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4	6	6	0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,3	28,3	0	0	0,1	0,0	32,7	32,7	0	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5	0,2	0.2	0	,
ЧАЙ С МОЛОКОМ	1,71	150	1,5	1,2	7,3	46,0	-,-,	180	1,7	1,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0	0.
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3	0,02 шт.	0,81	0,1	0,
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0,4	0,9	1,2	1,2	0,2	.,
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0	14	14	2,4	1,
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,0	0,2	0.4	4,5	8,6	8,6	0,2	0,
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8	0,11 шт.	4,43	0.6	0,
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	7,1	7,3	1	1	0	0.
CAXAP FIECOK	4,2	4,2	0,2	0	4,1	16,3	4,2	4,2	0,2	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0,4	19,9	95,0 5,1	29,3 1,6	1,6	0,2	
МУКА ПВОГОЖПАЛ	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0	29,3	29,3	3,1	0,
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		70	6,7	3,7	ОЛДПИК 25,9	164,3		70	6,7	3,
			19,4	16,7	74,6 ОЛДНИК	533,0			26,2	22,
вода питвевал	150	150	V	·	74.6		160	100	ŏ	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	14,6	0,0	180 180	180	0	
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) САХАР ПЕСОК	15 15	15 15	0	0	14,6	0,0 58,1	18 18	18 18	0	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	1	150	-		14,5		اء.	180	_	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	30	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4	<u> </u>	30	2,3	0,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	'	4,9	6,5	6,5	0,3	

4-..-

	Вых	од	Хиг	иический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	мический с
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г

				3	автрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	9,3	18,0	1,8	206,3		150	14,0	27,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,72 шт.	69,4	8,5	7,8	0,5	105,7	2,59 шт.	104,1	12,8	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,9	25,9	0,8	0,6	1,2	13,6	38,9	38,9	1,1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6	5,1	5,1	0	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,6	8,6	0	6,9	0,1	62,4	12,9	12,9	0,1	10,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0	1,4	1,4	0	C
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,8	3,6	3,1	47,6		60	1,1	5,3
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	42	40	0,8	3,6	3,1	47,6	63	60	1,1	5,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	30	30	2,3	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	C
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	C
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	C
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	C
			12,5	21,8	26,9	353,0			17,5	32,5
				II :	Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1
					Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	C
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3	20	16		0
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75		0,1
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9.6	7,2		C
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6		C
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2	C
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9		26,2	4	4	. 0	3,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	1,3	1,3	0	C
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,7	0,7		C
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160			C
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ		60		0,2	1,3	22,1		80	4,8	0,3
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	43,6	21,8		0,2		15,2	58,1	29,1		0,3

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,9	10,9	0	0	0	0,0	14,5	14,5	0	0
МОРКОВЬ	23,33	17,5	0,2	0	1,2	5,9	31,07	23,3	0,3	0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,2	0	0	0,2	0,9	3,5	2,9	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0		0,0	1,5	1,5	0	0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	· <u>I</u>	30	0,4	1,9	2,2	27,6		30	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0	30	30	0	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2	1,4	1,4	0	1,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6	1,4	1,4	0,2	0
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6	2,4	1,8	0	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,6	0	0	0	0,2	0,8	0,6	0	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5	4,5	4,5	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0	0,5
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2	0,3	0,3	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,9	4,6	19,9	132,8		150	3,6	5,3
КАРТОФЕЛЬ	150	120	2,3	0,5	19	89,6	182,81	146,25	2,8	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5	24	24	0,7	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	5,2	5,2	0	4,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,6	0,6	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	120	120	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	•	20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	•	30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			14,5	58,1		180		
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0	18	18	0	0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			11,8	10,9	69,3	426,6			15,7	12,9
				П	олдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		70	5,1	5,2	37,2	215,7		70	5,1	5,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,7	39,7	4,2	0,5	27	128,6	39,7	39,7	4,2	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9	1,2	1,2	0,1	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	7	7	0	0
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9	2,3	2,3	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	5	5	0	4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7	7	7	0,2	0,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5	0,6	0,6	0,1	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0	14	14	0	0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,6	7,0	78,6		180	5,1	4,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6	180	180	5	4,4
			9,3	8,8	44,2	294,3			10,2	9,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,1	41,6	150,5	1 116,9			43,9	55,1

