

Утверждаю

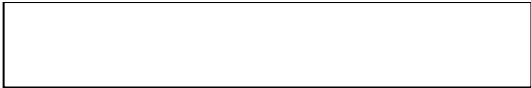


Директор

Москвичева Н.Н.

1 день

Сборник рецептур	№ техно-логической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2088		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0	3,3	0	0	0	0	0	0	0,2	0	8,7	27	6	0,6	0	
2088	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,2	102,1	1,1	37	0	0	0,1	0,3	0	0	0,2	0	226,8	170,1	26,5	0,2	0,8	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>8,1</b>	<b>7,9</b>	<b>31,5</b>	<b>227,2</b>	<b>1,1</b>	<b>40,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>235,5</b>	<b>197,1</b>	<b>32,5</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																							
2088	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	100	0,7	10,1	2,3	102,6	9,1	9,1	4,3	0	0	0	0	0	0,2	3,6	20,9	38,4	12,7	0,9	0,2	
2088	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ	250	12,6	10,4	17,8	209,0	5,0	184,8	2,3	0,1	0,3	0,1	1	0,3	2,5	13,1	40,4	147,6	41,0	3,0	2,2	
2088	254	СОСИСКИ, САРДЕЛЬКИ	50	5,2	11,3	0,2	117,5	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	1	0	15,8	71,6	9	0,8	0	
2088	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	155	5,5	4,6	33,7	193,5	0	23,6	1,2	0,1	0,1	0	0	0,1	0,5	10,5	9,5	42,0	7,6	1	0,4	
2088	433	МОЛОКО	200	3,8	3,0	23,0	130,8	0,5	17,7	0	0	0	0,2	0	0	0,2	1,8	117,5	104,6	28,9	0,9	0,7	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2088		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>38,6</b>	<b>40,5</b>	<b>146,0</b>	<b>1078,7</b>	<b>14,6</b>	<b>235,2</b>	<b>11,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,8</b>	<b>0,5</b>	<b>1</b>	<b>0,6</b>	<b>6,0</b>	<b>72,5</b>	<b>234,7</b>	<b>527,7</b>	<b>139,4</b>	<b>10,6</b>	<b>4,9</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>46,7</b>	<b>48,4</b>	<b>177,5</b>	<b>1305,9</b>	<b>15,7</b>	<b>275,5</b>	<b>11,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,9</b>	<b>0,8</b>	<b>1</b>	<b>0,6</b>	<b>6,4</b>	<b>72,5</b>	<b>470,2</b>	<b>724,8</b>	<b>171,9</b>	<b>11,4</b>	<b>5,7</b>	



Директор

Москвичева Н.И

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008	467	ВЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	7,5	13,5	56,1	365,8	0	73,7	0,7	0,2	0,1	0	0	0	0,8	27,8	17,4	64,4	11,2	0,6	0,4	
2008	433	КАНОС МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	23,0	130,8	0,5	17,7	0	0	0	0,2	0	0	0,2	1,8	117,5	104,6	28,9	0,9	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>11,3</b>	<b>16,5</b>	<b>79,1</b>	<b>496,6</b>	<b>0,5</b>	<b>91,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,0</b>	<b>29,6</b>	<b>134,9</b>	<b>169,0</b>	<b>40,1</b>	<b>1,5</b>	<b>1,1</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ	250	9,6	8,8	17,7	182,6	5,2	182,6	0,8	0	0,1	0,1	1	0,3	2,5	12,6	26,9	116,5	28,2	2,1	1,7	
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ	50	12	15,8	0	181,5	0,5	62,2	0,2	0,1	0	0,1	0,4	0,4	4,2	3	10,4	103,4	11,2	1	1,4	
2008	131	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНАЯ	50	2,9	4,8	12,1	102,5	26,5	58,6	2,2	0	0	0,1	0	0,2	1,0	16,4	67,1	47,3	24,2	1,5	0,6	
2008		ЙОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72	1,1	30	0	0	0	0,3	0	0	0,2	0	180	142,5	21	0	0	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>38,3</b>	<b>32,8</b>	<b>103,3</b>	<b>863,9</b>	<b>33,3</b>	<b>333,4</b>	<b>6,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,7</b>	<b>1,4</b>	<b>1,1</b>	<b>9,5</b>	<b>75,5</b>	<b>315,0</b>	<b>533,2</b>	<b>124,8</b>	<b>8,6</b>	<b>5,1</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>49,6</b>	<b>49,3</b>	<b>182,4</b>	<b>1360,5</b>	<b>33,8</b>	<b>424,8</b>	<b>7,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,5</b>	<b>0,9</b>	<b>1,4</b>	<b>1,1</b>	<b>10,5</b>	<b>105,1</b>	<b>449,9</b>	<b>702,2</b>	<b>164,9</b>	<b>10,1</b>	<b>6,2</b>	



