Примерное цикличное меню возрастная категория: от 3-х до 7-ми лет
Разработано на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питаниз
при общеобразовательных школах"
Министерство экономического развития и торговли РФ,2004г. Издательство "Хлебпродинформ",2004

Петровский район

ДЕНЬ ПЕРВЫЙ

Nº	прием	масса	The Full I	ма	cca	пище	вые ве	ещества	энергети ческая	ВІ	итамин	Ы	минера веще	
рецептур ы	пищи,наименован ие блюда	порции	продукты	брутто	нетто	белки	жиры	углево ды	ценност	B1	B2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	10	11	12	13	14	15	16	17	18
						BTPAK								
337 332	AVINO BSUERIOE	1 IIIT	макаронные макаронные	1ш т 52.5	40 52.5	5.1	4.6	0.3	63	0.02	N 12	n	22	1
332	макаронные	150	макалонные	71	71	5,1	9,1	34,2	244,5	0,06	0,02	0	7,2	0,75
101	икра кабачковая (консервы)	50	икра кабачковая	53	50	1	4,5	0	48	0,01	0,03	3,5	20,5	0,35
	сыр	18	сыр	18	16	3,91	4,93	0	61,2					
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
686	чай с лимоном	180	чай	0,3	0,3	0,2	0	13,6	54	0,01	0,02	5,6	14,4	1,6
			вода	135	135									
			caxap	13,5	13,5	1								
			ЛИМОН	7,2	9,3									
итого:						14,6	18,68	64,9	490,5	0,16	0,214	9,1	73,3	4,5
	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	НА 1 шт	10-00 0,3	0	8,6	40	0,04	0.03	19,5	24	3,3
	фрукты свежие	. ш.	фрукты свежие	1 ш1		0,5		0,0	70	0,04	0,00	13,3	24	3,3
						БЕД	•							
139	суп картофельный	250	<u>ropox</u>	<u>20</u>	<u>20</u>	6,2	5,6	22,3	167	0,16	0,08	7	39,40	2,80
	с бобовыми		картофель	67	50									
			морковь	13	10									
			лук репчатый	12	10									
			масло сливочное	5	5									
			зелень	3	3									
100			вода	180	180				105.7	0.05	0.07	0.04	44.0	4.00
462	тефтели из	70	говядина	60,6	44,3	6,7	5,9	5,9	105,7	0,05	0,07	0,91	11,8	1,89
	говядины 2-й		вода	7	7									
	вариант		крупа рисовая	5,8 24,5	5,8 21									
			лук репчатый	4,6	4,6									
			мука пшеничная масло сливочное	3,5	3,5									
214	капуста тушеная	150	капуста	213.6	172.2									
214	капуста тушеная	150	лимонная кислота	0,15	0,15									
			масло сливочное	<u>6</u>	<u>6</u>	1								
			томатное пюре	9,6	9,6									
			морковь	3,6	<u>3,6</u>									
			<u>лук репчатый</u>	7,2	<u>6</u>									
			<u>лавровый лист</u>	0,02	0,02									
			мука пшеничная	<u>2,4</u>	<u>2,4</u>									
			caxap	<u>4,8</u>	4,8	3,7	6,9	16	141	0,08	0,09	33,1	92,2	1,5
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0,03	0,012	0	7,2	1,16
631	компот из яблок	180	аршоки	40.8	36	0,18	0	32,2	127,8					,
			caxap	21,6	21,6									
			вода	154,8	154,8									
MTOFO			кислота лим	0,1	0,1	22.50	10.00	100.0	604.0	0.20	0.076	44.04	150.0	0 45
ИТОГО:				l		22,58 ПЛНИК	19,28	106,8	694,9	0,38	0,276	41,01	159,8	8,15