ДЕНЬ 7

	Вых	од	Хиі	мический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	иический с
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	автрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		150	3,8	6,1	24,4	167,9		180	4,6	8,2
КРУПА РИСОВАЯ	25	25	1,7	0,3	17,9	80,8	31,5	31,5	2,1	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0	81	81	0	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	85,5	85,5	2,4	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6	5,4	5,4	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	7,2	7,2	0	5,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ		35	3,9	7,2	10,1	121,2		35	3,9	7,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4	10	10	2,3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4	5	5	0	4,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0
			10,2	15,3	42,0	348,1			11,5	17,8
				II :	Завтрак					
сок		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5		10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1
					Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,6	2,8	12,4	88,9		200	4,8	3,7
КАРТОФЕЛЬ	45,94	36,75	0,7	0,1	5,8	27,5	60,94	48,75	1	0,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8	16	16	3,6	0,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4	12,8	9,6	0,1	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8	3,3	3,3	0	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0	150	150	0	0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,6	10,3	10,3	176,2		80	13,6	13,0
ТУШКА ЦБ БЕСКОСТНАЯ ОХЛ.	55	47,85	8,4	8,5	0	110,5	70	60,9	10,8	10,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3	1,5	1,5	0	1,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4	25	25	0,7	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5	15	15	1,1	0,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4	8	8	1,1	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,8	0,8	0	0

									_	T
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №333		20	0,4	1,1	1,7	20,3		30	0,6	1,6
CMETAHA 15% ЖИРНОСТИ	4.5	4.5	0.4	0.7	0.0	9,0	0.0	0.0		1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5 1,3	4,5 1,3	0,1	0,7	0,2	4,2	6,8	6,8	0,2	'
ВОДА ПИЗНАЯ ВЫСШ.СОРТ			0,1	0	0,9	0,0	20.2	20.0		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0	20,3	20,3		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,1 4,7	0,1	0,1	0	0,3	1,6	0,2 7,1	0,2	6 0,1	
		0.4		0,4	0,3	3,5		0.0	-	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,4	0,4	0,1	0,4	0,4	1,9	0,6	0,6	0,1	0,0
			0,1	U	0,4	1,9	3	3	0,1	<u> </u>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	4,4	4,5	27,9	170,0		130	4,7	4,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,8	40,8	4,4	0,5	27,9	133,8	44	44	4,7	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,1	2,1	0	0	0	0,0	2,2	2,2	2 0	C
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,8	244,8	0	0	0	0,0	261,7	261,7	, 0	C
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	5	5	5 0	4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ		150	0,1		9,1	37,5		180	0,1	
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	C
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	C
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	C
	•		22,6	19,1	84,1	601,5			28,8	23,5
			,		олдник	·			<u>.L</u>	<u> </u>
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ		80	5,2	5,8		183,1		80	5,2	5,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,4	0,4		105,3	32,5	32,5	,	
CAXAP RECOK	2,2	2,2	0,4	0,1	2,1	8,5	2,2	2,2		0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	<u> </u>	1	0	0,8		7,3		1		0,8
СОЛЬ ОУЛ ДАСО ОУЛЬВО ПРОЕ ПЕОСУЛЕНОЕ	0,5	0,5	0	0,0	0	0,0	0.5	0,5	<u>, </u>	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9	1,2	1,2		0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,5	15,5				0,0	15,5			
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5		0	1	4,9	1,5			C
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0	0	0,2	0,8	3,2			C
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2,1	0	0	0,2	0,9	2,5			C
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	<u></u>	43,2	0,8	0	1,9		54			C
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,6	2,6		2,5		22,7	2,6			2,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62		0,4		5,5		3,62		

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	_		38,6	40,3	170,7	1 203,7			46,1	47,2
			5,3	5,8	34,5	211,1			5,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,4	0,4	0	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6	1,1	1,1	0	1,1

ДЕНЬ 8

	Вых	од	Хиі	иический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	иический с
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	автрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,1	4,4	20,0	135,5		180	4,7	5,9
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2		63,8	22,5	22,5	2,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59	59	0	0	0	0,0	72	72	0	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73	73	2	1,7	3,4	38,2	85,5	85,5	2,4	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6	4,5	4,5	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	4,5	4,5	0	3,6
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1
повидло	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			5,8	4,5	43,5	237,4			6,4	6,0
				H:	Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1