Директор

Москвичева Н.

### 3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008	5	БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ	35	3,6	3,1	7,7	73,6	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0,9	0,9	10,8	48,9	8,9	0,6	0,1	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0	14,1	56,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	12,5	7,4	5,8	0,7	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>3,8</b>	<b>3,1</b>	<b>21,8</b>	<b>129,8</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,9</b>	<b>23,3</b>	<b>56,3</b>	<b>14,7</b>	<b>1,3</b>	<b>0,1</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7	8,9	0	109,2	0,2	78	0,1	0	0	0,1	0,5	0	0,1	7,1	264	150	10,5	0,3	1,1	
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	250	8,7	10,1	8,3	153,9	12,4	185,5	0,4	0,1	0	0,1	1	0,3	2,2	13,3	45,0	110,5	28,4	2,0	1,7	
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В	100	12,8	8,6	4,6	141,2	2,0	318,7	2,2	0	0,1	0,1	0	0	2,5	4,3	25,4	131,2	27,0	0,8	0,6	
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	7,2	5,8	31,2	200,0	0	23,6	4,1	0,1	0,2	0,1	0	0,2	2	19,2	19,3	162,7	109,1	3,8	1,2	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	7	7	4	1,4	0	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>47,0</b>	<b>34,6</b>	<b>123,2</b>	<b>975,6</b>	<b>16,6</b>	<b>605,8</b>	<b>10,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	<b>0,7</b>	<b>8,5</b>	<b>87,5</b>	<b>391,3</b>	<b>684,9</b>	<b>219,2</b>	<b>12,3</b>	<b>6,0</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>50,8</b>	<b>37,7</b>	<b>145,0</b>	<b>1105,4</b>	<b>16,6</b>	<b>605,8</b>	<b>10,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	<b>0,7</b>	<b>9,5</b>	<b>88,4</b>	<b>414,6</b>	<b>741,2</b>	<b>233,9</b>	<b>13,6</b>	<b>6,1</b>	



Директор

Москвичева



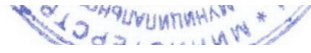
### 4 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008	471	ВУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,9	3,5	27,2	152,1	0	16,6	0,3	0	0,1	0	0	0	0,4	15,6	10,0	35,6	6,6	0,5	0,2	
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0,3	8,8	0	0	0	0,1	0	0	0,4	0	68,0	65,9	18,6	0,6	0,2	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>6,1</b>	<b>4,7</b>	<b>51,5</b>	<b>266,7</b>	<b>0,3</b>	<b>25,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>15,6</b>	<b>78,0</b>	<b>101,5</b>	<b>25,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	102	САЛАТ ОВОЩЕЙ С	250	10,3	10,3	12,1	176,4	11,1	105,4	0,3	0,1	0	0,1	1	0,2	2,5	12,5	48,4	143,8	33,8	2,6	1,6	
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ,	50	8,0	8,6	7,0	131,5	0	0	1,5	0	0	0,1	1	0,1	1,7	3,1	7,2	84,0	13,1	1,4	1,2	
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С	255	12,6	15,8	43,4	358,7	17,0	890,2	0,7	0,2	0,3	0,5	0	0,6	2,4	18,8	375,6	372,0	93,2	2,4	2,0	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200	0	0	21,8	86,2	0	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	9,1	0	1,9	0	0	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>41,7</b>	<b>35,8</b>	<b>153,3</b>	<b>1078,1</b>	<b>28,1</b>	<b>997,2</b>	<b>5,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,6</b>	<b>0,8</b>	<b>2</b>	<b>1,1</b>	<b>8,2</b>	<b>77,9</b>	<b>470,9</b>	<b>723,3</b>	<b>182,2</b>	<b>10,4</b>	<b>6,2</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>47,8</b>	<b>40,5</b>	<b>204,8</b>	<b>1344,8</b>	<b>28,4</b>	<b>1022,6</b>	<b>6,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,7</b>	<b>0,9</b>	<b>2</b>	<b>1,1</b>	<b>9,0</b>	<b>93,5</b>	<b>548,9</b>	<b>824,8</b>	<b>207,4</b>	<b>11,5</b>	<b>6,6</b>	



