Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ДетскийДом 12 лет и старше Осень-Зима) День: понедельник

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				1				Возраст:	ДетскийДо	ом 12 ле	ет и старше	Осень-Зим	a)		
Nº	№ тех.кар	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамині	ы (МГ)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	ты	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завт	рак 1													
413-Л	17,01	сосиски (отварные)	75	7,8	15,08	0,6	169,32	0,02				18,75	104,25	11,25	1,35
516-Л	75,04	Макаронные изделия отварные	200	19,5	14,61	124,3	706,69	0,3		68		63,28	10,35	29,7	3,05
табл.25-М	13,07	сыр (порциями)	12	2,78	3,54		42,98		0,08	31,2		105,6	60	4,2	0,12
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
337-Л	81,01	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03		100		22	76,8	4,8	1
692-Л	25,05	кофейный напиток на молоке	200	2,65	1,54	22,92	116,14	0,24	21,99	10		68,34	45	8,72	0,11
	42,07	хлеб пшеничный.	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	·	14,6	0,98
	Итого з	ва Завтрак 1		45,63	54,81	200,58	1478,25	0.78	22,08	289,2		309.03	363,3	96,37	8.05
	Завт	•		,		-,				- ,	!	.,	- , -	,-	
		Бананы	300	4,5	1,5	63	283,5	0,12	31,2			24,96	87,36	131,04	1,87
		ва Завтрак 2		4,5	1,5	63	283,5	0,12	31,2			24,96	87,36	131,04	1,87
	Обед			,-	, -			- /	- ,		l .	,	- ,	, , ,	
137-Л	1,47	суп картофельный с мясными фрикадельками	300/20	6,55	5,89	21,18	163,93	0,17	29,4	16		43,25	133,46	43,61	2,01
436-Л	9,04	жаркое по-домашнему	120	16,77	16,77	14,39	275,57	0,15	18	20		27,57	207,54	38,98	3,08
табл.24-М		огурцы соленые	150	1,2	0,15	2,55	16,35	0.03	7,5			34,5	36	21	0.9
638-Л	22,08	компот из плодов сушеных (курага)	200	0,83	0,05	24,13	100,29	0,02	0,73			34,36	24,04	18,96	0,58
00071	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
		Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0.38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
		за Обед		33,39	23,84	116,93	815,94	0,57	55,64	36		167,09	466,29	161,9	9,05
	Полд	• •		00,00	20,0 .	,	0.0,0.	0,0.	00,01			,	.00,20	, .	0,00
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0.02	4			14	14	8	2,8
002 71		сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
		·		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
		за Полдник		Ŭ	1,0	.0	200,0	0,00	<u> </u>	Ū	<u> </u>	00			0, 1
	Ужин						_	•							
330-M		шницель рыбный натуральный (Треска)	120	18,24	19,39	11,87	294,95	0,05	5,87	45,8		56,92	34,38	42,34	1,3
297-Л	73,1	каша рассыпчатая пшеничная	200	8,41	5,26	52,14	289,54	0,23		24		45,5	201,66	47,44	3,41
687-M	71,05	пирожки печеные из дрожжевого теста	100	5,62	4,55	62,4	313,03	0,09		31		14,75	55,24	8,74	0,78
50-Л	35,05	салат из свеклы с сыром	150	7,75	10,49	10,21	166,25	0,04	10,96	84,4		270,15	179,43	33,92	1,78
628-M	48,02	чай с сахаром	200/15			14,97	59,85					9,45		2	0,05
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	і за Ужин		48,06	40,67	206,27	1383,42	0,61	16,84	185,2		424,18	535,96	173,79	9,8
	Ужи			,	,			2,0.	,	, _		-= -, - •	,	5, 0	-,0
644-M	25,22	молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106,6	0,08	2,6	40		240	180	28	0,2
U44-IVI	82.29	печенье	50	3,2	8,4	34,25	225,4	0,05	<u> </u>	30		11,5	32,5	5	0,4
		<u> </u>		9	13,4	43,85	332	0,13	2,6	70		251,5	212,5	33	0,6
	Итого з	за Ужин 2			· ·	·							· ·		
	Итого з	ва день		145,58	139,12	678,63	4549,71	2,29	132,36	589,4		1206,76	1723,41	610,1	32,77

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: вторник

Неделя: 1

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				педеля.					Dospaci.	детекиид	JIVI IZ JIC	л и отаршо	Осень-зим	iu)	
Nº	Nº	Приом пиши, наимонорацию блюда	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	тех.кар ты	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	рак 1													
табл. 4-М	45	каша манная	250	10,35	10,96	44,47	317,92	0,14	2,86	72		273,49	232,4	37,64	0,64
340-Л	69,02	омлет натуральный	55	5,56	8,6	1,07	103,92	0,03	0,2	123		43,04	92,18	7,01	1,04
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-M	25	какао с молоком	200	3,44	4,48	25,3	155,28	0,04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1		27,17	39,48	123,32	957,4	0,4	4,37	295		478,26	481,48	97,45	4,26
	Завтр	рак 2													
		мандарины	300	2,4	0,6	22,5	105	0,18	114			105	51	33	0,3
	82,11	конфеты шоколадные	50	3,3	3,6	40,9	209,2	0,01				9	20,5	13,5	1
	Итого з	а Завтрак 2		5,7	4,2	63,4	314,2	0,19	114			114	71,5	46,5	1,3
	Обед														
110-M	3,06	борщ с капустой и картофелем, с мясом	300/20	7,1	10,25	15,27	181,73	0,09	32			67	113,95	41,12	2,1
376-M	4,03	поджарка	100/15	30.05	32,47	2,4	422,03	0,11	3,8			28,68	314,9	40,23	4,6
255-M		Каша рассыпчатая (перловая)	200	6,01	5,78	42,91	247,87	0.08	-,-	28		32,98	208,82	27,15	1,17
71-Л		Винегрет овощной	150	2,15	15,25	11,53	191,97	0,08	14,4			31,18	65,16	27,71	1,14
588-M		компот из смеси сухофруктов	200	0,37	0.02	27	109,66	0,01	0,78			29,45	17,85	13,06	0,67
300-W		Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12	-,			17,25	65,25	24,75	1,5
	,	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	00,20	14,6	0,98
		ва Обед		53,72	64,75	153,79	1413,06	0,57	50,99	28	+	216,7	785,93	188,62	12,16
	Полд			33,72	04,75	155,79	1413,00	0,57	50,99	20		210,1	700,93	100,02	12,10
050.5		сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
652-Л	70.00	0-05:00 0 5:4-0:00 10 10 10 10	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
		сдобные булочные изделия	30					· ·							
		а Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
400 🗆	Ужин	v.	100	14.00	17.00	25.00	212.04	0.4	2.00	20.00		17.70	E0.70	22.05	1.00
492-Л		плов из птицы	120 80	14,36 1,52	17,38 7,12	25,02	313,94	0,1 0,02	2,99 5,6	28,26		17,76 32,8	59,76 29,6	32,95 12	1,33 0,56
табл.24-М		икра кабачковая консервированная		,		6,16	94,8	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	<i>'</i>	00.5		· ·			· ·
355-Л	28,04	вареники ленивые со сметаной	150/15	23,64	13,4	24,24	312,12	0,08	0,65	82,5		213,89	287,97	31,47	0,84
629-M	24,04	чай с лимоном	200/15	0,07	0,01	16,21	65,21	0.10	3,03	0,11		14,43	3,43	4,04	0,27
		Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12	0.04			17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
		за Ужин		47,63	38,89	126,31	1045,87	0,4	12,28	110,87	<u> </u>	306,29	446,01	119,81	5,48
	Ужин				_		T				•				
645-M	25,03		200	5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
		за Ужин 2		5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
	Итого з	а день		145,02	157,22	522,82	4087,33	1,72	187,04	482,87		1385,25	2022,92	494,38	26,8

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: среда

день: среда **Неделя:** 1 Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				педеля:	!		T _	1	Dospaci.	детекиид	JIVI 12 JIC	л и старшс	Осень-зим	ia)	
Nº	№ тех.кар	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)	1	Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	ты	присм пищи, паименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтј									_		_			
162-M	26,29	суп молочный с крупой (ячневой)	250	5,61	4,81	22,05	153,93	0,1	1,61	32,8		175,17	181,55	28,94	0,53
337-Л	81,01	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03		100		22	76,8	4,8	1
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
692-Л	25,05	кофейный напиток на молоке	200	2,65	1,54	22,92	116,14	0,24	21,99	10		68,34	45	8,72	0,11
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1	•	21,16	26,39	97,73	713,19	0,56	23,61	222,8		296,57	370,25	80,16	4,06
	Завтр	рак 2													
	11	киви	250	2	1	20,25	98	0,05	450			100	85	62,5	2
		за Завтрак 2		2	1	20,25	98	0,05	450			100	85	62,5	2
	Обед		0.5.5			04.55	100 = 1	2 :-	I 00				00.5:	0= :-	
136-M		суп картофельный с крупой (рисовой)	300	2,73	3,48	21,89	129,74	0,13	23,55			41,03	80,64	35,46	1,17
309-M	53,03	рыба минтай, тушенная в томате с овощами	120	13,67	7,78	6	148,7	0,03	5,15			46,29	26,6	58,79	1,07
518-M	76,03	картофель отварной	200	4,06	5,88	32,69	199,92	0,24	40	28		21,68	118,1	46	1,81
табл.24-М	67,03	горошек зеленый консервированный	80	2,48	0,16	5,2	32,16	0,09	8			16	49,6	16,8	0,56
593-M	23,08	кисель из яблок	200	0,13	0,13	21,2	86,49	0,01	3,3			14,66	8,25	4,4	0,78
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,03	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,95	0,45	22,2	105	0,1				12,7		18,25	1,25
	Итого з	а Обед		31,72	18,48	146,08	877,81	0,72	80	28		169,61	348,44	204,45	8,14
	Полд				•	•		•	•			•		•	•
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	Итого з	а Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин														
387-M	18,03	печень по-строгановски	100/50	28,18	19,8	12,27	340	0,46	49,79	5240		30	239	17	10,35
255-M	74,04	каша гречневая рассыпчатая	200	11,65	8,11	52,62	330,07	0,4		28		33,7	277,76	185,83	6,24
табл.24-М	41,03	капуста квашеная (порционная)	150	2,7	0,15	4,5	30,15	0,03	45			72	46,5	24	0,9
358-M	33,01	сырники из творога со сметаной	100/10	20,04	13,17	12,51	252,85	0,07	0,54	79		177,4	243,56	26,32	0,65
628-M	48	чай с сахаром	200/15	0,04	0,01	14,98	60,15		0,02	0,1		10,62	1,65	2,92	0,21
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
		а Ужин		70,65	42,22	151,56	1273,02	1,16	95,36	5347,1		351,13	873,72	295,42	20,83
	Ужи		T -		1	1 -		1 -	T		1			_	1 -
645-M		ряженка	200	5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2
		а Ужин 2		5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40 5646.0		248	184	28	0,2 38,63
	Итого з	за день		136,33	97,99	472,02	3320,42	2,61	653,57	5646,9		1195,31	1919,41	684,53	SO,03