					Обед					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ		150	1,7	1,5	12,1	68,6		200	2,2	2,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7	8	8	0,9	0,1
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7	70,31	56,25	1,1	0,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0	10,67	8	0,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4	9	7,6	0,1	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	2	2	0	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0	170	170	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0	1,3	1,3	0	0
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150	14,4	14,6	25,0	295,4		200	19,2	19,8
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	90	58,5	10,6	9,1	0	124,8	130	79	14,4	12,3
КАРТОФЕЛЬ	131,25	105	2	0,4	16,6	78,5	164,06	131,25	2,5	0,5
МОРКОВЬ	42,67	32	0,4	0	2,1	10,9	53,33	40	0,5	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22	18	0,3	0	1,5	7,2	28	23,52	0,3	0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,4	13,4	0,3	1,9	0,5	26,8	20	20	0,5	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2	6,5	6,5	0,7	0,1

				Г	IFHb 9					
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,0	33,9	167,5	1 125,2			43,2	42,0
	•		9,0	12,8	36,6	301,0			9,8	13,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	153,06	150	4,4	3,8	6	79,5	183,7	180	5,2	4,5
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5		180	5,2	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6	0,3	0,3	0	0,3
СОДА	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	(
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	0,1	0,1	0	(
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2	0,1	15,4	0,25 шт.	10,1	1,3	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,3	9	9	0	7,5
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0,0	0	9,3	37,2	9,6	9,6	0	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,2	31,2	3,3	0,4	21.1	101,1	31,2	31,2	3,3	0,4
ПЕСОЧНИК		60	4,6	9,0	30,6	221,5		60	4,6	9,0
				П	олдник					
			19,7	16,5	77,3	543,8			26,5	22,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2	8	8	0	(
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5	14	14	0	(
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0	170	170	0	
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	
кисель из ягод свежемороженных		150	0,1		17,5	71,2		180	0,1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9	6,5	6,5	0,3	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,2	45,2	0	0	0	0,0	58,4	58,4	0	

ДЕНЬ 9

	Вых	од	Хиг	иический (состав	Энерге- тическая	Вых	од	Хим	иический с
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	автрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		150	4,4	6,1	18,7	147,5		180	5,0	6,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3	22,5	22,5	2,7	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73	73	0	0	0	0,0	85,5	85,5	0	0

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7	81	81	2,2	1,9
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6	4,1	4,1	0	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0	4,5	4,5	0	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,6	8,4	10,1	122,2		30	1,6	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	10	10	0,1	8,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,5	2,0	7,5	59,0		180	3,0	2,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2	1,8	1,8	0,4	0,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3	90	90	2,5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	80	80	0	0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5	5	5	0	0
			8,5	16,5	36,3	328,7			9,6	17,7
				II	Завтрак					
СОК		100	0,5	0,1	10,1	43,0		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0	100	100	0,5	0,1
			0,5	0,1	10,1	43,0			0,5	0,1
			·	•	Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО	1				· · ·				1	
ІСМЕТАНОЙ		150	1,4	3,8	8,7	77,4		200	1,9	4,8
СВЕКЛА	29,87	22,4	0,3	0	1,9	9,1	37,33	28	0,4	0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2				20		·	0
КАРТОФЕЛЬ	28,13	22,5	0,5	0,1	3,6	16,8	42,19	33,75		0,1
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	9,6	7,2	0,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	9	7,6	0,1	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0	5	5	0,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	4	4	0	3,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9	1,3	1,3	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,7	0,7	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	160	160	0	0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0	5	5	0,1	0,8
плов из птицы		160	16,8	18,4	26,5	338,7		200	20,0	22,4
ТУШКА ЦБ ОХЛ.	120	78	14,2	12,2	0	166,5	140	91	16,5	14,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	Ŭ	0	0,0	1,4	1,4	0	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3	8	8	0	7,8

			71,1		ЕНЬ 10				דייד	<u>, :</u>
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,2 41,1	6,5 45,7	28,9 148,0	217,8 1 174,9			10,2 47,4	6,5 52,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	40.2	0
CAXAP TECOK	7	7	0	0	6,8	27,1	10	10	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0	35	35	0	0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0	0,2	0,9	0,45	0,45	0,1	0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,9	1	6,5	38,2	12	12	0,9	1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,5	1,5	0	0,2	0,1	3,0	1,5	1,5	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0
масло сладко-сливочное несоленое	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4
CAXAP ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0	7,5	7,5	0	0
КРУПА РИСОВАЯ	7,92	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6	7,92	7,92	0,6	0,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	46	46	8,1	4	1,4	75,4	46	46	8,1	4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,3	0	1,2	5,8	2	2	0,3	0
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		80	10,1	6,5	22,0	189,8		80	10,1	6,5
		<u> </u>	, •		олдник	, .			,-	,-
• •			21,9	22,6	72,7	585,4			27,1	27,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	18	18	0	
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	150	0	0	14,5	0,0	18	18	0	(
МИКРОНУТРИЕНТАМИ КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	30	150		0,3	14,5	58,1	40	180	2,0	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	30	30	2,0	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	-	20	1,5	0,1	10,0	47,4	- ,- ,	30	2,3	0,2
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	23	20	0,2	0	0,3	2,6	34,5	30	0,2	(
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	<u>'</u>	20	0,2		0,3	2,6	<u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	30	0,2	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0	120	120	0	(
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1	45	45	3,1	0,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0	0	0	0	0	0,0	4	4	0,2	(
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1	17,07	12,8	0,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	7	0,1	0	0,6	2,8	10	8,4	0,1	

