	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N₂
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 1							
			Завт	рак			
Макаронные изделия,							
запеченные с сыром	150	7,88	8,83	35,85	259,00	0,19	159
Кофейный напиток на							
сгущенном молоке	180	2,00	2,10	18,80	102,10	0,21	55
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	355	11,44	14,66	64,55	440,10	0,40	
			2 зав	грак	•		
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед	L		
Салат из свеклы с чесноком							
и сыром	60	1,93	3,89	5,37	65,33	4,92	4
*							
Рассольник ленинградский,							
с мясом и со сметаной	200/8/5	3,27	4,09	16,75	110,11	6,57	5
Колбасные изделия		,	,	,	,	,	
отварные	70	7,00	10,30	0,84	124,06	0,00	158
Соус сметанный с морковью		.,		- 7 -	7		
и луком	30	0,56	4,44	2,64	49,50	0,75	82
Капуста тушеная	150	2,91	5,02	11,59	12,00	20,00	89
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20,17	84,00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб	100	0,11	0,07	20,17	01,00	2,20	20
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-	23	2,00	0,25	12,00	59,00	0,00	111
лшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	704	20,58	28,66	94,11	620,00	34,49	111
more	704	20,50	Полді	,	020,00	54,49	
Manana wunguanaa	180	5 22	4,50		37,26	2,35	157
Молоко кипяченое	180	5,22	4,30	8,69	57,20	2,55	137
Кондитерские изделия							
(печенье, или вафли, или	80	2 40	2 20	24.20	205 71	0.00	ГП
пряники)		2,40	3,20	34,29	205,71	0,00	111
Итого	260	7,62	7,70	42,98	242,97	2,35	
			Уж	ин			
IC							
Картофельная запекака	100/2	10.10	E 40	10.40	105.00	0.17	170
(рулет) с овощами и рыбой	180/3	10,19	5,40	18,48	185,00	0,17	170
Компот из свежих яблок	180	0,50	0,30	12,70	54,60	2,30	119
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00	ГП
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	453	14,09	6,30	55,38	357,58	7,49	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за первый день		53,93	57,42	267,12	1706,65	46,73	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
- I		,	,		,	,	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		99,87	95,70	102,34	94,81	93,46	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пищен	вые вещес	ства (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МΓ	рецептуры
День 2							
			Завт	рак			
Суп молочный с							
макаронными изделиями	200	5,58	5,71	19,48	150,00	0,91	62
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Бутерброд с маслом и							
сыром	20/4/8	3,41	5,38	9,89	102,00	0,06	18
Итого	432	12,69	15,31	47,55	377,00	2,69	
			2 зав	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед			
Икра морковная	60	0,70	3,05	8,38	63,00	1,80	25
Свекольник с мясом и со							
сметаной	200/10/5	4,63	4,98	9,82	113,33	6,78	19
Капуста, тушенная с мясом	220	16,32	12,78	11,35	237,11	25,06	20
Компот из кураги	180	0,94	0,00	23,87	98,00	0,72	33
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	750	27,39	21,66	90,17	686,44	34,36	
			Полд		-		
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Кондитерские изделия							
(печенье, или вафли, или							
пряники, или др.)	30	0,90	1,20	6,54	76,35	0,00	ГП
Батон с джемом (или							
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	136
Итого	252	8,46	7,20	36,76	284,55	1,28	
	1		Уж	ин	1	T	n
Вареники ленивые с маслом							
сливочным	150/5	20,04	14,53	39,52	401,01	0,28	22
Чай с лимоном	200	0,04	0,00	12,13	47,00	2,00	24
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	120	0,48	0,48	11,80	56,59	12,04	15
Итого	475	20,56	15,01	63,45	504,60	14,32	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за второй день		69,30	59,28	248,03	1898,59	54,65	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения		100			107.17	105 - 5	
суточной потребности		128,33	98,80	95,03	105,48	109,30	

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 3							
			Завт	рак			
Суп молочный с пшенной							
крупой	200	6,48	7,04	19,82	169,00	1,10	146
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	43,00	0,00	14
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	425	8,04	10,77	41,70	291,00	1,10	
			2 завт	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед		ł	
Салат из морской капусты	60	0,55	5,08	0,91	74,00	1,92	28
Суп из зеленого горошка с							
мясом и яйцом	200/8/20	6,63	5,13	17,64	126,60	4,69	156
Соус красный основной	40	0,33	1,28	1,89	19,43	0,55	63
Суфле рыбное	80	9,60	12,16	8,05	179,89	0,16	97
Картофель отварной	130	2,50	5,76	17,46	140,37	10,40	162
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,00	22,00	92,00	0,36	9
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	768	22,81	30,01	92,65	748,29	18,08	
	ļļ	,	Полд				ł
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Сушка на сметане	70	5,42	12,87	34,27	289,80	0,06	34
Итого	250	10,64	17,37	42,96	327,06	2,41	
		,	Уж		,	,	
Макаронные изделия							
отварные	140	4,86	4,28	29,89	173,60	0,00	36
		,	, -	- ,			
Котлеты, биточки,шницели							
куриные	70	6,56	5,43	5,08	95,43	0,11	31
Компот апельсиновый	180	0,32	0,07	20,88	87,00	21,60	43
Хлеб пшеничный или хлеб	-	15	,	7	7	,	-
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
*	-	,	,	,	7	/	
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,03	15
Итого	525	14,94	10,53	82,55	485,79	31,74	
		Б	Ж	y	Эн/ц	C	
Итого за третий день		56,63	68,78	269,96	1898,14	55,33	
•							
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
процент удовлетворения суточной потребности		104,87	114,63	103,43	105,45	110,66	