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: четверг

Неделя: 1

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

		•		педели.	•					Дотоши.Д	, _ ,	о.ар <u>ш</u> о	OCCHD-ONIV	,	
Nº	Nº	Приом пиши наимонорацио блюда	Macca	Пиш	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества ((мг)
рецеп.	тех.кар ты	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завт	рак 1	•				•	•	•	•	•	•	•	•	
304-Л	46,02	каша боярская (из пшена с изюмом)	240	10,86	30,72	50,66	522,56	0,26	1,95	183,5		207,13	269,69	61,28	1,76
342-Л	69,03	омлет с сыром	60	7,41	10,96	1,07	132,56	0,04	0,25	143,8		113,44	132,18	9,81	1,12
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-M	25	какао с молоком	200	3,44	4,48	25,3	155,28	0,04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1	•	29,53	61,6	129,51	1190,68	0,53	3,51	427,3		482,3	558,77	123,89	5,46
	Завт	рак 2			-		-	-	-	-	-	-			-
	44	яблоки	250	1	1	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
	86,01	мармелад	50	0,05		39,7	159					2	0,05	1	0,2
	Итого з	за Завтрак 2		1,05	1	64,2	270	0,08	25			42	27,55	23,5	5,7
	Обед														
138-M	2,08	суп картофельный с бобовыми (горох)	300	10,4	9,97	33,89	266,89	0,44	24,95			83,79	154,96	66,45	3,65
511-Л	47,04	рис отварной	200	12,43	18,43	129,8	734,79	0,14		92		30,56	271,65	88,16	1,88
444-M	50,03	птица тушеная в соусе	120/75	34,04	39,9	4,09	511,62	0,18	5,38	0,07		31,52	8,07	39,63	2,54
50-Л	35,05	салат из свеклы с сыром	150	7,75	10,49	10,21	166,25	0.04	10,96	84,4		270,15	179,43	33,92	1,78
588-M	22,06	компот из смеси сухофруктов	200	0,37	0,02	27	109,66	0,01	0,78			29,45	17,85	13,06	0,67
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	ва Обед	l	73,03	79,79	259,67	2049,01	1,01	42,08	176,47		472,88	697,21	280,57	13
	Полд	ник													
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
002 71	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
	Итого з	за Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин														
табл.25-М	51,03	сельдь с луком	100/15	17,21	8,53	1,23	150,53	0,03	1,5	20		84,65	278,7	42,1	1,22
472-M	77	картофельное пюре	200	4,35	6,51	29,4	193,59	0,22	34,59	34		58,46	129,03	43,75	1,61
табл.24-М		огурцы соленые	150	1,2	0,15	2,55	16,35	0,03	7,5			34,5	36	21	0,9
366-Л	31,07	запеканка из творога со сметаной	150/10	27,87	19,99	25,97	395,27	0,09	0,76	120		251,48	335,74	38,74	1,03
629-M	24,04	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,08	60,66		2,82	0,1		13,42	3,19	3,76	0,25
		Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
		і за Ужин		58,74	36,17	128,91	1076,2	0,57	47,18	174,1		469,92	847,91	188,7	7,49
	Ужи														
		йогурт питьевой 3,2%	200	10	6,4	17	165,6	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
	Итого з	за Ужин 2		10	6,4	17	165,6	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
	Итого з	за день		177,35	189,86	647,29	5008,09	2,33	122,97	786,91		1735,1	2371,44	658,66	35,25

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5) Рацион: ДетскийДом 12 лет и старше Осень-Зима) День: пятница