полдник

736/741	ватрушка с	70	мука пшеничная	44,8	44,8	1,6	6,1	15,7	129	0,12	0,06	0	12,3	1,5
	повидлом		caxap	2,3	2,3	1	,	•		,			,	,
			масло сливочное	2,03	2,03									
			яйцо	2,3	2,3									
			соль	0,7	0,7									
			дрожжи	1,3	1,3									
			вода	18	18									
			повидло	28,2	28,2									
697	молоко кипяченое	180	молоко кипяченое	189,9	180	4,4	4,5	29,2	171	0,08	0,36	1,8	211,3	0,1
ИТОГО:						6	10,6	44,9	300	0,2	0,42	1,8	223,6	1,68
	итого за день					43,48	48,56	225,2	1525,4	0,78	0,94	71,41	480,7	17,63

ДЕНЬ ВТОРОЙ

						BTOPO STPAK	Й							
1	2	3	4	5	6	10	11	12	13	14	15	16	17	18
174	каша вязкая	200	крупа рисовая	44	44	7,8	14,5	71,5	448,5	0,16	0,08	0	16,6	1,8
	рисовая		молоко	100	100	,-	,-	,-	-,-	,	,,,,	-	-,-	,-
	p		вода	65	65									
			caxap	6	6									
			масло сливочное	10	10									
		40		40	10	2.04	4.02	0	61.0					
	сыр хлеб пшеничный	18 40	сыр хлеб пшеничный	18 40	16 40	3,91 3,2	4,93 0,48	16,8	61,2 81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
	хлео пшеничный	40	хлео пшеничный	40	40	3,2	0,40	10,0	01	0,06	0,024	U	9,2	0,0
685	чай с сахаром	180	чай	0.4	0.4	0,2	0	15	58	0,01	0,08	0,8	36,8	6,2
			caxap	13,5	13,5									
ИТОГО:			вода	135	135	11,2	14,98	103,3	587,5	0,23	0,184	0,8	62,6	8,8
<i>I</i> 11010.	I		I	l	на	10-00	14,30	103,3	301,3	0,20	0,104	0,0	02,0	0,0
	сок фруктовый	200	сок фруктовый	200	200	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
					0	БЕД							Į	
148/549	суп лапша	250	мука пшеничная	26,2	26,2	2,8	5,8	13,9	120	0,04	0,04	1,6	16,2	0,4
	домашняя		мука на подпыл	1,8	1,8									
			яйца	7,5	7,5									
			вода	5,2	5,2									
			соль	0,75	0,75									
			морковь	10	10									
			лук репчатый	12	10									
			масло сливочное	5	5									
			вода	240	240									
489	рагу из птицы	70/150	бройлер	134	96,6	18,5	25,3	23,5	396,5	0,23	0,23	19,7	72,60	6,40
			масло сливочное	2,8	2,8									
			картофель	116,4	87,6									
			морковь	15,6	12									
			петрушка	8,4	6									
			пюре томатное	9,6	9,6									
			лук репчатый	18	15,6									
			масло сливочное	4,8	4,8									
			мука пшеничная	2,4	2,4									
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0,03	0,012	0	7,2	1,16
639	компот из	180	c/th	22.5	55.8	0,5	0	28,2	111,6	0,006	0,006	0,2	25,2	0,6
	сухофруктов		caxap	18	18	•			•					
	,,		вода	172,8	172,8									
			кислота лим	0,18	0,18									
итого:						27,6	31,98	96	781,5	0,366	0,312	21,5	130,4	9,36
					ПОЛ	ідник								
358	сырники из	150	творог	151,5	150	7,2	0,8	20,9	211,5	0,14	0,05		20,7	1,8
	творога		мука пшеничная	19,5	19,5									
			яйца	4,5	4,5									
			масло сливочное	4,5	4,5									
			сметана	13,6	13,6									
698	Nakao e Modoke:	180		1.8	1.8									
บษัง	какао с молоком	100	какао молоко	90	90									
			вода	99	99									
			caxap	18	18	2,8	3	15,4	89,1	0.06	0.18	1.44	154,9	0,9

ИТОГО:				10	3,8	36,3	300,6	0,2	0,23	1,44	175,6	2,7
	итого за день			49,1	50,76	244,2	1709,6	0,836	0,756	43,24	392,6	24,16