cy to mon norpconocin		107,07	114,05	105,45	105,45	110,00	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N₂
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 4					· · · ·		
			Завт	рак			
Омлет натуральный	130	8,00	13,88	2,99	168,88	0,65	7
Зеленый горошек или							
кукуруза консервированные							
отварные	50	2,50	0,08	4,17	27,50	5,00	152
Какао с молоком	180	3,90	5,06	19,06	137,38	1,87	15
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	385	15,96	22,75	36,12	412,76	7,52	
			2 завт		,	,	
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
-		.,=•	0,10		-,~~	,	
Овощи натуральные							
соленые или свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00	40
		- ,	- ,	,	- / - *	- ,	
C	200/8	2 00	2.92	12.00	106.67	0.62	4.1
Суп картофельный с мясом	200/8	3,90	2,82	12,90	106,67	9,62	41
Плов с мясом	180	13,27	12,08	31,04	285,98	1,95	42
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20,17	84,00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб	25	2.00	0.25	10.05	50.00	0.00	ГП
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-	-	• • • •	0.40				
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	683	22,56	15,88	102,36	660,05	19,82	
			Полді	ник2	1		
	100	<i></i>	4.50	0.00	27.24	2.25	1.55
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Пирожок, печеный из	-		5.04	20.45	100.00	14.00	
сдобного теста с капустой	70	4,51	5,04	28,47	189,00	14,00	44
Итого	250	9,73	9,54	37,16	226,26	16,35	
			Уж				
Рагу из овощей	250	4,64	4,48	17,47	138,04	26,00	45
Конфеты шоколадные	20	0,80	7,90	10,83	113,80	0,00	ГП
Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	163
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
_							
Фрукты свежие (яблоко, или			0.55		a a		. –
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	535	8,44	12,93	50,09	358,02	31,02	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за четвертый день		56,89	61,20	235,83	1703,09	76,71	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		105,35	102,00	90,36	94,62	153,42	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 5							
			Завт		-		
Каша"Дружба"	200	6,70	7,60	29,98	213,00	1,98	47
Кофейный напиток на							
сгущенном молоке	180	2,00	2,10	18,80	102,10	0,21	55
Бутерброд с маслом и							
сыром	20/4/8	3,41	5,38	9,89	102,00	0,06	18
Итого	412	12,11	15,08	58,67	417,10	2,25	
			2 завт		-		
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об		-		
Икра кабачковая	40	0,48	1,88	3,08	31,20	3,84	108
Щи из свежей капусты, с							
мясом и со сметаной	200/8/5	2,94	4,09	6,86	88,49	15,54	49
Котлеты рыбные							
любительские	80	8,50	2,50	4,80	75,70	0,60	50
Соус сметанный							
натуральный	30	0,88	9,62	2,87	98,40	0,12	139
Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	13,23	12
Компот из ягод	200	0,14	0,10	13,62	57,00	3,00	153
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	768	20,37	23,57	83,64	648,86	36,33	
			Полді	ник2			
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Ватрушка с творогом из							
дрожжевого теста	70	4,80	3,69	20,98	156,30	0,26	105
Итого	250	10,02	9,45	28,18	262,50	1,52	
			Уж	ин			
Котлеты,биточки, шницели							
ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,43	6,87	6,14	119,25	0,69	52
Пюре из свеклы	155	1,99	5,16	9,25	95,00	6,59	53
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Чай с лимоном	200	0,04	0,00	12,13	47,00	2,00	24
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	500	13,46	12,58	49,31	367,43	14,30	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за пятый день		56,16	60,78	229,90	1741,89	56,40	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		104,00	101,30	88,08	96,77	112,80	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва <u>(</u> г)	Энергетическая	Витамин С,	No
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День б							
			Завт	рак			
Каша манная молочная							
жидкая	160	6,14	6,40	28,97	196,00	1,62	138
Кофейный напиток с							
молоком	180	4,00	4,90	19,00	136,10	1,87	27
Батон с джемом (или							
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	136
Итого	382	12,48	11,54	70,99	434,10	3,51	
			2 завт	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Oð	ед			
Салат из кукурузы с луком							
репчатым	60	1,15	5,19	5,97	76,00	3,21	166
Суп из свежемороженых							
овощей с мясом	200/6	3,43	1,90	10,52	82,00	7,09	155
Гуляш	70/30	9,50	13,23	2,06	165,31	0,27	58
Рис отварной с овощами	130	3,35	6,07	22,19	183,73	5,16	104
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,00	22,00	92,00	0,36	9
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	751	22,63	27,24	99,49	774,04	16,09	
			Полді	ник2			
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Булочка ванильная	70	5,60	5,80	41,70	241,00	0,00	60
Итого	250	10,82	10,30	50,39	278,26	2,35	
			Уж	ин	l		I
Тефтели рыбные	80	8,50	6,00	18,00	160,00	1,49	151
Картофельное пюре с							
морковью "розовое"	160	2,77	6,93	11,84	138,13	3,73	32
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	43,00	0,00	14
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	525	14,27	13,48	63,61	447,31	10,24	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за шестой день		60,40	62,66	294,58	1979,71	34,19	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
_ · _ •							
Процент удовлетворения							
суточной потребности		111,86	104,43	112,87	109,98	68,38	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как

отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N₂
Прием пищи	блюда	Б	Ж	ý	ценность (ккал)	мг	рецептуры
День 7				l.			