Неделя: 1

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

рецен,	Nº	Nº		Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамині	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)	
Satemark	рецеп.	тех.кар ты	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность	B1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
1828M. 8 до ответ кольторого (рез-невей) 250 6,16 5,24 20,44 153,56 0,14 1,53,56 0,14 1,53,56 0,14 1,53,56 0,14 1,53,56 0,14 1,53,56 0,14 1,53,56 0,14 1,53,56 0,15 1,70 1,53,20 8,17 1 1,50 0,10 1,150 0,1		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1885 68 Омент с конбасов 70 7,656 16,44 12,8 183,08 0.03 0.2 113 47,23 91,55 7,01 132 96,11 14 Маспо списновеное (порциями) 20 0.16 145,5 0.26 139,2 80 4.8 6 0.04 962,11 25,05 Оффенка Недиток на колове 200 2,55 1,54 22,22 116,14 0.24 21,99 10 85,34 45 6.72 0.11 42,07 Хиеб ражино-пшеничный 40 2,34 0.38 17,78 84 0.08 0.01 10,16 16,1 60,3 23,1 14 43,07 Хиеб ражино-пшеничный 40 2,34 0.38 17,78 84 0.08 0.01 10,16 11,16 14,6 0.98 Whoro за Завтрак 2 2,25 0.5 20,25 94,5 0.1 150 85 57,5 32,5 0.75 Whoro за Завтрак 2 2,25 0.5 20,25 94,5 0.1 150 85 57,5 32,5 0.75 Whoro за Завтрак 2 2,25 0.5 20,25 94,5 0.1 150 85 57,5 32,5 0.75 Oбед																	
1	162-M		суп молочный с крупой (гречневой)			,	*	•	<i>'</i>	,					,	-	
82.1 25.05 кофенька налигок на моложе 200 2.65 1.5.4 22.92 116.14 0.24 21.99 10 88.34 45 8.7.2 0.11 4.2.07 Хлеб пишеничный 70 5.532 0.56 34.44 164.08 0.11 164.08 0.01 16.1 60,9 23.1 1.4.4 17.07 (2.34 0.38 17.7.8 34 0.08 0.01 10.16 110.16 114.6 0.98 17.07 (2.34 0.38 17.7.8 34 0.08 0.01 10.16 10.16 114.6 0.98 17.07 (2.34 0.38 17.7.8 34 0.08 0.01 10.16 10.16 114.6 0.98 17.07 (2.34 0.38 17.7.8 1.08 17.07 (2.34 0.38 17.7.8 1.08 17.0	286-M							· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	0,03	0,2			,	,	7,01		
42.07 Хлеб пиеничений 70 5.32 0.56 34.44 164.08 0.11 1 16.1 60.9 2.31 1.4 4.3 Хлеб ражно-пшеничений 40 2.34 0.38 17.78 84 0.08 0.01 1 10.16 11.6 0.98 13.6 5.75 32.5 0.75 32.5			, , , ,			·							·				
43 Клеб рижно-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 мгого за Завтрак 1 2,48 38,66 97,12 633,66 0,6 23,83 236 312,93 377,28 112,64 5,37 332,5 7,76 112,64 5,37 332,57 34,37	692-Л							-		21,99	10		·				
Итого за Завтрак 1 24,28 38,66 97,12 833,66 0,6 23,83 236 312,33 377,28 112,64 5,37 Зветрак 2 3 25 0.5 20,25 94,5 0,1 150 85 57,5 32,5 0,75 Итого за Завтрак 2 2,25 0,5 20,25 94,5 0,1 150 85 57,5 32,5 0,75 Обод Обод Обод Обод Обод <th colspan<="" td=""><td></td><td>42,07</td><td>Хлеб пшеничный</td><td>70</td><td>5,32</td><td>0,56</td><td>34,44</td><td>164,08</td><td>0,11</td><td></td><td></td><td></td><td>16,1</td><td>60,9</td><td>23,1</td><td>1,4</td></th>	<td></td> <td>42,07</td> <td>Хлеб пшеничный</td> <td>70</td> <td>5,32</td> <td>0,56</td> <td>34,44</td> <td>164,08</td> <td>0,11</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>16,1</td> <td>60,9</td> <td>23,1</td> <td>1,4</td>		42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
87 апельсины 250 2,25 0,5 20,5 20,5 94,5 0,1 150 85 57,5 32,5 0,75 0,75 0662 100-7 1 150 85 57,5 32,5 0,75 0,75 0662 100-7 1 150 85 57,5 32,5 0,75 0,75 0662 100-7 1 150 85 57,5 32,5 0,75 0,75 0662 100-7 1 150 85 57,5 32,5 0,75 0,75 0662 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 150 85 100-7 1 1 150 85 100-7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1		43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98	
87 апельсины 250 2,25 0,5 20,25 94,5 0,1 160 85 57,5 32,5 0,75 Итого за Завтряк 2 2,25 0,5 20,25 94,5 0,1 150 85 57,5 32,5 0,75 Обед 108-Т 1,51 сул каргофельный с клецками 30078 8,3 5,4 28,8 197 0,13 13,8 28,08 39,8 84,3 27,71 1,23 439-П 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 3,08 3,08 2,08 33,8 84,3 27,71 1,23 43,05 3,00 2,55 25,55 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 2,08 3,08 3,08 3,08 2,08 3,08 3,08 2,08 3,02 2,07 3,02 2,07 <		Итого з	за Завтрак 1		24,28	38,66	97,12	833,66	0,6	23,83	236		312,93	377,28	112,64	5,37	
87 апельсины 250 2,25 0,5 20,25 94,5 0,1 160 85 57,5 32,5 0,75 Итого за Завтряк 2 2,25 0,5 20,25 94,5 0,1 150 85 57,5 32,5 0,75 Обед 108-Т 1,51 сул каргофельный с клецками 30078 8,3 5,4 28,8 197 0,13 13,8 28,08 39,8 84,3 27,71 1,23 439-П 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 3,08 3,08 2,08 33,8 84,3 27,71 1,23 43,05 3,00 2,55 25,55 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 2,08 3,08 3,08 3,08 2,08 3,08 3,08 2,08 3,02 2,07 3,02 2,07 <		Завті	оак 2														
Обед 108-T 1.51 Сут картофельный с клецками 300/78 8.3 5.4 28.8 197 0.13 13.8 28.08 39.8 84.3 27.71 1.23 4.36-Л 9.04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,77 0,15 18 20 27,57 207,54 38.96 3.08 43.0-Л 3.00				250	2,25	0,5	20,25	94,5	0,1	150			85	57,5	32,5	0,75	
Обед 108-Т 1.51 суп картофельный с клещками 30078 8,3 5.4 28,8 197 0,13 13,8 28,08 39,8 84,3 27,71 1,23 436-Л 9.04 харкое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 436-Л 9.04 харкое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 43.05 30 момог из плодов сушеных (курага) 200 0,83 0,05 24,13 100,29 0,02 0,73 34,36 24,04 18,96 0,58 42,06 Хлеб ржано-пшеничный 75 5,7 0,6 36,99 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43,05 Хлеб ржано-пшеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,4 6		Итого з	за Завтрак 2		2,25	0,5	20,25	94,5	0,1	150			85	57,5	32,5	0,75	
108.Т 1.51 Оуп картофельный с клецками 300/78 8.3 5,4 28,8 197 0.13 13,8 28,08 39,8 84,3 27,71 1,23 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,7			•														
436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 186,024 186,03 помидор соленый 150 1,65 0,15 5,25 28,95 0,3 22,5 15 52,5 22,5 1,2 183,98 3,08	100 T			300/78	8.3	5.4	28.8	197	0.13	13.8	28.08		39.8	84.3	27.71	1.23	
табл.24-М (65.03) помидор соленый 150 1.65 0.15 5.25 28.95 0.3 22.5 15 52.5 22.5 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2						· ·			,	· ·	,				,		
18012-4-10 22,08 компот из плодов сушеных (курага) 200 0,83 0.05 24,13 100,29 0.02 0,73 34,36 24,04 18,96 0,88 42,06 Хлеб ржано-пшеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0.01 10,16 14,14 433,63 147,5 8,57 180,32 Обед 36,59 23,35 127,25 861,61 0,8 55,04 48,08 144,14 433,63 147,5 8,57 180,32 Сробные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,66 9 16 44 6 0,6 23,1 Сок фруктовый т/п 200 1 0,2 20,2 86,6 0,02 4 14 14 14 8 2,8 24,104 14 14 8 2,8 25,104 Макронные изделия 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 13,55 25,104 Макронные изделия 76 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 27,33-17 0,08 опады с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 25,04 ряжения 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,16 14,6 0,98 25,04 ряжения 48,69 дяжи 24,04 18,96 2,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 25,04 ряжения 48,69 дяжи 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 14,87 15,7 10,8 273,4 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 25,04 ряжения 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2									,					·			
42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43,05 Хлеб ржано-пшеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 114,6 0,98 114,14 433,63 147,5 8,57 170,04 14,14 433,63 147,5 8,57 170,04 14,14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 1	табл.24-М		·														
43,05 Хлеб ржано-пшеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Обед 35,59 23,35 127,25 861,61 0,8 55,04 48,08 144,14 433,63 147,5 8,57 Полдник 78,03 Сробные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 23,1 сок фруктовый т/п 200 1 0,2 20,2 86,6 0,02 4 114 14 14 8 2,8 Итого за Полдник 5 4,9 48 256,6 0,08 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 13,1 17,11 Сроски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 1 18,75 104,25 11,25 1,35 166,1 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 166,24-M 68,03 икра кабанковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 32,8 29,6 12 0,56 13,3 73,3 70,8 опадьи с повидлом 166 17,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 62,8 M 48 19 0,02 5,6 12 0,02 11,05 2,92 0,21 43 1,05 2,92 0,21 43 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 1,05 2,92 0,21 4,05 2,05 2,05 2,05 2,05 2,05 2,05 2,05 2	638-Л		• • • • •							0,73			·	·			
Итого за Обед 35,59 23,35 127,25 861,61 0,8 55,04 48,08 144,14 433,63 147,5 8,57 Полдник 78,03 Сробные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 23,1 сок фруктовый т/л 200 1 0,2 20,2 86,6 0,02 4 9 30 58 14 3,4 Ужин Ужин 413-Л 17,01 сосиски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 763-24-М 80,09 кра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 <t< td=""><td></td><td>42,06</td><td>Хлеб пшеничный</td><td>75</td><td>5,7</td><td>0,6</td><td>36,9</td><td>175,8</td><td>0,12</td><td></td><td></td><td></td><td>17,25</td><td>65,25</td><td>24,75</td><td>1,5</td></t<>		42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5	
Полдник 78,03 Сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 23,1 сок фруктовый т/п 200 1 0,2 20,2 86,6 0,02 4 14 14 8 2,8 Итого за Полдник 5 4,9 48 256,6 0,08 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 413-Л 17,01 сосиски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 733-Л		43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98	
78,03 сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 23,1 сок фруктовый т/п 200 1 0,2 20,2 86,6 0,02 4 14 14 14 8 2,8 Итого за Полдник 5 4,9 48 256,6 0,08 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 413-Л 17,01 сосиски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 табл. 24-М 68,03 икра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 32,8 29,6 12 0,56 733-Л 70,08 оладьи с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 <td></td> <td>Итого з</td> <td>за Обед</td> <td>-</td> <td>35,59</td> <td>23,35</td> <td>127,25</td> <td>861,61</td> <td>0,8</td> <td>55,04</td> <td>48,08</td> <td></td> <td>144,14</td> <td>433,63</td> <td>147,5</td> <td>8,57</td>		Итого з	за Обед	-	35,59	23,35	127,25	861,61	0,8	55,04	48,08		144,14	433,63	147,5	8,57	
23,1 сок фруктовый т/п 200 1 0,2 20,2 86,6 0,02 4 14 14 14 8 2,8						T			T	1	T		1		T	-	
Итого за Полдник 5 4,9 48 256,6 0,08 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 413-Л 17,01 сосиски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 733-Л 70,08 олады с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43		78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6	
Ужин 413-Л 17,01 сосиски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 786,024-М 68,03 икра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 32,8 29,6 12 0,56 733-Л 70,08 оладьи с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25		23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	-	
413-Л 17,01 сосиски (отварные) 75 7,8 15,08 0,6 169,32 0,02 18,75 104,25 11,25 1,35 516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 7а6,0-24-М 68,03 икра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 32,8 29,6 12 0,56 733-Л 70,08 оладыи с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Ужин 2 Ужин 2 <td colsp<="" td=""><td></td><td>Итого з</td><td>за Полдник</td><td></td><td>5</td><td>4,9</td><td>48</td><td>256,6</td><td>0,08</td><td>4</td><td>9</td><td></td><td>30</td><td>58</td><td>14</td><td>3,4</td></td>	<td></td> <td>Итого з</td> <td>за Полдник</td> <td></td> <td>5</td> <td>4,9</td> <td>48</td> <td>256,6</td> <td>0,08</td> <td>4</td> <td>9</td> <td></td> <td>30</td> <td>58</td> <td>14</td> <td>3,4</td>		Итого з	за Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61 124,3 706,69 0,3 68 63,28 10,35 29,7 3,05 табл.24-М 68,03 икра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 32,8 29,6 12 0,56 733-Л 70,08 оладыи с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 <td rowspan<="" td=""><td></td><td>Ужин</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></td>	<td></td> <td>Ужин</td> <td></td>		Ужин														
табл.24-М 68,03 икра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12 6,16 94,8 0,02 5,6 32,8 29,6 12 0,56 733-Л 70,08 оладьи с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Ужин 2 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 25,04 р	413-Л	17,01	сосиски (отварные)	75	7,8	15,08	0,6	169,32	0,02				18,75	104,25	11,25	1,35	
733-Л 70,08 оладыи с повидлом 166 11,79 11,56 73,38 444,68 0,2 1,07 26,2 119,89 165,66 27,59 1,4 628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34	516-Л	75,04	Макаронные изделия отварные	200	19,5	14,61	124,3	706,69	0,3		68		63,28	10,35	29,7	3,05	
628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34	табл.24-М	68,03	икра кабачковая консервированная	80	1,52	7,12	6,16	94,8	0,02	5,6			32,8	29,6	12	0,56	
628-М 48 чай с сахаром 200/15 0,04 0,01 14,98 60,15 0,02 0,1 10,62 1,65 2,92 0,21 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2	733-П	70,08	оладьи с повидлом	166	11,79	11,56	73,38	444,68	0,2	1,07	26,2		119,89	165,66	27,59	1,4	
42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2		48	чай с сахаром	200/15	0,04	0,01	14,98	60,15		0,02	0,1		10,62	1,65	2,92	0,21	
43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34	OZO-IVI		·						0,12								
Итого за Ужин 48,69 49,36 274,1 1735,44 0,74 6,7 94,3 272,75 376,76 122,81 9,05 Ужин 2 25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 121,61 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34		43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.34	0.38	17.78	84	0.08	0.01			10.16		14.6	0.98	
Ужин 2 25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34			<u> </u>	1		•				·	94.3			376 76			
25,04 ряженка 200 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 Итого за Ужин 2 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34					10,00	10,00	27 1,1	1700,17	٥,,, ،	0,1	0 1,0		2,2,,0	5,5,75	122,01	0,00	
Итого за Ужин 2 5,8 5 8,4 101,8 0,04 0,6 40 248 184 28 0,2 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34				200	F 0	_	0.4	404.0	0.04	0.0	40	I	0.40	404	00		
ИТОГО ЗА УЖИН 2		∠5,04	ряженка	200	5,8		8,4	101,8	0,04	0,6			248			0,2	
Итого за день 121,61 121,77 575,12 3883,61 2,36 240,17 427,38 1092,82 1487,17 457,45 27,34		Итого з	ва Ужин 2		5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2	
	,	Итого з	ва день		121,61	121,77	575,12	3883,61	2,36	240,17	427,38		1092,82	1487,17	457,45	27,34	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: суббота