Директор

Москвичева Н.Н.





### 5 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	109,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	3,3	15	2,7	0,2	0	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	7	7	4	1,4	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>2,3</b>	<b>1,5</b>	<b>32,6</b>	<b>155,8</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>10,3</b>	<b>22</b>	<b>6,7</b>	<b>1,6</b>	<b>0</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ	250	9,5	8,8	18,5	186,0	6,6	176,0	0,9	0	0,1	0,2	1	0,3	2,6	13,6	28,5	146,7	33,4	2,1	1,8	
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ	50	12	15,8	0	181,5	0,5	62,2	0,2	0,1	0	0,1	0,4	0,4	4,2	3	10,4	103,4	11,2	1	1,4	
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	150	5,3	4,6	32,8	188,9	0	23,6	1,2	0,1	0,1	0	0	0,1	0,5	10,2	9,2	40,9	7,4	0,9	0,4	
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ	200	0,7	0,3	27,0	122,9	80	130,7	0	0	0	0,1	0	0	0,2	0	19,3	3,1	4,9	0,5	0	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>38,3</b>	<b>30,6</b>	<b>147,3</b>	<b>1004,6</b>	<b>87,1</b>	<b>392,5</b>	<b>5,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>1,4</b>	<b>1,0</b>	<b>9,1</b>	<b>70,3</b>	<b>98,0</b>	<b>417,6</b>	<b>97,1</b>	<b>8,5</b>	<b>5,0</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>40,6</b>	<b>32,1</b>	<b>179,9</b>	<b>1160,4</b>	<b>89,1</b>	<b>392,5</b>	<b>5,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>1,4</b>	<b>1,0</b>	<b>9,4</b>	<b>70,4</b>	<b>108,3</b>	<b>439,6</b>	<b>103,8</b>	<b>10,1</b>	<b>5,0</b>	



Директор

Москвичева Н.Н.