ДЕНЬ ТРЕТИЙ

1 2 3 4 5 6 10 11 12 13 14 15 16 17							ТРЕТИ	Й							
160 Суп молочный макаронный макарон	1	2	3	4	5		_	11	12	13	14	15	16	17	18
Маделиями изделиями изд				•											
маделиями мад		•		·											
Масло сливочное 1.6					84	84									
Сахар 1.6 1					100	100									
Заб (стн 2005) Чай с молоком 2005 180 1				масло сливочное	1,6	1,6									
SAS (СТН 2005) Чай с МОПОКОМ 180 Сахар 13 13 13 13 13 14 14 14				caxap	1,6	1,6	5,6	6,3	19,7	112,8	0,04	0,18	0,6	161,4	0,4
Сажар 13 13 13 13 13 14 15 16 16 15 16 17 16 17 16 17 16 17 16 17 16 17 16 17 17		хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
Сажар 13 13 13 13 14 14 14 14	385 (стн	чай с молоком	180	чай											
МОЛОКО 42,7 41,8 80да 90 90 90 1,9 1,9 16,2 87,3 0,02 0,1 0,8 65,8 ИТОГО:	,			caxap	13	13									
ИТОГО:	,			молоко	,										
НА 10-00 НА 10-000 НА 10-0000 НА 10				вода	90	90					_				2
При	ИТОГО:					НΔ		8,68	52,7	281,1	0,12	0,304	1,4	236,4	3,2
110 Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокиляченной прокиляч		фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт			0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
110 Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокиляченной прокиляч						0	БЕЛ								
Картофельм со сметаной прожиляченной распрация (прожиляченной прожиляченной прожиляченная (прожиляченная прижиляченная (прожиляченная прижиляченная (прожиля вода (прож	110	борщ с капустой и	250	свекла	50			5.2	13.1	106	0,06	0.2	9.6	34.2	2
Картофель 27 20 Морковь 13 10 Пук регизтый 12 10 Томат пюре 8 8 8 Масло сливочное 5 5 5 сахар 3 3 3 3 3 3 3 3 3							-	- /-	-,-		.,	- ,=	.,-	,-	-
Прокипяченной регизация 13 10 10 10 10 10 10 10															
Пук репчатый 12 10		прокипяченной													
ТОМАТ ПЮРЕ 8 8 8 8 6 6 6 6 6 6		·				10									
Масло сливочное 5 5 5 6 6 7 7 7 7 7 7 7 7															
Сахар 3 3 3 3 3 3 3 3 4 5 5 5 5 5 5 5 5 5					5										
Сметана прикипяченная 5 5 5 5 5 5 5 5 5					3	3									
Прикипяченная 200				лим кислота	0,12	0,12									
451 Котлета из говядины 70 говядина 70 51,8 11,1 10 11,2 182,7 0,07 0,07 0,07 41,7				сметана	5	5									
451 Котлета из говядины 70 11,6 12,6 12,6 12,6 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 17,0 16,5 1,5				прикипяченная											
товядины хлеб пшеничный 12,6 12,6 молоко или вода 16,8 16,8 сухари 7 7 7 масло сливочное 4,2 4,2 молоко или вода 16,8 16,8 сухари 7 7 7 масло сливочное 4,2 4,2 молоко 23,7 22,5 молоко 23,7 22,5 масло сливочное 9 9 9 9 9 9 9 9 9 масло сливочное 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9							44.4	40	44.0	400 =	0.07	0.07	0.0=	44 =	0.4