Неделя: 1

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				неделя:	ı				возраст:	детскиидо	JM IZ JE	т и старше	Осень-Зим	ia)	
Nº	№ тех.кар	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	ты Ты	Прием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	рак 1													
табл.24-М	45	каша манная	250	10,35	10,96	44,47	317,92	0,14	2,86	72		273,49	232,4	37,64	0,64
337-Л	81,01	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03		100		22	76,8	4,8	1
99-Л		колбаса полукопченая (порциями)	20	3,02	8,02	0,02	84,34	0,06				5,2	40,4	5	0,44
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-M	25	какао с молоком	200	3,44	4,48	25,3	155,28	0,04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1		29,71	43,5	122,55	1000,66	0,46	4,17	272		462,42	506,5	100,24	4,66
	Завтр														
		Бананы	250	3,75	1,25	52,5	236,25	0,1	25			20	70	105	1,5
	82,11	конфеты шоколадные	50	3,3	3,6	40,9	209,2	0,01				9	20,5	13,5	1
	Итого з	а Завтрак 2		7,05	4,85	93,4	445,45	0,11	25			29	90,5	118,5	2,5
	Обед								_	_					
110-M	3,06	борщ с капустой и картофелем, с мясом	300/20	7,1	10,25	15,27	181,73	0,09	32			67	113,95	41,12	2,1
492-Л	49,04	плов из птицы	120	14,36	17,38	25,02	313,94	0,1	2,99	28,26		17,76	59,76	32,95	1,33
17-Л	60,02	салат из соленых огурцов с луком	150	1,28	8,16	3,88	94,08	0,04	8,3			34,88	42,2	20,16	0,91
588-M	22,06	компот из смеси сухофруктов	200	0,37	0,02	27	109,66	0,01	0,78			29,45	17,85	13,06	0,67
376-M	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
255-M	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Обед	•	31,15	36,79	125,85	959,21	0,44	44,08	28,26		176,5	299,01	146,64	7,49
	Полд						•		•	•	•			•	
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
	Итого з	а Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин				,		,	,							
376-M	4,03	поджарка	100/15	30,05	32,47	2,4	422,03	0,11	3,8			28,68	314,9	40,23	4,6
255-M	73,07	Каша рассыпчатая (перловая)	200	6,01	5,78	42,91	247,87	0,08		28		32,98	208,82	27,15	1,17
табл.24-М	65,03	помидор соленый	150	1,65	0,15	5,25	28,95	0,3	22,5			15	52,5	22,5	1,2
695-M	30,03	ватрушка с творогом2021	100/10	76,91	39,1	52,2	868,34	0,22	2,04	248,82		669,81	935,01	98,02	2,44
629-M	24,04	чай с лимоном2021	200/10/5	0,07	0,01	16,21	65,21		3,03	0,11		14,43	3,43	4,04	0,27
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Ужин		122,73	78,49	173,65	1892,2	0,91	31,38	276,93		788,31	1579,91	231,29	12,16
	Ужин	12													
645-M	25,03	кефир	200	5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
	Итого з	а Ужин 2		5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
	Итого з	а день		201,44	173,53	571,45	4654,32	2,08	110,03	626,19		1726,23	2713,92	638,67	30,41

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: воскресенье

Неделя: 1

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				педели.	•		Ouente			До голинд	, <u>_</u> ,	л и старшс Т		,	
Nº	№ тех.кар	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамині	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	ты	ттрием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	рак 1						•	•	•	•		•	•	
161-M	26,33	суп молочный с макаронными изделиями	250	5,84	4,84	22,12	155,4	0,08	1,63	33		159,07	113,1	21,75	0,46
340-Л	69,02	омлет натуральный	55	5,56	8,6	1,07	103,92	0,03	0,2	123		43,04	92,18	7,01	1,04
табл.25-М	13,07	сыр (порциями)	12	2,78	3,54		42,98		0,08	31,2		105,6	60	4,2	0,12
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
692-Л	25,05	кофейный напиток на молоке	200	2,65	1,54	22,92	116,14	0,24	21,99	10		68,34	45	8,72	0,11
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1		24,65	33,96	98,59	798,72	0,54	23,91	277,2		407,11	377,18	79,38	4,15
	Завтр	•		,	,	,	,	-,-		,		,	- , -	.,	, -
	83,01	мандарины	250	2	0,5	18,75	87,5	0,15	95			87,5	42,5	27,5	0,25
	Итого з	а Завтрак 2		2	0,5	18,75	87,5	0,15	95			87,5	42,5	27,5	0,25
	Обед														
138-M	2,13	суп картофельный с бобовыми (фасоль)	300	9,47	10,08	32,87	260,08	0,29	24,75			107,04	239,23	70,62	3,22
416-M	4,08	котлета из говядины	120	20,41	22,3	20,32	363,62	0,13	0,38	5,8		55,27	213,45	36,76	3,3
297-Л	73,1	каша рассыпчатая пшеничная	200	8,41	5,26	52,14	289,54	0,23		24		45,5	201,66	47,44	3,41
71-Л	90,01	Винегрет овощной	150	2,15	15,25	11,53	191,97	0,08	14,4			31,18	65,16	27,71	1,14
593-M	23,08	кисель из яблок	200	0,13	0,13	21,2	86,49	0,01	3,3			14,66	8,25	4,4	0,78
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Обед		48,61	54	192,74	1451,5	0,94	42,84	29,8		281,06	793	226,28	14,33
	Полд														
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
652-M	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	Итого з	а Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин										_				
309-M	52,04	рыба треска, тушеная с овощами	120	13,75	7,54	6	146,86	0,03	5,15			34,14	26,6	38,54	0,83
518-Л	76,03	картофель отварной	200	4,06	5,88	32,69	199,92	0,24	40	28		21,68	118,1	46	1,81
214-Л	59,04	капуста тушеная	150	3,77	4,57	16,3	121,41	0,07	80,74	24		97,89	67,74	33,48	1,33
687-M	71,05	пирожки печеные из дрожжевого теста	100	5,62	4,55	62,4	313,03	0,09		31		14,75	55,24	8,74	0,78
628-M	48	чай с сахаром	200/15	0,04	0,01	14,98	60,15		0,02	0,1		10,62	1,65	2,92	0,21
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Ужин		35,28	23,53	187,05	1101,17	0,63	125,92	83,1		206,49	334,58	169,03	7,44
	Ужин														
645-M		ряженка	200	5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2
		печенье	50	3,2	8,4	34,25	225,4	0,05	0.0	30	}	11,5	32,5	5	0,4
		а Ужин 2		9	13,4	42,65	327,2	0,09	0,6	70		259,5	216,5	33	0,6
	Итого з	а день		124,54	130,29	587,78	4022,69	2,43	292,27	469,1		1271,66	1821,76	549,19	30,17