Наименование блюда	Выход		Хим	иический (состав	Энерге- тическая	Выход		Химический (
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г
				3	Вавтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ		150	3,3	3,2	12,6	93,2		180	3,9	3,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7	81	81	2,2	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0	108	108	0	0
ПШЕНО	12	12	1,4	0,3	8,1	40,9	14,4	14,4	1,6	0,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9	1,8	1,8	0	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7	1,4	1,4	0	0
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		30	1,6	0,1	16,6	73,9		30	1,6	0,1
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6	10	10	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	20	20	1,5	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,9	28,0		180	0,1	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,38	0,38	0,1	0		0,9	0,45	0,45		0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0		0,0	35			0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1	10		0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
	•		5,0	3,3	36,1	195,1			5,6	3,9
					Завтрак	·				
СОК		100	0,5		10,0	43,2		100	0,5	0,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,5	0,1		43,0	100		- , -	
			0,5			43,2			0,5	
					Обед	-,				- ,
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО		150	1,5	3,9		83,2		200	1,8	4,9
СМЕТАНОЙ					,					
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2		33,7	70,31	56,25		0,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2	4	4	0,4	
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9	10,67	8	0,1	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	-,			0,2	1,2	_	-,-	-,.	
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10	9,6	0,1	0	- 1-	1,2	12,2	11,7	0,1	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9		26,2	4	4	0	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	ű	0,0	2,6			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0			0,0	160	160		
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8		10,0	5	5	0,1	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,6	10,3	10,3	176,2		80	13,6	13,0

ТУШКА ЦБ БЕСКОСТНАЯ ОХЛ.	55	47,85	8,4	8,5	0	110,5	70	60,9	10,8	10,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3	1,5	1,5	0	1,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4	25	25	0,7	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5	15	15	1,1	0,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4	8	8	1,1	0

·									T	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6		0	,	0,0	0,8			
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,9	4,6	19,9	132,8		30	0,6	1,6
КАРТОФЕЛЬ	150	120	2,3	0,5	19	89,6	6,8	6,8	0,2	1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5	2	2	0,2	0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	20,3	20,3	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,2	0,2	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0	7,1	6	0,1	0
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ		20	0.4	1,1	4.7	20,3	0.0	0.0	0	0,6
№333		20	0,4	1,1	1,7	20,3	0,6	0,6		0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0,1	0,7	0,2	9,0	3	3	0,1	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2		150	3,6	5,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0	182,81	146,25	2,8	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0	24	24	0,7	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	4	0,1	0	0,3	1,6	5,2	5,2	0	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5	0,6	0,6	0	0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9	120	120	0	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4		30	2,3	0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4	30	30	2,3	0,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	•	30	2,0	0,3	12,7	61,2		40	2,7	0,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	30	30	2	0,3	12,7	61,2	40	40	2,6	0,4
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	01,2	40	40	2,0	0,4
компот из ягод свежемороженных		150	0,1		9,1	37,5		180	0,1	
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,6	18	18	0,1	0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	9	9	0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0	180	180	0	0
			19,0	20,3	73,7	558,6			24,7	25,4
				П	олдник					
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		70	6,7	3,7	25,9	164,3		70	6,7	3,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0	29,3	29,3		0,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1	1,6	1,6		0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3	4,2	4,2		0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3	1	1	0	0,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8	0,11 шт.	4,43	0,6	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6		0,2	0,4					0,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14	14	2,4	1,3		23,0	14			1,3
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,2	1,2		0	0	0,9	1,2	1,2	0,2	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0	0,3	0,3	0	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4	0,5	0,5	0	0,5