### 6 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2088	464	ОДВА ОБЕДНОВА	50	4,0	3,1	27,0	148,2	0	7,4	0,7	0	0,1	0	0	0	0,4	13,2	9,5	33,1	6,0	0,4	0,2	
2088	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0	14,1	56,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	12,5	7,4	5,8	0,7	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>4,2</b>	<b>3,1</b>	<b>41,1</b>	<b>204,4</b>	<b>0</b>	<b>7,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>13,2</b>	<b>22,0</b>	<b>40,5</b>	<b>11,8</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	
<b>Обед</b>																							
2088	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И БЕЛОРУССКИ ПРИПУШЕННЫЙ	250	8,7	10,0	11,8	168,1	8,4	192,4	0,5	0,1	0	0,1	1	0,2	2,1	15,5	45,0	114,1	31,3	2,2	1,8	
2088	289	ВИНОГРАДНО-БЕЛОРУССКИ ПРИПУШЕННЫЙ	50	9,7	11,0	0,5	133,1	0,3	9	1,7	0,1	0	0,1	1,3	0,2	1,9	5,2	8,7	97,7	11,6	1,5	1,8	
2088	326	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	3,5	4,4	35,7	192,6	0	23,6	0,3	0,1	0	0	0	0,1	0,6	10,1	13,8	73,5	25,2	0,5	0,8	
2088	442	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	0,5	0,1	10,1	46	2	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	7	7	4	1,4	0	
2088		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>33,2</b>	<b>26,6</b>	<b>127,1</b>	<b>865,1</b>	<b>10,7</b>	<b>225,0</b>	<b>5,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>2,3</b>	<b>0,7</b>	<b>6,3</b>	<b>74,4</b>	<b>105,1</b>	<b>415,8</b>	<b>112,3</b>	<b>9,6</b>	<b>5,8</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>37,4</b>	<b>29,7</b>	<b>168,2</b>	<b>1069,5</b>	<b>10,7</b>	<b>232,4</b>	<b>6,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>2,3</b>	<b>0,7</b>	<b>6,8</b>	<b>87,6</b>	<b>127,1</b>	<b>456,3</b>	<b>124,1</b>	<b>10,7</b>	<b>6,0</b>	



Директор

Москвичева Н.Н.

## 7 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И КОФЕЙНЫМ НАПИТОК	40	1,2	4,5	22,3	133,5	8	31,1	0,1	0,1	0	0	0	0	0,1	0	7,9	14,0	4,8	0,3	0,1	
2008	432		200	2,2	1,2	24,3	114,6	0,3	8,8	0	0	0	0,1	0	0	0,4	0	68,0	65,9	18,6	0,6	0,2	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>3,4</b>	<b>5,7</b>	<b>46,6</b>	<b>248,1</b>	<b>8,3</b>	<b>39,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>75,9</b>	<b>79,9</b>	<b>23,4</b>	<b>0,9</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	250	8,9	10,9	13,0	180,9	8,0	161,3	2,4	0	0	0,1	1	0,2	2,2	12,1	35,5	113,0	28,6	1,9	1,7	
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	7,9	4,4	3,0	78,9	0,5	187,5	0,2	0,1	0,1	0,1	0	0	1,3	1,6	20,3	82,7	14,7	0,4	0,2	
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,5	22,3	137,7	12	27,2	0,3	0,1	0,2	0,1	0	0,5	1,6	12	14,0	79,2	31,1	1,4	0,5	
2008	431	ХЛЕБ ПИЩЕВОДОВОГО ИЛИ ПИЩЕВОДОВОГО ИЛИ ПИЩЕВОДОВОГО ИЛИ ПИЩЕВОДОВОГО	185/15/7	0,3	0	14,3	58,4	1,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,1	0,6	15,0	8,8	6,5	0,8	0	
		ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>30,8</b>	<b>20,9</b>	<b>121,6</b>	<b>781,2</b>	<b>21,6</b>	<b>376,1</b>	<b>6,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>0,4</b>	<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>6,8</b>	<b>69,8</b>	<b>115,4</b>	<b>407,2</b>	<b>121,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,8</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>34,2</b>	<b>26,6</b>	<b>168,2</b>	<b>1029,3</b>	<b>29,9</b>	<b>416,0</b>	<b>6,2</b>	<b>0,3</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>7,3</b>	<b>69,8</b>	<b>191,3</b>	<b>487,1</b>	<b>144,5</b>	<b>9,4</b>	<b>4,1</b>	



Директор

Москвичева Н.Н.