			Завт	рак			
Каша пшенная молочная							
жидкая	200	8,53	8,04	37,97	256,00	1,86	16
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	425	13,79	15,99	66,05	460,00	3,58	
	_	- ,	2 завт				
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
	100	0,20	0,10	,	10,00	2,00	Į
				СД			
Салат из моркови с сахаром	60	0,71	4,05	5,52	62,00	2,09	168
	00	0,71	.,00	0,02	02,00	_,.,	100
Суп крестьянский с крупой,							
с мясом и со сметаной	200/8/5	3,28	4,65	12,05	100,00	9,62	65
Печень по-строгановски	85	8,93	10,38	2,56	156,64	11,40	66
Картофель отварной	130	2,50	5,76	17,46	140,37	10,40	162
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20,17	84,00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб	100	0,11	0,07	20,17	04,00	2,25	50
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-	25	2,00	0,25	12,05	57,00	0,00	111
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	723	20,33	25,76	94,51	718,01	35,76	111
moro	125	20,33	23,70 Полді	,	/10,01	55,70	
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
	160	3,22	5,70	7,20	100,20	1,20	10
Кондитерские изделия							
(печенье, или вафли, или	30	0.00	1.20	651	76.25	0,00	ГП
пряники, или др.)	50	0,90	1,20	6,54	76,35	1	
Гренка с сыром Итого	260	7,09	6,33 13,29	15,04	146,00	0,22	21
11010	260	13,21		28,78	328,55	1,48	
2	1		Уж	ин			
Запеканка из творога с	200/17	0.45	0.55	16.65	202.20	2.04	(0)
джемом	200/17	9,45	9,55	46,65	293,39	2,96	68
Компот из свежих яблок	180	0,50	0,30	12,70	54,60	2,30	119
* / -							
Фрукты свежие (яблоко, или	100	0.40	0.10	0.02	47 1 4	10.02	
груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,03	15
Итого	497	10,35	10,25	69,18	395,15	15,29	
		Б	Ж	y	Эн/ц	C	
Итого за седьмой день		57,88	65,39	268,62	1947,71	58,11	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		107,19	108,98	102,92	108,21	116,22	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

Возрастная категория: 3-7 л							
_	Выход		вые вещес		Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МΓ	рецептуры
День 8							
~			Завт	рак			
Суп молочный с ячневой	200	6.04	6 5 9	10.65	164.00	1.10	1.45
крупой	200	6,24	6,72	19,65	164,00	1,10	147
Какао с молоком	180	4,10	5,30	19,25	141,10	1,87	15
Бутерброд с маслом и							
сыром	20/4/8	3,41	5,38	9,89	102,00	0,06	18
Итого	412	13,75	17,40	48,79	407,10	3,03	
			2 завт		T	Т	r
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед	.	<u>.</u>	
Салат из соленых (свежих)							
огурцов с луком репчатым	60	1,46	3,08	4,29	50,00	5,80	85
Суп картофельный с							
бобовыми на курином							
бульоне	200	6,65	2,41	17,17	113,33	4,56	54
Суфле из кур с рисом	70/4	7,01	9,43	2,90	142,50	0,08	71
Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	13,23	12
Компот из изюма	180	0,32	0,00	25,85	103,00	0,00	83
Хлеб пшеничный или хлеб		-,		,		.,	
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-	25	2,00	0,25	12,00	57,00	0,00	111
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	719	22,87	20,30	102,62	706,90	23,67	111
more	/1)	22,07	Полді		700,90	23,07	
			полд	10112			
Magana wugguanaa	180	5 22	4.50	8 60	27.26	2.25	157
Молоко кипяченое		5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Творожники песочные	70	7,50	14,20	30,90	282,00	0,03	72
Итого	250	12,72	18,70	39,59	319,26	2,38	
			Уж	ин			
	100	0.00	6.06	25.00	040.04	0.42	
Рыба по-польски	100	9,80	6,86	35,00	240,94	0,43	44
Морковь припущенная	200/3	2,81	6,59	15,16	133,33	2,97	172
Чай с лимоном	200	0,04	0,00	12,13	47,00	2,00	24
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	588	15,65	14,00	84,08	527,45	10,42	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за восьмой день		65,19	70,50	285,18	2006,71	41,50	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		120,72	117,50	109,26	111,48	83,00	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	ства (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	ý	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 9							
			Завт	рак		<u>r</u>	r
Каша молочная пшеничная							
жидкая	200	8,61	7,40	39,71	257,00	1,94	74
Кофейный напиток с							
молоком	180	4,00	4,90	19,00	136,10	1,87	27
Батон с джемом (или							
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	136
Итого	422	14,95	12,54	81,73	495,10	3,83	
		,	2 зав		,	,	
				1			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед			I
Салат из свеклы с клюквой	60	0,92	4,05	8,04	73,00	5,05	169
Суп картофельный с		5,72	1,00	0,01	, ,,,,,,	5,05	107
суп картофельный с макаронными изделиями с							
макаронными изделиями с мясом птицы	200/10	7,27	3,83	18,88	135,00	6,73	106
Соус красный основной	40	0,33	1,28	1,89	19,43	0,75	63
Котлета "Здоровье"	70	9,60	11,20	10,00	179,20	1,10	76
коплета Эдоровье	70	9,00	11,20	10,00	179,20	1,10	70
K	120	C 90	C 20	5.00	205 20	0.00	(0)
Каша гречневая рассыпчатая	120 180	6,80 0,94	6,30 0,00	5,90 23,87	205,20 98,00	0,00 0,72	69 33
Компот из кураги	160	0,94	0,00	25,87	98,00	0,72	
Хлеб ржаной (ржано-	50	2.00	0.00	24.70	116.00	0.00	гп
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	730	28,66	27,26	93,28	825,83	14,15	
	100	5.00	Полд		25.24	2.25	1.55
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Крендель сахарный	70	6,20	8,60	33,60	221,10	0,20	127
Итого	250	11,42	13,10	42,29	258,36	2,55	
			Уж	ин	1		I
Зеленый горошек или							
кукуруза консервированные							
отварные	50	2,50	0,08	4,17	27,50	5,00	152
Картофельная запеканка с							
печенью	180	9,61	3,62	20,43	155,00	4,10	79
Соус томатный	30	0,30	1,10	2,10	20,10	0,50	37
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	43,00	0,00	14
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	545	15,41	5,35	60,47	351,78	14,62	