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: понедельник

Неделя: 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				педеля.					возраст.	детскийде	און און	ти старше	. Осень-зим	a)	
Nº	№ тех.кар	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	інеральные	вещества (.мг)
рецеп.	ты	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	рак 1		<u> </u>								<u> </u>			
162-M	26,25	суп молочный с крупой (рисовой	250	4,12	4,33	16,92	123,13	0,05	1,43	30		146,39	120,6	23,55	0,31
342-Л	69,06	омлет с сыром	50	6,24	9,1	0,86	110,3	0,03	0,21	119,9		95,29	110,97	8,13	0,92
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-M	25	какао с молоком	200	3,44	4,48	25,3	155,28	0.04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
0.2		Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11	1,0			16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	·	14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1	Ţ	21,62	33,35	95,56	768,99	0,31	2,95	249,9		403,41	388,47	84,48	3,81
	Завтр	•		2.,02	00,00	55,55	. 00,00	0,0 .	2,00	2.0,0		.00,	000,	0.,.0	0,0.
		Бананы	250	3,75	1,25	52,5	236,25	0,1	25			20	70	105	1,5
		а Завтрак 2		3,75	1,25	52,5	236,25	0,1	25			20	70	105	1,5
	Обед	•							•			•	•		
		суп картофельный с мясными	300/20	6,55	5,89	21,18	163,93	0,17	29,4	16		43,25	133,46	43,61	2,01
137-Л		фрикадельками													
216-Л	79,01	картофель тушеный	200	4,47	12,36	32,83	260,44	0,06	5			5	84	50	3
387-M	18,03	печень по-строгановски	100/50	28,18	19,8	12,27	340	0,46	49,79	5240		30	239	17	10,35
табл.24-М	65,03	помидор соленый	150	1,65	0,15	5,25	28,95	0,3	22,5			15	52,5	22,5	1,2
588-M	22,06	компот из смеси сухофруктов	200	0,37	0,02	27	109,66	0,01	0,78			29,45	17,85	13,06	0,67
	42,06	Хлеб пшеничный.	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Обед		49,26	39,2	153,21	1162,78	1,2	107,48	5256		150,11	592,06	185,52	19,71
	Полд	ник						•	•			•	•	•	•
652-M	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
	Итого з	а Полдник	Į.	5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин						•	•	•			•	•	•	-
444-M	50,03	птица тушеная в соусе	150/75	39,28	46,04	4,72	590,33	0,21	6,21	0,08		36,37	9,31	45,73	2,93
255-M	74,04	каша гречневая рассыпчатая	200	11,65	8,11	52,62	330,07	0,4		28		33,7	277,76	185,83	6,24
табл.24-М	64,03	огурцы соленые	150												
366-Л	31,07	запеканка из творога со сметаной	150/10	27,87	19,99	25,97	395,27	0,09	0,76	120		251,48	335,74	38,74	1,03
629-M	24,04	чай с лимоном	200/10/5	0,07	0,01	16,21	65,21		3,03	0,11		14,43	3,43	4,04	0,27
		Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12	,	<u> </u>		17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Ужин	1	86,91	75,13	154,2	1640,68	0,9	10,01	148,19		363,39	691,49	313,69	12,95
	Ужин				,	,		•						•	
	12	йогурт питьевой 3,2%	200	10	6,4	17	165,6	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
	Итого з	а Ужин 2	•	10	6,4	17	165,6	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
	Итого з			176,54	160,23	520,47	4230,9	2,65	150,64	5663,13		1204,91	1982,02	730,69	41,57

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: вторник

Неделя: 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

Возраст: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима)

Приложение 2 к СанПиН 2.3/2.4. 3590-20

		1		неделя:					возраст.	детскийд	OM IZ JIE	ги старше	: Осень-Зим	ia)	
Nº	Nº No	Прием пиши, наименование блюта	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамині	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	тех.кар ты	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завт	рак 1						•	•	•	•	•	•	•	
413-Л	17,01	сосиски (отварные)	75	7,8	15,08	0,6	169,32	0,02				18,75	104,25	11,25	1,35
516-Л	75,04	Макаронные изделия отварные	200	19,5	14,61	124,3	706,69	0,3		68		63,28	10,35	29,7	3,05
96-Л	14	масло сливочное (порциями). (Осень- Зима)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
337-Л	81,01	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03		100		22	76,8	4,8	1
692-Л	25,05	кофейный напиток на молоке	200	2,65	1,54	22,92	116,14	0,24	21,99	10		68,34	45	8,72	0,11
032-31	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	/ -	14,6	0,98
	Итого з	і за Завтрак 1		42,85	51,27	200,58	1435,27	0,78	22	258		203,43	303,3	92,17	7,93
	Завт			,	,	,	,	,							
	44	яблоки	250	1	1	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
				1	1	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
		за Завтрак 2				,-		-,		l .	<u> </u>		,-	,-	
400.14	Обед		200	3,57	3,8	24.57	146.00	0,17	21.66	1		26.72	82,34	25.66	1 12
136-M	1,59	суп картофельный с крупой (пшено)	300			24,57	146,88	,	21,66	40.0		36,73	•	35,66	1,42
401-M 255-M	8,03 36,07	гуляш каша ячневая рассыпчатая	120 200	18,46 6,56	18,31 5,92	3,19 42,6	251,39 249,92	0,14 0,18	10,11	18,3 28		21,06 67,97	192,21 226,55	25,23 34,48	3,2 1,24
	41,03	капуста квашеная (порционная)	150	2,7	0,15	42,0	30,15	0,18	45	20		72	46,5	24	0,9
табл.24-М	22,08	компот из плодов сушеных (курага)	200	0,83	0,05	24,13	100,29	0,02	0,73			34,36	24,04	18,96	0,58
638-Л				•	·				0,73				·	· ·	
		Хлеб пшеничный.	75 50	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12	0.04			17,25	65,25	24,75	1,5
		Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
		за Обед		40,16	29,21	153,67	1038,43	0,74	77,51	46,3		259,53	636,89	177,68	9,82
050 5	Полд		200	1	0,2	20.2	96.6	0,02	4	1		14	1.1	8	2,8
652-Л		сок фруктовый т/п	200 50	4		20,2	86,6 170	0,02	4	9		16	14 44	6	0,6
	70,03	сдобные булочные изделия	50		4,7	27,8		•	4						
	Итого з	ва Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин														
табл.25-М		сельдь с луком	100/15	17,21	8,53	1,23	150,53	0,03	1,5	20		84,65	278,7	42,1	1,22
472-M	77	картофельное пюре	200	4,35	6,51	29,4	193,59	0,22	34,59	34		58,46	129,03	43,75	1,61
733-Л	70,08	оладьи с повидлом	166	11,79	11,56	73,38	444,68	0,2	1,07	26,2		119,89	165,66	27,59	1,4
50-Л	35,05	салат из свеклы с сыром	150	7,75	10,49	10,21	166,25	0,04	10,96	84,4		270,15	179,43	33,92	1,78
628-M	48	чай с сахаром	200/15	0,04	0,01	14,98	60,15		0,02	0,1		10,62	1,65	2,92	0,21
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12	0.01			17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01	4047		10,16	040.70	14,6	0,98
		за Ужин		49,18	38,08	183,88	1275	0,69	48,15	164,7	<u> </u>	571,18	819,72	189,63	8,7
645-M	Ужи і 25.03	кефир	200	5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
0 4 0-101		ва Ужин 2	200	5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
	Итого з			143,99	129,46	618,63	4216,5	2,45	178,06	518		1344,14	2025,41	523,98	35,55
		the state of the s		-,	٠, ٠٠	,	,-	,				,	,	,	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) Д

День: среда **Неделя:** 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

Nº	Nº			_			Quanta								
	тех.кар	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	ты	ттрисм пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	рак 1							•	•				•	
табл.4-М	45	каша манная	250	10,35	10,96	44,47	317,92	0,14	2,86	72		273,49	232,4	37,64	0,64
340-Л	69,02	омлет натуральный	55	5,56	8,6	1,07	103,92	0,03	0,2	123		43,04	92,18	7,01	1,04
99-Л	13,02	колбаса полукопченая (порциями)	20	3,02	8,02	0,02	84,34	0,06				5,2	40,4	5	0,44
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-M	25	какао с молоком	200	3,44	4,48	25,3	155,28	0,04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1		30,19	47,5	123,34	1041,74	0,46	4,37	295		483,46	521,88	102,45	4,7
	Завтр	оак 2						<u>L</u>						•	
	87	апельсины	250	2,25	0,5	20,25	94,5	0,1	150			85	57,5	32,5	0,75
	86,01	мармелад.	50	0,05		39,7	159					2	0,05	1	0,2
	Итого з	а Завтрак 2		2,3	0,5	59,95	253,5	0,1	150			87	57,55	33,5	0,95
	Обед														
110-M	3,06	борщ с капустой и картофелем, с мясом	300/20	7,1	10,25	15,27	181,73	0,09	32			67	113,95	41,12	2,1
416-M	4,08	котлета из говядины	120	20,41	22,3	20,32	363,62	0,13	0,38	5,8		55,27	213,45	36,76	3,3
297-Л	73,04	каша рассыпчатая пшеничная	150	6,6	5,4	38,55	229,5	0,13				33	148,5	36	2,55
17-Л	60,02	салат из соленых огурцов с луком	150	1,28	8,16	3,88	94,08	0,04	8,3			34,88	42,2	20,16	0,91
593-M	23,08	кисель из яблок	200	0,13	0,13	21,2	86,49	0,01	3,3			14,66	8,25	4,4	0,78
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Обед		43,56	47,22	153,9	1215,22	0,6	43,99	5,8		232,22	591,6	177,79	12,12
	Полд			,	,		,	,	,	,		,	,		
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
	Итого з	а Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин							l.						•	
376-M		поджарка	100/15	30,05	32,47	2,4	422,03	0,11	3,8			28,68	314,9	40,23	4,6
255-M	73,07	Каша рассыпчатая (перловая)	200	6,01	5,78	42,91	247,87	0,08		28		32,98	208,82	27,15	1,17
71-Л	90,01	Винегрет овощной	150	2,15	15,25	11,53	191,97	0,08	14,4			31,18	65,16	27,71	1,14
358-Л	33,1	сырники из творога со сметаной	100/10	20,09	13,21	12,51	249,29	0,07	0,54	80		177,62	244,32	26,36	0,66
629-M	24,04	чай с лимоном	200/10/5	0.07	0,01	16,21	65,21		3,03	0,11		14,43	3,43	4,04	0,27
		Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12	,	· ·		17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	,	14,6	0,98
	Итого з	а Ужин	1	66,41	67,7	140,24	1436,17	0,54	21,78	108,11		312,3	901,88	164,84	10,32
	Ужин			,	,		-,		, , -	,	1	, ,-	,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
645-M		ряженка	200	5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2
		а Ужин 2		5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2
	Итого з	а день		153,26	172,82	533,83	4305,03	1,82	224,74	457,91		1392,98	2314,91	520,58	31,69