### 8 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	6,5	3,5	24,3	150,5	0	21,4	0,3	0,1	0	0	0	0	0,5	15,5	37,8	70,0	9,6	0,5	0,3	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0	14,1	56,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	12,5	7,4	5,8	0,7	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>6,7</b>	<b>3,5</b>	<b>38,4</b>	<b>206,7</b>	<b>0</b>	<b>21,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,6</b>	<b>15,5</b>	<b>50,3</b>	<b>77,4</b>	<b>15,4</b>	<b>1,2</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	100	1,1	10,1	3,3	110,9	23,8	161,0	4,7	0	0	0	0	0,1	0,5	11,4	29,9	23,9	17,8	0,9	0,2	
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИ	250	9,2	10,3	15,4	185,3	6,7	185,4	0,7	0,1	0,1	0,2	1	0,3	2,5	12,0	29,1	133,2	32,9	2,1	1,6	
2008	311	ПЛОДЫ ПТИЦЫ	150	15,3	20,5	25,1	333,2	1,4	173,7	3,8	0	0,1	0,1	0,4	0,5	5,1	11,7	19,4	165,4	32,2	1,7	2,1	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200	0	0	21,8	86,2	0	1,6	0	0	0	0	0	0	0	0	9,1	0	1,9	0	0	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>36,4</b>	<b>42,0</b>	<b>134,6</b>	<b>1040,9</b>	<b>31,9</b>	<b>521,7</b>	<b>12,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>1,4</b>	<b>1,1</b>	<b>9,7</b>	<b>78,6</b>	<b>118,1</b>	<b>446,0</b>	<b>125,0</b>	<b>8,7</b>	<b>5,3</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>43,1</b>	<b>45,5</b>	<b>173,0</b>	<b>1247,6</b>	<b>31,9</b>	<b>543,1</b>	<b>12,7</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>1,4</b>	<b>1,1</b>	<b>10,3</b>	<b>94,1</b>	<b>168,4</b>	<b>523,4</b>	<b>140,4</b>	<b>9,9</b>	<b>5,6</b>	



Директор

Москвичева Н.Н.

### 9 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0	3,3	0	0	0	0	0	0	0,2	0	8,7	27	6	0,6	0	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,2	102,1	1,1	37	0	0	0,1	0,3	0	0	0,2	0	226,8	170,1	26,5	0,2	0,8	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>8,1</b>	<b>7,9</b>	<b>31,5</b>	<b>227,2</b>	<b>1,1</b>	<b>40,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>235,5</b>	<b>197,1</b>	<b>32,5</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																							
2008	1	БУТЕРБРОДС МАСЛОМ	25	1,2	8,7	7,8	114,1	0	59	0,2	0,2	0	0	0	0	0,1	0	4,1	11,7	2	0,2	0,1	
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	250	8,7	10,1	8,3	153,9	12,4	185,5	0,4	0,1	0	0,1	1	0,3	2,2	13,3	45,0	110,5	28,4	2,0	1,7	
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В	100	12,8	8,6	4,6	141,2	2,0	318,7	2,2	0	0,1	0,1	0	0	2,5	4,3	25,4	131,2	27,0	0,8	0,6	
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	6,0	36,5	209,0	0	33	0,4	0,1	0	0	0	0,1	0,7	10,3	9,6	75,1	24,6	0,5	0,8	
2008		ЙОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72	1,1	30	0	0	0	0,3	0	0	0,2	0	180	142,5	21	0	0	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>40,1</b>	<b>36,8</b>	<b>130,7</b>	<b>1015,5</b>	<b>15,5</b>	<b>626,2</b>	<b>6,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>1</b>	<b>0,6</b>	<b>7,3</b>	<b>71,4</b>	<b>294,7</b>	<b>594,5</b>	<b>143,2</b>	<b>7,5</b>	<b>4,6</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>48,2</b>	<b>44,7</b>	<b>162,2</b>	<b>1242,7</b>	<b>16,6</b>	<b>666,5</b>	<b>6,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>0,9</b>	<b>1</b>	<b>0,6</b>	<b>7,7</b>	<b>71,4</b>	<b>530,2</b>	<b>791,6</b>	<b>175,7</b>	<b>8,3</b>	<b>5,4</b>	



Директор

Москвичева Н.Н.