		Б	Ж	У	Эн/ц	C	
H				-			
Итого за девятый день		70,64	58,35	287,87	1977,07	37,15	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
процент удовлетворения суточной потребности		130,81	97,25	110,30	109,84	74,30	
суточной потреоности Применание: ГП - готовый пр		150,01	1,23	110,50	107,04	74,50	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход		зые вещес	1	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 10							
			Завт	рак	T	Т	r
Каша рисовая молочная							
жидкая	200	6,56	7,45	35,68	234,00	2,03	1
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	425	11,82	15,40	63,76	438,00	3,75	
			2 зав				
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед		<u>.</u>	
Салат из зеленого горошка с							
луком репчатым	60	1,57	5,10	3,81	67,00	5,60	48
Борщ сибирский с мясными							
фрикадельками	200/15	5,95	2,33	9,72	96,67	7,28	81
Котлеты рыбные							
любительские	80	8,50	2,50	4,80	75,70	0,60	50
Соус сметанный с морковью							
и луком	30	0,56	4,44	2,64	49,50	0,75	82
Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	13,23	12
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20,17	84,00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	750	24,12	19,82	93,55	670,94	29,71	
			Полд	ник2	L		
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Булочка домашняя	70	4,20	5,60	20,30	165,30	0,27	78
Итого	250	9,42	11,36	27,50	271,50	1,53	
			Уж	ин			I
Рагу из овощей	250	4,64	4,48	17,47	138,04	26,00	45
Конфеты шоколадные	20	0,80	7,90	10,83	113,80	0,00	ГП
Хлеб пшеничный или хлеб		,		,	,	,	
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Компот из свежих яблок	180	0,50	0,30	12,70	54,60	2,30	119
		,	,	,	,	,	
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	535	8,94	13,23	62,79	412,62	33,32	
		Б	Ж	y	Эн/ц	C	
Итого за десятый день		54,50	59,91	257,70	1839,06	70,31	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
		2.,00	00,00	_01,00	1000,00	20,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		100,93	99,85	98,74	102,17	140,62	
v 1 · · · ·		,	y	1 2 .	7	1	1

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

Выход Прием пищи Пищевые вешества (г) 6люда Энергетическ иенность (кка день 11 День 11		№ рецептуры 138 24 18 ГП
Завтрак Омлет с зеленым горошком 200 13,14 17,40 7,41 235,71 Чай с лимоном 200 0,04 0,00 12,13 47,00 Бугерброд с маслом и сыром 20/4/8 3,41 5,38 9,89 102,00 Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Котлеты,биточки, шницели 80 0,40 0,00 22,00 <	2,00 0,06 7,10 2,00 2,00	24
Омлет с зеленым горошком 200 13,14 17,40 7,41 235,71 Чай с лимоном 200 0,04 0,00 12,13 47,00 Бутерброд с маслом и сыром 20/4/8 3,41 5,38 9,89 102,00 Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Сок фруктовый совощной и 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Сок фруктовыи со 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60	2,00 0,06 7,10 2,00 2,00	24
Чай с лимоном 200 0,04 0,00 12,13 47,00 Бугерброд с маслом и сыром 20/4/8 3,41 5,38 9,89 102,00 Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Сул "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 <td>2,00 0,06 7,10 2,00 2,00</td> <td>24</td>	2,00 0,06 7,10 2,00 2,00	24
Чай с лимоном 200 0,04 0,00 12,13 47,00 Бугерброд с маслом и сыром 20/4/8 3,41 5,38 9,89 102,00 Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Сул "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 <td>2,00 0,06 7,10 2,00 2,00</td> <td>24</td>	2,00 0,06 7,10 2,00 2,00	24
Бутерброд с маслом и сыром 20/4/8 3,41 5,38 9,89 102,00 Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты, биточки, шницели из говадины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40	0,06 7,10 2,00 2,00	18
сыром 20/4/8 3,41 5,38 9,89 102,00 Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говадины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00	7,10 2,00 2,00	
Итого 432 16,59 22,78 29,43 384,71 Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Томаты в собственном соку сметаной 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия отварные 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 <th< td=""><td>7,10 2,00 2,00</td><td></td></th<>	7,10 2,00 2,00	
2 завтрак Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов	2,00 2,00	ГП
Сок фруктовый (овощной) 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб 9 116,00 111,44 683,15 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Итого 728 22,450 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Булочка доро	2,00	ГП
Итого 100 0,20 0,10 10,10 46,00 Обед Обед Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия отварные 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 160	2,00	ГП
Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия отварные 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Иолоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 <		
Томаты в собственном соку 60 0,66 0,06 0,96 7,80 Суп "Харчо" с мясом и со сметаной 200/8/5 3,33 4,64 15,70 115,50 Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76	6,00	
Суп "Харчо" с мясом и со сметаной200/8/53,334,6415,70115,50Котлеты,биточки, шницели из говядины608,436,876,14119,25Макаронные изделия отварные1404,864,2829,89173,60Компот из сухофруктов1800,400,0022,0092,00Хлеб пшеничный или хлеб зерновой252,000,2512,0559,00Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)502,800,6024,70116,00Итого72822,4816,70111,44683,15 Полдник2 Молоко кипяченое1805,224,508,6937,26Булочка дорожная705,198,2334,79248,50Итого25010,4112,7343,48285,76 Ужин Картофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00	6,00	