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 11)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: четверг

Неделя: 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

No. Policy Pol					педеля:			r		Бозраст.	детскийде		ти старше	осень-зим	ia)	
Policy Total Policy P	Nº		Прием пиши, наименование блюта	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)			Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
Samprax 1 Samprax 2 Samprax 1 Samprax 1 Samprax 1 Samprax 1 Samprax 1 Samprax 2 Samprax 1 Samprax 2 Samprax 3 Samprax 2 Samprax 2 Samprax 3 Samprax 2 Samprax 3 Samprax 2 Samprax 3 Samprax 2 Samprax 3 Samp	рецеп.		прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	1	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
10-14 10-15 10-		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
342/П 69,06 миет с сыром 50 6,24 9,1 0,86 110,3 0,03 0,21 119,9 95,29 110,87 8,13 0,02 96,11 14 моспо с тивочное (поршими) 20 0,16 14,5 0,26 132,2 180 4,8 6 0,04 68,27 9,075 мофенией нашиток на молокое 200 2,65 1,54 2,232 116,14 0,24 21,99 10 68,34 45 8,72 0,11 14,4 42,07 Ужеб разва-тишеничений 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 1 16,1 6,09 23,1 1,4 143 Ужеб разва-тишеничений 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 1 11,6 1 11,6 1 11,6 1 10,6 1 11,6 1		Завт	рак 1													
89-11 14 масил стивочное (порциямии) 2.0 0.16 14.5 0.26 132.2 116.14 0.24 21.98 10 68.34 45 8.72 0.11 692.11 25.05 пофенный натиток на молоке 2.00 2.65 1.64 22.92 116.14 0.24 21.98 10 68.34 45 8.72 0.11 4.72 1.01 1.01 1.01 1.01 1.01 1.01 1.01 1.0	304-Л	46,02	каша боярская (из пшена с изюмом)	240	10,86	30,72	50,66	522,56	0,26	1,95	183,5		207,13	269,69	61,28	1,76
69.11	342-Л	69,06	омлет с сыром	50	6,24	9,1	0,86	110,3	0,03	0,21	119,9		95,29	110,97	8,13	0,92
42.07 Улеб пишеничений (тор. 5.32 0.56 34.44 164.08 0.11 1.1 1.1 1.1 6.0.9 2.3.1 1.4 1.4 4.3 Хлеб ризин-пишений (тор. 2.3.4 0.38 17.78 84 0.08 0.01 1.0.6 1.0.6 1.4.6 0.9.8 Whore за Завтрак 2		14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
43 Хлеб ризно-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 14,6 0,98	692-Л	25,05	кофейный напиток на молоке	200	2,65	1,54	22,92	116,14	0,24	21,99	10		68,34	45	8,72	0,11
Итого за Завтрак 1 27,57 56,8 128,92 112,928 0,72 24,16 393,4 401,82 492,56 115,83 5,21 Завтрак 2 11 (мин) 250 2 1 20,25 98 0,05 450 100 85 62,5 2 Итого за Завтрак 2 2 1 20,25 98 0,05 450 100 85 62,5 2 Обед 138-М 2,08 (ул картофельный с бобовыми (горох) 300 10,4 9,97 33,89 266,89 0,44 24,95 83,79 154,96 66,45 3,65 255-М 74,04 квыш речневая рассыгиятая 200 11,65 8.11 52,62 330,07 0,4 24,95 83,79 154,96 66,45 3,65 255-М 74,04 квыш речневая рассыгиятая 200 11,6 9,97 33,65 44,96 29 33,7 277,76 185,83 62,4 42,96 18 </td <td></td> <td>42,07</td> <td>Хлеб пшеничный</td> <td>70</td> <td>5,32</td> <td>0,56</td> <td>34,44</td> <td>164,08</td> <td>0,11</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>16,1</td> <td>60,9</td> <td>23,1</td> <td>1,4</td>		42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
3asrpak 2 11 Мям 250 2 1 20,25 98 0,05 450 100 85 62,5 2		43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
11 ким 250 2 1 20,25 98 0,05 450 100 85 62.5 2 Итого за Завтряк 2 2 1 20,25 98 0,05 450 100 85 62.5 2 Обец 138.М 2,08 бул картофельный с бобовыми (горх) 300 11,48 9.97 33,89 266,89 0.44 24,95 83,79 154,96 66,45 36,55 255.М 74,04 каша гречневая рассыгнатая 200 11,65 8,11 52,62 335,55 0,39 39,27 9774 23,17 392,28 27,8 6,62 20.11 16,13 салат из свежих помидоров и отурцов с 150 1,2 7,69 5,9 97,61 0,06 20,28 0,01 24,36 39 21,14 0,92 383-M 42,06 ком потот из смески хукофруктовы то учиненье мужиненье		Итого з	а Завтрак 1		27,57	56,8	126,92	1129,28	0,72	24,16	393,4		401,82	492,56	115,83	5,21
Итого за Зватряк 2 2 1 20,25 98 0,05 450 ————————————————————————————————————		Завт														
138-M 2,08 сул картофельный с бобовыми (горох) 300 10,4 9,97 33,89 266,89 0,44 24,95 83,79 154,96 66,45 36,55 36,55 36,44 24,95 83,79 154,96 86,45 36,54 42,55 42,55 42,55		11	киви	250		1	20,25	98	0,05					85	62,5	
138-М 2,08 Ул картофельный с бобовыми (горох) 300 11,4 9,97 33,89 266,89 0,44 24,95 83,79 154,96 66,45 3,65 255-М 74,04 каша гренневая рассыпнатая 200 11,65 8,11 52,62 330,07 0.4 28 33,7 277,76 185,83 6,24 425-М 12,03 олады из лечени 120 22,7 20,43 15,22 330,57 0,76 0,06 20,28 0,01 24,36 39 21,14 0,92 20-Л 16,13 салат из свежих помидоров и огурцов с заправиой 150 1,2 7,69 5,9 97,61 0,06 20,28 0,01 24,36 39 21,14 0,92 88-M 20,06 Хомпот из смеси сухофруктовы 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 29,45 17,85 13,06 0,67 42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 </td <td></td> <td>Итого з</td> <td>за Завтрак 2</td> <td></td> <td>2</td> <td>1</td> <td>20,25</td> <td>98</td> <td>0,05</td> <td>450</td> <td></td> <td></td> <td>100</td> <td>85</td> <td>62,5</td> <td>2</td>		Итого з	за Завтрак 2		2	1	20,25	98	0,05	450			100	85	62,5	2
255-М 74,04 каша гречневая рассыпчатая 200 11,65 8,11 52,62 330,07 0.4 28 33,7 277,76 185,83 6,24 425-М 12,03 олады из печени 120 22,7 20,43 15,22 335,55 0,39 39,27 9774 23,17 392,28 27,8 8,64 16,13 салат из свежих помидоров и огурцов с 150 1,2 7,69 5,9 97,61 0,06 20,28 0,01 24,36 39 21,14 0,92 39,14 4 0,92 39,14 4 3,05 Клеб ржаено-шеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 17,25 65,25 24,75 1,5 43,05 Клеб ржаено-шеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 10,16 14,6 0,98 10,78																
425-M 12,03 оладын из печени 120 22,7 20,43 15,22 335,55 0,39 39,27 9774 23,17 392,28 27,8 8,64 25-M 20,1 16,13 салат из свежих помидоров и огурцов с 150 1,2 7,69 5,9 97,61 0,06 20,28 0,01 24,36 39 21,14 0,92 380,088-M 20,06 компот из смеси сухофруктов 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 22,45 17,85 13,06 0,67 42,06 компот из смеси сухофруктов 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 22,45 17,85 13,06 0,67 42,06 компот из смеси сухофруктов 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 22,45 17,85 13,06 0,67 42,06 компот из смеси сухофруктов 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 22,45 17,85 13,06 0,67 42,06 компот из смеси сухофруктов 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 22,45 17,85 13,06 0,67 42,06 компот из смеси сухофруктов 200 0,37 0,02 27 109,66 0,01 0,78 22,45 17,85 13,06 0,67 1.5 43,05 knepton-muenwhaki 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 1,16 1,16 0,98 1.5 85,29 980,20 1 22,18 947,1 353,63 22,6 100,04 1,04 1,04 1,04 1,04 1,04 1,04 1,	138-M	2,08	суп картофельный с бобовыми (горох)	300	10,4	9,97	33,89	266,89	0,44	24,95			83,79	154,96	66,45	3,65
16,13 Салат из свежих помидоров и огурцов с разора (разора (разор	255-M	74,04	каша гречневая рассыпчатая	200	11,65	8,11	52,62	330,07	0,4		28		33,7	277,76	185,83	6,24
20-Л заправкой с <	425-M	12,03	оладьи из печени	120	22,7	20,43	15,22	335,55	0,39	39,27	9774		23,17	392,28	27,8	8,64
42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5	20-Л	16,13	1	150	1,2	7,69	5,9	97,61	0,06	20,28	0,01		24,36	39	21,14	0,92
43,05 Хлеб ржано-пшеничный 50 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Обед 54,36 47,2 189,31 1399,58 1,5 85,29 9802,01 221,88 947,1 353,63 22,6 Полдник 652,Л 23,03 Сок фруктовый т/п 200 1 20,2 92 4 14 14 14 8 2,8 78,03 Собные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 Итого за Полдник 5 4,7 48 262 0,06 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 167-24-М 41,03 калуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 1687-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 1688-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 17,65 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 Ужин 2622 Молоко киляченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28, 0,2 182,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,6	588-M	22,06	компот из смеси сухофруктов	200	0,37	0,02	27	109,66	0,01	0,78			29,45	17,85	13,06	0,67
Итого за Обед 54,36 47,2 189,31 1399,58 1,5 85,29 9802,01 221,88 947,1 353,63 22,6 Полдник 652-Л 23,03 сок фруктовый т/п 200 1 20,2 92 4 14 14 14 8 2,8 78,03 сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 Ижин 5 4,7 48 262 0,06 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 436-Л 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 Ужин 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 Габл. 24-М 41,03 катуста квашеная (порционая) 150 2		42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
Полдник 652-Л 23,03 Сок фруктовый т/п 200 1 20,02 92 4 14 14 14 8 2,8 78,03 Сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 Итого за Полдник 5 4,7 48 262 0,06 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 габл.24-М 41,03 капуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43		43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
652-Л 23,03 сок фруктовый т/п 200 1 20,2 92 4 14 14 14 8 2,8 78,03 сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 Итого за Полдник 5 4,7 48 262 0,06 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 7867-M 41,03 капуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 687-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 <		Итого з	а Обед		54,36	47,2	189,31	1399,58	1,5	85,29	9802,01		221,88	947,1	353,63	22,6
78,03 сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 Итого за Полдник 5 4,7 48 262 0,06 4 9 30 58 14 3,4 Ужин Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 207,54 38,98 3,08 4667-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-M 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 <th< td=""><td></td><td></td><td></td><td><u>'</u></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>•</td><td></td><td></td><td></td><td><u> </u></td></th<>				<u>'</u>								•				<u> </u>
78,03 сдобные булочные изделия 50 4 4,7 27,8 170 0,06 9 16 44 6 0,6 Итого за Полдник 5 4,7 48 262 0,06 4 9 30 58 14 3,4 Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 кабл.24-М 41,03 капуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 687-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Ужин 2	652-П	23,03	сок фруктовый т/п	200	1		20,2	92		4			14	14	8	2,8
Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 687-М 71,05 пирожки печеные из дрожкевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 42,06 Хлеб пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 <		78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
Ужин 436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 габл.24-М 41,03 капуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 687-М 71,05 пирожки печеные из дрожкевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 42,06 Хлеб пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6		Итого з	а Полдник		5	4,7	48	262	0,06	4	9		30	58	14	3,4
436-Л 9,04 жаркое по-домашнему 120 16,77 16,77 14,39 275,57 0,15 18 20 27,57 207,54 38,98 3,08 габл. 24-М 41,03 капуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 687-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 42,06 Хлеб пшеничный. 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Ужин 2															I.	
габл.24-М 41,03 капуста квашеная (порционная) 150 2,7 0,15 4,5 30,15 0,03 45 72 46,5 24 0,9 687-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 42,06 Хлеб пшеничный. 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 151,61 376,06 113,79 7,44 7 10,00 10,0	436-П		жаркое по-домашнему	120	16,77	16,77	14,39	275,57	0,15	18	20		27,57	207,54	38,98	3,08
687-М 71,05 пирожки печеные из дрожжевого теста 100 5,62 4,55 62,4 313,03 0,09 31 14,75 55,24 8,74 0,78 628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 42,06 Хлеб пшеничный. 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 Ужин 2 644-М 25,22 Молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29		41,03	капуста квашеная (порционная)	150	2,7	0,15	4,5	30,15	0,03	45	<u> </u>		72	46,5	24	0,9
628-М 48 чай с сахаром 200 0,04 0,01 13,93 55,95 0,02 0,09 9,88 1,53 2,72 0,2 42,06 Хлеб пшеничный. 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 Ужин 2 644-М 25,22 молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0		71,05	· · · · · ·	100		4,55	62,4	313,03	0,09		31			55,24	8,74	0,78
42,06 Хлеб пшеничный. 75 5,7 0,6 36,9 175,8 0,12 17,25 65,25 24,75 1,5 43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 644-М 25,22 молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,55 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,6 0,0 0,0 0,0 251,5 212,5 33 0,6 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0<			·	200	0,04		13,93			0,02	0,09			1,53	2,72	
43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38 17,78 84 0,08 0,01 10,16 14,6 0,98 Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 Ужин 2 644-М 25,22 молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,05		42,06	'	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12		1		17,25	65,25	24,75	1,5
Итого за Ужин 33,17 22,46 149,9 934,5 0,47 63,03 51,09 151,61 376,06 113,79 7,44 Ужин 2 644-М 25,22 молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,6		43	Хлеб ржано-пшеничный	40		0,38	17,78	84	0,08	0,01						0,98
Ужин 2 644-М 25,22 молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,6		Итого з	<u> </u>	1		22,46		934,5	0,47	63,03	51,09		151,61	376,06		7,44
644-М 25,22 молоко кипяченое 200 5,8 5 9,6 106,6 0,08 2,6 40 240 180 28 0,2 82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,6								<u> </u>		<u> </u>	<u> </u>		1		ı	
82,29 печенье 50 3,2 8,4 34,25 225,4 0,05 30 11,5 32,5 5 0,4 Итого за Ужин 2 9 13,4 43,85 332 0,13 2,6 70 251,5 212,5 33 0,6	644-M			200	5,8	5	9,6	106,6	0,08	2,6	40		240	180	28	0,2
1014 14550 57000 44550 000 000 00 40005		82,29	печенье	50	3,2	8,4	34,25	225,4	0,05		30		11,5	32,5	5	0,4
Итого за день 131,1 145,56 578,23 4155,36 2,93 629,08 10325,5 1156,81 2171,22 692,75 41,25		Итого з	а Ужин 2			·										
		Итого з	а день		131,1	145,56	578,23	4155,36	2,93	629,08	10325,5		1156,81	2171,22	692,75	41,25