### 10 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2088	464	ОДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,0	3,1	27,0	148,2	0	7,4	0,7	0	0,1	0	0	0	0,4	13,2	9,5	33,1	6,0	0,4	0,2	
2088	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0,3	8,8	0	0	0	0,1	0	0	0,4	0	68,0	65,9	18,6	0,6	0,2	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>6,2</b>	<b>4,3</b>	<b>51,3</b>	<b>262,8</b>	<b>0,3</b>	<b>16,2</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>13,2</b>	<b>77,5</b>	<b>99,0</b>	<b>24,6</b>	<b>1,0</b>	<b>0,4</b>	
<b>Обед</b>																							
2088	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	100	0,9	10,1	2,9	107,8	18,0	98,0	4,5	0	0	0	0	0,3	8,3	24,5	29,5	15,9	1,0	0,2		
2088	105	СУП С МАКАРОННЫМИ	250	9,3	10,2	14,3	180,6	0,8	185,5	0,8	0,1	0	0,1	1	0,1	1,8	9,4	24,4	95,0	18,1	1,6	1,5	
2088	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ,	50	8,0	8,6	7,0	131,5	0	0	1,5	0	0	0,1	1	0,1	1,7	3,1	7,2	84,0	13,1	1,4	1,2	
2088	141	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,6	10,8	12,7	158,1	8,9	360,8	2,3	0,1	0	0	0	0,1	0,8	10,4	43,3	59,6	23,1	1,1	0,5	
2088	394	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	200	0,2	0,2	25,3	103,1	1,6	1,6	0,3	0	0	0	0	0,1	0,8	13,2	4	4,4	0,8	0,1		
		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	100	7,2	0,6	45,7	213,1	0	0	2	0	0,2	0,1	0	0,1	1,2	27	20,7	75,6	29,7	1,8	0,7	
2088		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0	0	1,2	0	0,1	0	0	0,1	0,4	16,5	9,9	47,9	10,5	2,2	0,7	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>31,8</b>	<b>41,0</b>	<b>131,2</b>	<b>1006,4</b>	<b>29,3</b>	<b>645,9</b>	<b>12,6</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>6,3</b>	<b>75,5</b>	<b>143,2</b>	<b>395,6</b>	<b>114,8</b>	<b>9,9</b>	<b>4,9</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>38,0</b>	<b>45,3</b>	<b>182,5</b>	<b>1269,2</b>	<b>29,6</b>	<b>662,1</b>	<b>13,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>7,1</b>	<b>88,7</b>	<b>220,7</b>	<b>494,6</b>	<b>139,4</b>	<b>10,9</b>	<b>5,3</b>	

I, МКГ
0
18,9
<b>18,9</b>
2,7
7,2
0
0,8
9
0
3,1
<b>22,8</b>
<b>41,7</b>

H.

I, мкг
1,5
9
<b>10,5</b>
6,7
4,1
5,0
0
0
3,1
<b>18,9</b>
<b>29,4</b>

H.



I, мкг
0
0
<b>0</b>
0
6,7
33,0
2
1
3,1
0
<b>45,8</b>
<b>45,8</b>

Н.Н.



I, мкг
0,6
4,5
<b>5,1</b>
6,5
2,7
39,5
0
0
3,1
<b>51,8</b>
<b>56,9</b>



I, мкг

0
1
1

7,5
4,1
0,8
0
0
3,1
<b>15,5</b>
<b>16,5</b>

I, мкг

0,7
0
<b>0,7</b>

8,4
4,8
0,7
1
0
3,1
<b>18,0</b>
<b>18,7</b>

I, мкг
0
4,5
<b>4,5</b>
6,0
19,0
7,5
0
0
3,1
<b>35,6</b>
<b>40,1</b>

I, мкг
2,2
0
<b>2,2</b>
1,4
7,4
5,7
0
0
3,1
<b>17,6</b>
<b>19,8</b>



I, мкг

0
18,9
<b>18,9</b>

0
6,7
33,0
0,8
0
0
3,1
<b>43,6</b>
<b>62,5</b>

I, мкг

0,7
4,5
<b>5,2</b>

2,0
4,1
2,7
5,7
0,8
0
3,1
<b>18,4</b>
<b>23,6</b>