Суп "Харчо" с мясом и со сметаной200/8/53,334,6415,70115,50Котлеты,биточки, шницели из говядины608,436,876,14119,25Макаронные изделия отварные1404,864,2829,89173,60Компот из сухофруктов1800,400,0022,0092,00Хлеб пшеничный или хлеб зерновой252,000,2512,0559,00Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)502,800,6024,70116,00Итого72822,4816,70111,44683,15 Полдник2 Молоко кипяченое1805,224,508,6937,26Булочка дорожная705,198,2334,79248,50Итого25010,4112,7343,48285,76 Ужин Картофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00	6,00	101
сметаной200/8/53,334,6415,70115,50Котлеты,биточки, шницели из говядины608,436,876,14119,25Макаронные изделия отварные1404,864,2829,89173,60Компот из сухофруктов1800,400,0022,0092,00Хлеб пшеничный или хлеб зерновой252,000,2512,0559,00Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)502,800,6024,70116,00Итого72822,4816,70111,44683,15 Полдник2 Молоко кипяченое1805,224,508,6937,26Булочка дорожная705,198,2334,79248,50Итого25010,4112,7343,48285,76 Ужин Картофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00		131
Котлеты,биточки, шницели из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия отварные 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Полдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180	6.00	
из говядины 60 8,43 6,87 6,14 119,25 Макаронные изделия отварные 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Иолоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	6,30	57
Макаронные изделия отварные 140 4,86 4,28 29,89 173,60 Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Полдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	0.60	_
отварные1404,864,2829,89173,60Компот из сухофруктов1800,400,0022,0092,00Хлеб пшеничный или хлеб252,000,2512,0559,00Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)502,800,6024,70116,00Итого72822,4816,70111,44683,15Иолоко кипяченое1805,224,508,6937,26Булочка дорожная705,198,2334,79248,50Итого25010,4112,7343,48285,76УжинКартофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00	0,69	6
Компот из сухофруктов 180 0,40 0,00 22,00 92,00 Хлеб пшеничный или хлеб 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Иолоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00		
Хлеб пшеничный или хлеб 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Полдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	0,00	36
зерновой 25 2,00 0,25 12,05 59,00 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Нолдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	0,36	9
Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Полдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00		
пшеничный) 50 2,80 0,60 24,70 116,00 Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Полдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	0,00	ГП
Итого 728 22,48 16,70 111,44 683,15 Полдник2 Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00		
Полдник2Молоко кипяченое1805,224,508,6937,26Булочка дорожная705,198,2334,79248,50Итого25010,4112,7343,48285,76УжинКартофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00	0,00	ГП
Молоко кипяченое 180 5,22 4,50 8,69 37,26 Булочка дорожная 70 5,19 8,23 34,79 248,50 Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	13,35	
Булочка дорожная705,198,2334,79248,50Итого25010,4112,7343,48285,76УжинКартофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00		
Итого 250 10,41 12,73 43,48 285,76 Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	2,35	157
Ужин Картофель отварной 160 3,07 7,09 21,49 172,77 Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	5,71	128
Картофель отварной1603,077,0921,49172,77Сельдь с луком репчатым605,306,500,91116,00Компот из свежих груш1800,140,1117,6873,00	8,06	
Сельдь с луком репчатым 60 5,30 6,50 0,91 116,00 Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00		
Компот из свежих груш 180 0,14 0,11 17,68 73,00	12,80	162
	1,00	13
Хлеб пшеничный или хлеб	1,80	48
зерновой 35 2,80 0,35 16,87 82,60	0,00	ГП
Фрукты свежие (яблоко, или		
груша, или банан, или др.)1 50 0,20 0,20 4,92 23,58	5,02	15
Итого 485 11,51 14,25 61,87 467,95	20,62	
Итого за одиннадцатый		
день 61,19 66,56 256,32 1867,57	51,13	
Суточная потребность 54,00 60,00 261,00 1800,00	01,10	
	50,00	
Процент удовлетворения	,	
суточной потребности 113,31 110,93 98,21 103,75	,	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	ства (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	y V	ценность (ккал)	мг	рецептуры
День 12			1			4	
<u>· · · · · · · · · · · · · · · · · · · </u>			Завт	рак			
Каша овсяная из хлопьев				Î			
овсяных "Геркулес"	200	8,25	9,11	31,82	240,00	2,03	39
Кофейный напиток с							
молоком	180	4,00	4,90	19,00	136,10	1,87	27
Батон с джемом (или							
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	136
Итого	422	14,59	14,25	73,84	478,10	3,92	
			2 зав	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
	· ·		Об	ед			
Салат из свежих помидоров							
и огурцов	60	0,57	3,08	1,85	38,27	8,00	86
Свекольник с мясом и со							
сметаной	200/10/5	4,63	4,98	9,82	113,33	6,78	19
Жаркое по-домашнему	180	10,00	10,50	13,52	187,68	7,46	91
Компот из ягод	200	0,14	0,10	13,62	57,00	3,00	153
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	730	20,14	19,51	75,56	571,28	25,24	
			Полд	ник2			
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Кондитерские изделия							
(печенье, или вафли, или							
пряники)	80	2,40	3,20	34,29	205,71	0,00	ГП
Итого	260	7,62	8,96	41,49	311,91	1,26	
			Уж			7	
Лапшевник из творога	150	15,00	12,90	23,20	268,90	0,55	92