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 12) Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: пятница

Неделя: 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

				педеля.	_				Bospaci.	дотоклид	JIVI 12 JIV	л и старшс	Осень-зик	iu)	
Nº	Nº	Приом виши изимонованию блюва	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
рецеп.	тех.кар ты	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	рак 1							-						
162-M	26,29	суп молочный с крупой (ячневой)	250	5,61	4,81	22,05	153,93	0,1	1,61	32,8		175,17	181,55	28,94	0,53
286-M	69	омлет с колбасой	70	7,65	16,44	1,28	183,68	0,03	0,2	113		47,23	91,55	7,01	1,32
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-M	25	какао с молоком	200	3,44	4,48	25,3	155,28	0,04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Завтрак 1		24,52	41,17	101,11	873,17	0,36	3,12	245,8		384,13	430	88,75	4,43
	Завтр	•		•	,	•		,	,	,		,			
	44	яблоки	250	1	1	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
	Итого з	а Завтрак 2		1	1	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
	Обед														
136-M	1,35	суп картофельный с крупой (рисовой)	300	2,73	3,48	21,89	129,74	0,13	23,55			41,03	80,64	35,46	1,17
	53,03	рыба минтай, тушенная в томате с	120	13,67	7,78	6	148,7	0,03	5,15			46,29	26,6	58,79	1,07
309-M		овощами													
518-Л	76,03	картофель отварной	200	4,06	5,88	32,69	199,92	0,24	40	28		21,68	118,1	46	1,81
214-Л	59,04	капуста тушеная	150	3,77	4,57	16,3	121,41	0,07	80,74	24		97,89	67,74	33,48	1,33
593-M	23,08	кисель из яблок	200	0,13	0,13	21,2	86,49	0,01	3,3			14,66	8,25	4,4	0,78
	42,06	Хлеб пшеничный.	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Обед		32,4	22,82	152,76	946,06	0,68	152,75	52		248,96	366,58	217,48	8,64
	Полд	ник	•		•		•	•	•	•	•	•		•	
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	Итого з	а Полдник		5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин					•	•			<u> </u>	<u> </u>		<u>L</u>	<u> </u>	
492-Л	49,04	плов из птицы	120	14,36	17,38	25,02	313,94	0,1	2,99	28,26		17,76	59,76	32,95	1,33
табл.24-М	65,03	помидор соленый	150	1,65	0,15	5,25	28,95	0,3	22,5			15	52,5	22,5	1,2
355-Л	28,04	вареники ленивые со сметаной	150/15	23,64	13,4	24,24	312,12	0,08	0,65	82,5		213,89	287,97	31,47	0,84
629-M	24,04	чай с лимоном	200/10/5	0,07	0,01	16,21	65,21		3,03	0,11		14,43	3,43	4,04	0,27
	42,06	Хлеб пшеничный.	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
	Итого з	а Ужин		47,76	31,92	125,4	980,02	0,68	29,18	110,87		288,49	468,91	130,31	6,12
	Ужин														
645-M	25,03		200	5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
		а Ужин 2		5,8	5	8	100,2	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
	Итого з	а день		116,48	106,81	459,77	3267,05	1,96	215,45	457,67		1231,58	1530,99	501,04	28,29