МОЛОКО ИЛИ ВОДА 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,8 16,2 17,2 16,2 16,3 16,3 16,4 17,2 16,5 17,2 17,2 17,4 17,4 17,5 1,	451		70				11,1	10	11,2	182,7	0,07	0,07	0,07	41,/	2,1
Сухари 7 7 7 7 7 7 7 7 7		говядины													
Масло сливочное 4,2 4,2 4,2 520															
520 картофельное пюре 150 картофель (молоко) 166 124.5 (молоко) 3,1 6,7 21,9 163,5 0,2 0,18 28 56,6 хлеб пшеничный 40 хлеб пшеничный 40 40 40 3,2 0,48 16,8 81 0,06 0,024 0 9,2 хлеб ржаной 40 хлеб ржаной 40 40 2,6 0,4 13,6 72,4 0,03 0,012 0 7,2 699 напиток лимонный 180 пимоны 14.4 14.4 0,5 0 28,2 111,6 0,006 0,006 0,2 25,2 ИТОГО: Сахар 21,6 21,6 21,6 21,6 104,8 717,2 0,426 0,492 37,87 174,1 732 Оладьи с повидлом 70 мука пшеничная за,4 33,4 33,4 33,4 33,4 33,4 33,4 33,4 33,4 33,4 33,4 39,4 39,4 39,4				- '											
пкоре молоко дз,7 дас,5 масло сливочное 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	E20	rente de su use	150				2.1	6.7	21.0	162 E	0.2	0.10	20	EC C	1,8
Масло сливочное 9 9 9 9 9 9 9 9 9	320		150				٥,١	0,7	21,9	103,3	0,2	0,10	20	30,0	1,0
XЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 XЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 40 3,2 0,48 16,8 81 0,06 0,024 0 9,2		пюре													
699 Напиток лимонный 180 Пимоны 14.4 14.4 19.5 192.6		хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
699 Напиток лимонный 180 Пимоны 14.4 14.4 19.5 192.6		хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0.03	0,012	0	7.2	1,16
ИТОГО: вода сахар 192,6 сахар 192,6 21,6 22,5 22,7 104,8 717,2 0,426 0,492 37,87 174,1 732 оладьи с повидлом 70 яйца 1,5 1,	699			ПИМОНЫ	14 4							0,006			0,6
ИТОГО: 1 22,5 22,7 104,8 717,2 0,426 0,492 37,87 174,1 732 Оладьи с повидлом повидлом дрожжи 70 мука пшеничная зз,4 зз,4 яйца 1,5 1,5 молоко зз,4 зз,4 дрожжи 0,9 0,9 1,5 1,5 молоко зз,4 зз,4 дрожжи 0,9 молоко зз,4 дрожжи 0,9 молоко зз,4 дрожжи 0,9 молоко зз,4 дрожжи 0,9				вода											
732 оладьи с повидлом яйца 1,5 1,5 молоко 33,4 33,4 дрожжи 0,9 0,9				caxap	21,6	21,6									
732 оладьи с повидлом 70 мука пшеничная 33,4 33,4 33,4 яйца 1,5 1,5 молоко 33,4 33,4 дрожжи 0,9 0,9	итого:							22,78	104,8	717,2	0,426	0,492	37,87	174,1	8,46
повидлом яйца 1,5 1,5 молоко 33,4 33,4 дрожжи 0,9 0,9	720		70		22.4		ідник		ı			1	1	1	
молоко 33,4 33,4 дрожжи 0,9 0,9	132		70	•											
дрожжи 0,9 0,9		повидлом													
				- ''											
соль 0,6 0,6															
масло 4,6 4,6															
растительное					4,0	4,0									
повидло 7 7 5,2 8,6 28,6 217 0,3 0,35 0,35 66,8				•	7	7	5.2	8.6	28.6	217	0.3	0.35	0.35	66.8	0,7
698 ряженка 180 ряженка 185.4 180 5,4 10,8 7,3 152,1 0,06 0,36 1,26 218,1	608	nawenva	180												0,15