Соус молочный сладкий	50	1,56	2,56	14,48	69,00	0,24	93
Чай с лимоном	200	0,04	0,00	12,13	47,00	2,00	24
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,03	15
Итого	500	17,00	15,86	59,64	432,06	12,82	
		Б	ж	У	Эн/ц	С	
Итого за двенадцатый день		59,55	58,68	260,63	1839,35	45,24	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения		110.00	07.00	00.07	102.10	00.40	
суточной потребности		110,28	97,80	99,86	102,19	90,48	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N₂
Прием пищи	блюда	Б	Ж	ý	ценность (ккал)	мг	рецептуры
День 13						L	1
, ,			Завт	рак			
Каша ячневая молочная							
жилкая	200	7,94	7,24	37,53	245,00	1.86	26
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	425	13,20	15,19	65,61	449.00	3,58	
	-	- , -	2 завт				
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10.10	46.00	2,00	
	100	0,20	0,10 Of		.0,00	2,00	
Салат из морской капусты	60	0,55	5,08	0,91	74,00	1,92	28
Cului nis moperior runyerin	00	0,55	5,00	0,71	74,00	1,52	20
Суп картофельный с мясом	200/8	3,90	2,82	12,90	106,67	9,62	41
Рагу из птицы	165	10,32	10,11	13,21	189,20	7,34	96
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20.17	84.00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб	100	0,11	0,07	20,17	04,00	2,25	50
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-	23	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	1 1 1
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	668	,	18,93	83,94	· · · · · ·	21.13	1 1 1
итого	008	19,68		,	628,87	21,15	
	100	5.00	Полд		27.26	2.25	157
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Шанежка наливная с яйцом	70	0.07	5.06	20.77	219.40	0.26	105
и сыром	70	8,96	5,96	28,77	218,40	0,36	125
Итого	250	14,18	10,46	37,46	255,66	2,71	
			Уж	ИН			
Капуста, тушенная с мясным			10.00				107
фаршем	250	9,56	12,08	14,64	218,06	25,00	135
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Хлеб пшеничный или хлеб		• • • •					
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	535	16,26	16,85	54,61	449,24	31,74	
Итого за тренадцатый день		63,52	61,53	251,72	1828,77	61,16	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		117,63	102,55	96,44	101,60	122,32	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	ý	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 14							
			Завт	рак		<u>.</u>	
Суп молочный с рисовой							
крупой	200	5,50	6,63	18,13	154,00	1,10	144
Какао с молоком	180	3,90	5,06	19,06	137,38	1,87	15
Бутерброд с маслом и							
сыром	20/4/8	3,41	5,38	9,89	102,00	0,06	18
Итого	412	12,81	17,07	47,08	393,38	3,03	
	100	0.00	2 3aB		16.00	2.00	FH
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
2			Об	ед			
Салат из моркови с зеленым	60	1.00	5.07	2.02	57.00	2 95	120
горошком	60	1,00	5,07	3,03	57,00	2,85	130
Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200/8/5	3,27	4,09	16,75	110,11	6,57	5
Котлеты,биточки, шницели	200/0/3	3,21	т,07	10,75	110,11	0,57	5
ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,43	6,87	6,14	119,25	0,69	6
Сложный гарнир	00	0,75	0,07	0,14	117,25	0,07	0
(картофельное							
пюре/свекольное пюре)	150	2,52	5,20	13,66	118,50	10,93	98
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,00	22,00	92,00	0,36	9
Хлеб пшеничный или хлеб	100	0,10	0,00	22,00	,00	0,50	,
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-		_,	*,	,		.,	
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	738	20,42	22,08	98,33	671,86	21,40	
		,	Полд	ник2		1 ,	I
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Манник со сгущенным	100	2,22	.,	3,07	27,20	_,55	
молоком	60/30	6,56	13,22	38,54	316,50	0,36	126
Итого	270	11,78	17,72	47,23	353,76	2,71	
		· · -	Уж			7 -	I
Суфле рыбное	100	12,00	15,20	10,06	224,86	0,20	152
Винегрет овощной	150	2,57	15,20	12,20	195,00	13,37	88
Чай с лимоном	200	0,04	0,00	12,13	47,00	2,00	24
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	535	17,61	30,95	56,18	573,04	20,59	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за четрынадцатый							
день		62,82	87,92	258,92	2038,04	49,73	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		116,33	146,53	99,20	113,22	99,46	
· .	1		· ·	· · · · · ·	1		1

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

Прием пищи	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	No
	блюда	Б	Ж	ý	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 15							
			Завт	рак			
Каша пшенная молочная				Ī			
жидкая	200	8,53	8,04	37,97	256,00	1,86	16
Кофейный напиток на							
сгущенном молоке	180	2,00	2,10	18,80	102,10	0,21	55
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	405	12,09	13,87	66,67	437,10	2,07	
			2 завт	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
	1		Об	ед		1	1
Икра свекольная	60	1,05	4,84	6,05	73,33	6,40	99
Суп картофельный с							
мясными фрикадельками	172/28	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42	100
Рыба, тушенная в соусе	80/30	10,00	12,30	2,60	161,10	1,61	101
Рис отварной с овощами	130	3,35	6,07	22,19	183,73	5,16	104
Компот из плодов							
консервированных	180	0,24	0,00	38,76	150,36	2,40	150
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	755	24,64	28,30	117,97	877,32	23,99	
	1		Полді	ник2		1	I
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Ватрушка "Лакомка"	70	9,40	19,90	23,80	312,30	0,00	51
Итого	250	14,62	25,66	31,00	418,50	1,26	
	1		Уж	ин			
Рагу из овощей	250	4,64	4,48	17,47	138,04	26,00	45
Конфеты шоколадные	20	0,80	7,90	10,83	113,80	0,00	ГП
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	163
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	535	8,44	12,93	50,09	358,02	31,02	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за пятнадцатый							