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 13)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: суббота

Неделя: 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

№ рецеп.	№ тех.кар ты 1 Завтр	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищ	евые веще	ества (г)	Энерге- тическая		Витамин	ы (мг)		Ми	неральные	вещества (мг)
	ты 1	т грием пищи, наименование олюда	порции		Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
161-M			порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
161-M	Завтр	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
161-M		рак 1					•		•	•					
10 1 101	26,33	суп молочный с макаронными изделиями	250	5,84	4,84	22,12	155,4	0,08	1,63	33		159,07	113,1	21,75	0,46
337-Л	81,01	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03		100		22	76,8	4,8	1
табл.25-М	13,07	сыр (порциями)	12	2,78	3,54		42,98	-,,,,	0,08	31,2		105,6	60	4,2	0,12
96-Л	14	масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2		,	80		4,8	6	,	0,04
692-Л	25,05	кофейный напиток на молоке	200	2,65	1,54	22,92	116,14	0,24	21,99	10		68,34	45	8,72	0,11
092-11	42,07	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	00,0	14,6	0,98
		а Завтрак 1		24,17	29.96	97,8	757,64	0,54	23,71	254,2		386,07	361,8	77,17	4,11
	Завтр	•				·				<u> </u>		·		•	
		Бананы Бананы	300	4,5	1,5	63	283,5	0,12	31,2			24,96	87,36	131,04	1,87
		шоколад	50	4,9	17,35	25,2	276,55	0,04	01,2	10		176	154,5	34	0,75
		а Завтрак 2	- 00	9,4	18,85	88,2	560,05	0,16	31,2	10		200,96	241,86	165,04	2,62
	Обед			0,4	10,00	00,2	000,00	0,10	01,2	10		200,00	2-1,00	100,04	2,02
		борщ с капустой и картофелем, с	300/20	7,1	10,25	15,27	181,73	0,09	32			67	113,95	41,12	2,1
110-M	-,	мясом		.,.	10,20	,	,	5,55	_				,	,	_,.
401-M	8,03	гуляш	120	18,46	18,31	3,19	251,39	0,14	10,11	18,3		21,06	192,21	25,23	3,2
255-M	36,07	каша ячневая рассыпчатая	200	6,56	5,92	42,6	249,92	0,18		28		67,97	226,55	34,48	1,24
табл.24-М	64,04	огурцы соленые	150	1,2	0,15	2,55	16,35	0,03	7,5			34,5	36	21	0,9
638-Л	22,08	компот из плодов сушеных (курага)	200	0,83	0,05	24,13	100,29	0,02	0,73			34,36	24,04	18,96	0,58
	42,06	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
	43,05	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
Итого за Обед		42,19	35,66	142,42	1059,48	0,66	50,35	46,3		252,3	658	180,14	10,5		
	Полд	ник							•	•		•			
	78,03	сдобные булочные изделия	50	4	4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
652-Л	23,1	сок фруктовый т/п	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
	Итого з	а Полдник	1	5	4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
	Ужин						<u>I</u>								1
табл.25-М		колбаса отварная (порциями)	90	11,52	19,98	1,35	231,3	0,2		9		26,1	160,2	19,8	1,53
472-M	77	картофельное пюре	200	4,35	6,51	29,4	193,59	0,22	34,59	34		58,46	129,03	43,75	1,61
366-Л	31,07	запеканка из творога со сметаной	150/10	27,87	19,99	25,97	395,27	0,09	0,76	120		251,48	335,74	38,74	1,03
табл.24-М	67	Кукуруза консервированная	80	2,48	0,16	5,2	32	0,09	8			16	49,6	16,8	0,56
628-M		чай с сахаром	200/15	_, .•	-,.0	14,97	59,85	-,00				9,45	. 5,0	2	0,05
320 III		Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	, -	14,6	0,98
	Итого з	а Ужин		54,26	47,62	131,57	1171,81	0,8	43,36	163		388,9	739,82	160,44	7,26
	Ужин														
645-М 25,04 ряженка 200			5,8 5,8	5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2	
	Итого за Ужин 2				5	8,4	101,8	0,04	0,6	40		248	184	28	0,2
	Итого за день				141,99	516,39	3907,38	2,28	153,22	522,5		1506,23	2243,48	624,79	28,09

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 14)

Рацион: Детский Дом 12 лет и старше Осень-Зима) День: воскресенье

Неделя: 2

Сезон: 01.09-28.02 (Осень-Зима)

№ рецеп. № Тех.кар ты Прием пищи, наименование блюда Масса порции Пищевые веще блюда 1 2 3 4 5 Завтрак 1 3 4 5	ества (г) У 6 20,44 0,86	Энерге- тическая ценность (ккал)	B1 8	Витамин С	ы (мг)	E		неральные	вещества (мг)
рецеп. ты порции Б Ж 1 2 3 4 5 Завтрак 1	6 20,44	(ккал)		С	Α	F				, ——
Завтрак 1	20,44	7	8			_	Ca	Р	Mg	Fe
				9	10	11	12	13	14	15
00.04										
162-M 26,21 суп молочный с крупой (гречневой) 250 6,16 5,24	0.06	153,56	0,14	1,63	33		166,3	173,83	59,21	1,52
342-Л 69,06 омлет с сыром 50 6,24 9,1	0,86	110,3	0,03	0,21	119,9		95,29	110,97	8,13	0,92
99-Л 13,02 колбаса полукопченая (порциями) 20 3,02 8,02	0,02	84,34	0,06				5,2	40,4	5	0,44
96-М 14 масло сливочное (порциями) 20 0,16 14,5	0,26	132,2			80		4,8	6		0,04
642-М 25 какао с молоком 200 3,44 4,48	25,3	155,28	0,04	1,3	20		130,67	90	15,1	0,16
42,07 Хлеб пшеничный 70 5,32 0,56	34,44	164,08	0,11				16,1	60,9	23,1	1,4
43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
Итого за Завтрак 1 26,68 42,28	99,1	883,76	0,46	3,15	252,9		428,52	482,1	125,14	5,46
Завтрак 2										
44 яблоки 250 1 1	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
Итого за Завтрак 2	24,5	111	0,08	25			40	27,5	22,5	5,5
Обед										
138-М 2,13 суп картофельный с бобовыми (фасоль) 300 9,47 10,08	32,87	260,08	0,29	24,75			107,04	239,23	70,62	3,22
444-М 50,03 птица тушеная в соусе 120/75 34,04 39,9	4,09	511,62	0,18	5,38	0,07		31,52	8,07	39,63	2,54
516-Л 75,04 Макаронные изделия отварные 200 19,5 14,61	124,3	706,69	0,3		68		63,28	10,35	29,7	3,05
16,13 салат из свежих помидоров и огурцов с 150 1,2 7,69 заправкой	5,9	97,61	0,06	20,28	0,01		24,36	39	21,14	0,92
593-M 23.08 кисель из яблок 200 0.13 0.13	21,2	86,49	0,01	3,3			14,66	8,25	4,4	0,78
42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6	36,9	175,8	0,12	- , -			17,25	65,25	24,75	1,5
43,05 Хлеб ржано-пшеничный 50 2,34 0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
Итого за Обед 72,38 73,39	243,04	1922,29	1,04	53,72	68,08		268,27	370,15	204,84	12,99
Полдник	•						<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>
78,03 сдобные булочные изделия 50 4 4,7	27,8	170	0,06		9		16	44	6	0,6
652-Л 23,1 сок фруктовый т/п 200 1 0,2	20,2	86,6	0,02	4			14	14	8	2,8
Итого за Полдник 5 4,9	48	256,6	0,08	4	9		30	58	14	3,4
Ужин										
425-M 12,03 оладьи из печени 120 22,7 20,43	15,22	335,55	0,39	39,27	9774		23,17	392,28	27,8	8,64
216-Л 79,01 картофель тушеный 200 4,47 12,36	32,83	260,44	0,06	5			5	84	50	3
табл.24-М 68,03 икра кабачковая консервированная 80 1,52 7,12	6,16	94,8	0,02	5,6			32,8	29,6	12	0,56
695-M 30,03 ватрушка с творогом 100/10 76,91 39,1	52,2	868,34	0,22	2,04	248,82		669,81	935,01	98,02	2,44
629-М 24,04 чай с лимоном 200/10/5 0,07 0,01	16,21	65,21		3,03	0,11		14,43	3,43	4,04	0,27
42,06 Хлеб пшеничный 75 5,7 0,6	36,9	175,8	0,12				17,25	65,25	24,75	1,5
43 Хлеб ржано-пшеничный 40 2,34 0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98
Итого за Ужин 113,71 80	177,3	1884,14	0,89	54,95	10022,93		772,62	1509,57	231,21	17,39
Ужин 2	-			-						
12 йогурт питьевой 3,2% 200 10 6,4	17	165,6	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
Итого за Ужин 2 10 6,4	17	165,6	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
Итого за день 228,77 207,97	608,94	5223,39	2,61	142,02	10352,95		1777,41	2629,32	625,69	44,94

Итого за период	2142,83	2074,62	7891,37	58831,78	32,52	3431,62	37326,41	19227,19	28957,38	8312,5	472,75
Среднее значение за период	153,1	148,2	563,7	4202,3	2,3	245,1	2666,2	1373,4	2068,4	593,8	33,8

Составил бухгалтер 2-категории ______ Васильева И.А Утвердил директор _____ Шатохина Е.А

М.П.