день		59,99	80,86	275,83	2136,94	60,34	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		111,09	134,77	105,68	118,72	120,68	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 16							
			Завт	рак			
Суп молочный с							
макаронными изделиями	200	5,58	5,71	19,48	150,00	0,91	62
Кофейный напиток с							
молоком	180	4,00	4,90	19,00	136,10	1,87	27
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	405	11,14	14,34	48,38	365,10	2,78	
			2 завт			-	1
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед	1	T	п
Салат картофельный с							
огурцами солеными	60	0,84	6,79	5,64	88,00	6,64	171
Суп шахтерский с мясом и							
со сметаной	200/8/5	3,32	4,83	15,74	11,50	6,30	70
Колбасные изделия							
отварные	70	7,00	10,30	0,84	124,06	0,00	158
Капуста тушеная	150	2,91	5,02	11,59	12,00	20,00	89
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20,17	84,00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	728	18,98	27,86	90,73	494,56	35,19	
			Полді	ник2	T	I	I
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
(печенье, или вафли, или		- ,	.,	.,.,		_,	
пряники, или др.)	30	0,90	1,20	6,54	76,35	0,00	ГП
Батон с джемом (или		0,20	1,20	0,01	10,00	0,00	
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	136
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	150
Unone	252	9 16	5,94	28.25	215 61	2.27	
Итого	232	8,46		38,25	215,61	2,37	
Сифиентринос	55/4	6 50	Уж 0.46	ин 2,85	122,54	0.07	106
Суфле куриное Морковь припущенная	200/3	6,50 2,81	9,46 6,59	2,85	122,54	0,07 2,97	106
	200/3	2,81	0,00	15,16	43,00	0,00	107
Чай с сахаром Хлеб пшеничный или хлеб	200	0,00	0,00	11,90	45,00	0,00	14
хлео пшеничныи или хлео зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
	55	2,00	0,55	10,07	02,00	0,00	1 11
Фрукты свежие (яблоко, или	50	0.20	0.20	4.02	22 50	5.02	15
груша, или банан, или др.)1 Иторо	50 547	0,20	0,20	4,92	23,58 405,05	5,02	15
Итого	347	Б	16,60 Ж	51,78 y	,	8,06 C	
		D	Л	y	Эн/ц	Ľ	
Итого за шестнадцатый		51.00	61.91	220.24	1526 22	50.40	
день		51,09	64,84	239,24	1526,32	50,40	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
суточной потребности		94,61	108,07	91,66	84,80	100,80	

суточной потреоности Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 17							
			Завт	рак		<u>.</u>	
Каша кукурузная молочная							
жидкая	200	7,51	7,40	40,73	256,00	1,94	149
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Бутерброд с маслом и							
сыром	20/4/8	3,41	5,38	9,89	102,00	0,06	18
Итого	432	14,62	17,00	68,80	483,00	3,72	
			2 завт	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
	11		Об	ед		1	I
Салат из моркови с							
яблоками	60	0,58	4,11	4,26	57,00	3,28	170
Борщ с капустой свежей,							
мясом и со сметаной	200/8/5	3,51	5,27	9,77	206,00	9,74	109
Бефстроганов	70/30	9,80	19,95	2,95	230,55	0,48	110
Макаронные изделия		,	,			, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
отварные	140	4,86	4,28	29,89	173,60	0,00	36
Компот из ягод	200	0,14	0,10	13,62	57,00	3,00	153
Хлеб пшеничный или хлеб	200	0,14	0,10	15,02	57,00	5,00	155
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
*	23	2,00	0,25	12,05	39,00	0,00	111
Хлеб ржаной (ржано-	50	2 00	0.00	24.70	116.00	0.00	гп
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	788	23,69	34,56	97,24	899,15	16,50	
			Полді		1	1	
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Булочка домашняя	70	4,20	5,60	20,30	165,30	0,27	78
Итого	252	9,42	11,36	27,50	271,50	1,53	
			Уж	ин			
Котлеты рыбные							
любительские	100	10,63	3,13	6,00	94,63	0,75	160
Картофель, запеченный в		- ,	- / -	- ,		- 7	
сметанном соусе	160	3,70	9,32	14,38	156,35	4,39	143
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,00	22,00	92,00	0,36	9
Хлеб пшеничный или хлеб		-, -	- ,	,			-
зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
ophobon		2,00	0,00	10,07	02,00	0,00	
Фрукты свежие (яблоко, или							
труша, или банан, или др.)1	50	0.20	0.20	4.02	23.58	5.02	15
		0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	13
Итого	525	18 E	13	64	449	11 C	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
		65 66	76,02	267 01	21 /0 01	24.07	
Итого за семнадцатый день		65,66	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	267,81	2148,81	34,27	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения							
процент удовлетворения суточной потребности		121,59	126,70	102,61	119,38	68,54	
CJ 10-IIION HOTPCOROCTN		141,57	120,70	102,01	117,50	00,04	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва <u>(г</u>)	Энергетическая	Витамин С,	Nº
Прием пищи	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 18							
			Завт	рак			-
Каша молочная пшеничная							
жидкая	200	8,61	7,40	39,71	257,00	1,94	74
Какао с молоком	180	3,90	5,06	19,06	137,38	1,87	15
Батон с джемом (или							
повидлом)	30/12	2,34	0,24	23,02	102,00	0,02	136
Итого	422	14,85	12,70	81,79	496,38	3,83	
			2 зав	грак			
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед			
Салат из свеклы с солеными							
огурцами	60	0,91	5,21	4,58	68,57	4,56	94
Суп картофельный с							
клецками на курином							
бульоне	200	1,79	1,41	2,87	35,25	1,87	70
Курица в соусе	60	5,23	4,03	2,06	51,60	0,60	114
Картофельное пюре с							
морковью "розовое"	160	2,77	6,93	11,84	138,13	3,73	142
Компот из изюма	180	0,32	0,00	25,85	103,00	0,00	83
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	735	15,82	18,43	83,95	571,55	10,76	
			Полді	ник2			
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Пирожок, печеный из			1				
сдобного теста с яблочным							
фаршем	70	3,84	3,18	28,49	172,20	2,38	34
Итого	250	9,06	7,68	37,18	209,46	4,73	
			Уж	ин			I
Сырники из творога	150	9,48	27,25	29,01	398,79	0,24	112
Соус сладкий из ягод	50	0,03	0,00	8,45	35,00	1,05	8
Чай с лимоном	200	0,04	0,00	12,13	47,00	2,00	24
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,03	15
Итого	500	9,95	27,65	59,42	527,95	13,32	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за восемнадцатый		10.55			107:		
день		49,88	66,56	272,44	1851,34	34,64	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения			110.00	10/ 20	100.05	60 5 0	
суточной потребности Примечание: ГП - готовый пр		92,37	110,93	104,38	102,85	69,28	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход Пищевые вещества (г)				Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	ý	ценность (ккал)	мг	рецептуры
День 19							
			Завт	рак			
Омлет натуральный	130	8,00	13,88	2,99	168,88	0,65	7
Икра кабачковая	65	0,78	3,06	5,01	50,70	6,24	135
Кофейный напиток с		,	,	,		, i i i i i i i i i i i i i i i i i i i	
молоком	180	4,00	4,90	19,00	136,10	1,87	27
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	400	14,34	25,57	36,90	434,68	8,76	
	,		2 зав	трак	1	1	T
	100	0.20	0.10	10.10	10.00	2.00	ГП
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед			1
		0	0.5.5	0.5.5			
Томаты в собственном соку	60	0,66	0,06	0,96	7,80	6,00	131
Суп из овощей с мясом	200/6	3,82	2,63	7,28	75,00	8,70	117
Пудинг из печени	60	9,00	5,58	0,57	88,50	11,21	118
Рис отварной с овощами	130	3,35	6,07	22,19	183,73	5,16	104
Кисель из ягод	160	0,11	0,07	20,17	84,00	2,25	38
Хлеб пшеничный или хлеб							
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-							
пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00	ГП
Итого	711	21,74	15,26	87,92	614,03	33,32	
			Полд	ник2			
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,69	37,26	2,35	157
Кондитерские изделия							
(печенье, или вафли, или							
пряники)	80	2,40	3,20	34,29	205,71	0,00	ГП
Итого	260	7,62	7,70	42,98	242,97	2,35	
	250	0.51	Уж		137,50	7.29	102
Суп-уха с рыбой	250	9,51	3,24	19,65	137,50	7,38	103
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00	ГП
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	43,00	0,00	14
тин с силиром	200	0,00	0,00	11,70	+3,00	0,00	14
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	50	0,20	0,20	4,92	23,58	5,02	15
Итого	535	12,51	3,79	53,42	286,68	12,40	
111010	555	Б	3,79 Ж	y	<u>280,08</u> Эн/ц	C	
Итого за девятнадцатый		IJ	///	5	ул/ц		
день		56,41	52,42	231,32	1624,36	58,83	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
· · ·							
Процент удовлетворения		10/ / /	07.07	00.12			
суточной потребности		104,46	87,37	88,63	90,24	117,66	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	Витамин С,	N⁰
Прием пищи	блюда	Б	Ж	y	ценность (ккал)	МГ	рецептуры
День 20							
			Завт	рак			
Суп молочный с ячневой							
крупой	200	6,24	6,72	19,65	164,00	1,10	147
Чай с молоком	200	3,70	4,22	18,18	125,00	1,72	2
Бутерброд с маслом	20/5	1,56	3,73	9,90	79,00	0,00	3
Итого	425	11,50	14,67	47,73	368,00	2,82	
			2 завт				
Сок фруктовый (овощной)	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	ГП
Итого	100	0,20	0,10	10,10	46,00	2,00	
			Об	ед			
Салат из свеклы с чесноком	60	1,03	5,05	5,58	72,00	5,01	120
Суп картофельный с							
бобовыми, с мясом	200/8	4,09	2,83	17,50	95,60	4,69	121
Тефтели рыбные	80	8,50	6,00	18,00	160,00	1,49	61
Картофель, запеченный в							
сметанном соусе	160	3,70	9,32	14,38	156,35	4,39	143
Компот из свежих груш	180	0,14	0,11	17,68	73,00	1,80	48
Хлеб пшеничный или хлеб	100	0,14	0,11	17,00	75,00	1,00	-10
зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП
Хлеб ржаной (ржано-	25	2,00	0,25	12,05	57,00	0,00	111
пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП
Итого	753	21,70	24,04	104,95	708,75	17,38	111
more	155	21,70	 Полді	,	700,75	17,50	
Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	10
Кондитерские изделия	100	0,22	0,70	.,=0	100,20	1,20	10
(печенье, или вафли, или							
пряники, или др.)	30	0,90	1,20	6,54	76,35	0,00	ГП
Гренка с сыром	50	7,09	6,33	15,04	146,00	0,22	21
Итого	260	13,21	13,29	28,78	328,55	1,48	
		,	Уж			-,	
Пудинг творожный с							
молоком сгущенным	200/45	13,86	21,69	58,93	525,37	0,67	122
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,00	22,00	92,00	0,36	9
		-,	.,	,	,		-
Фрукты свежие (яблоко, или							
груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,03	15
Итого	525	14,66	22,09	90,76	664,53	11,06	
	-	Б	Ж	y	Эн/ц	C	
Итого за двадцатый день		61,27	74,19	282,32	2115,83	34,74	
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	
Процент удовлетворения		112.40	102 65	109.17	117 55	60.49	
суточной потребности		113,46	123,65	108,17	117,55	69,48	

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

²- согласно тербований п 15.11 СанПиНа 2.4.1.3049-13 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

Средние показатели содержан					онутриентов рациона					
питания детей 3-7 лет										
	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая						
	Б	Ж	У	ценность (ккал)	Витамин С, мг					
Итого за 20 дней	1192,90	1313,85	5241,34	37675,95	1011,56					
Итого за 1 дней	59,65	65,69	262,07	1883,80	50,58					
Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00					
Процент удовлетворения										
суточной потребности	110,45	109,49	100,41	104,66	101,16					
Процент отклонения от										
расчетных данных*	10,45	9,49	0,41	4,66	1,16					

* - Согласно приложения 10 СанПиНа 2.4.13049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных оргазаций" допустимы отклонения от химического состава ± 10%.