ИТОГО:				10,6	19,4	35,9	369,1	0,36	0,71	1,61	284,9	0,85
	итого за день			44.1	50.86	202	1407.4	0.946	1.536	60.38	719.4	15.81

					ДЕНЬ ЧЕ		ЫИ							
				_		STPAK		- 10						
<u>1</u> 175	2	3 200	4	5 14	6	10	11	12	13	14	15	16	17	
1/5	Каша вязкая	200	крупа рисовая		14 19									
	молочная"Дружба		крупа пшено	19										
			молоко	100 65	100 65									
			вода	6	6									
			сахар масло сливочное	10	10									
			Macho chilibo inoe	10	10									
			СОПР	1	1	18	15,9	16,4	286	0,06	0,24	0,36	152,1	0,8
692	кофейный напиток	180	кофейний напиток	4.5	4.5	2,2	3,2	25,8	136,8	0,02	0,09	0,54	72	0,3
			молоко	90	90									
			вода	108	108									
ИТОГО			caxap	18	18	20,2	19,1	42.2	422,8	0,08	0,33	0.9	224,1	1,2
итого					НΔ	10-00	19,1	42,2	422,0	0,06	0,33	0,9	224,1	1,2
	сок фруктовый	200	сок фруктовый	200	200	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
137	суп картофельный	250	vonts +	133	100	БЕЛ		Т						
137		250	картофель	133										
	с фрикадельками		морковь	12	10 10									
			лук репчатый томатное пюре	3	3									
			масло сливочное	3	3									
			бульон или вода	180	180	2,9	2,5	21	120	0,1	0,1	8	20,6	1,4
			фрикадельки	100	100	2,0	2,0	21	120	0,1	0, 1		20,0	٠,-
			говядина	46,4	34,2									
			лук репчатый	3,5	3									
			вода	3	3									
			яйца	2,4	2,4									
388	котлета рыбная	70	рыба минтай	98	46,2	11	13,1	8,1	191,8	0,07	0,07	10,7	25,3	3,0
	•		хлеб пшеничный	12,6	12,6			,		ĺ	· ·	,	,	
			вода	18,2	18,2									
			сухари	7	7									
			масло	7	7									
			растительное											
518	картофель	150	картофель	206,4	154,78	3	7,6	23,8	181,5	0,15	0,12	24,6	19,2	1,6
	отварной		масло сливочное	6	6									
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	70.4	0,03	0,012	0	7,2	1
639		180	с/ф	22.5	40 55.8	0.5	0,4	28.2	72,4 111,6	0,006	0,012	0,2	25,2	0,6
039	компот из сухофруктов	100	caxap	18	18	0,5	U	20,2	111,0	0,006	0,006	0,2	25,2	0,0
	сухофруктов		вода	172,8	172,8									
			кислота лим	0,18	0,18									
итого						23,2	24,08	111,5	758,3	0,416	0,332	43,5	106,7	6,3
	<u> </u>				ПОП	ілник								
	булочка	70	булочка	70	70	7,2	0,8	20,9	195,3	0,14	0,05		20,7	
685	Масло сливочное чай с сахаром	10 180	Масло сливочное чай	10 0.4	10 0.4	3 0,2	7,6 0	23,8 15	53 58	0,01	0,08	0,8	36.8	6,2
000	чаи с сахаром	100	caxap	13,5	13,5	0,2	U	10	50	0,01	0,00	υ,ο	30,0	0,2
			вода	135	135									
итого			1.12			7,4	0,8	35,9	253,3	0,15	0,13	0,8	57,5	8
	Всего за день					51,1	43,98	198,2	1474,4	0,686	0,822	64,7	412,3	18,8

ДЕНЬ ПЯТЫЙ

İ						ПЯТЫ ВТРАК	И							
1	2	3	4	5	6	10	11	12		14	15	16	17	18
337	яйцо вареное	1 шт	яйно вареное	1шт	40	5,1	4,6	0,3	63	0,02	0,12	0	22	1
71	закуска: овощи	60	закуска: овощи	57	60	0,4	0	1	9,6	0,036	0,018	15	0,24	0,54
	свежие натуральные		свежие натуральные											
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
686	чай с лимоном	180	чай	0,3	0,3	0,2	0	13,6	54	0,01	0,02	5,6	14,4	1,6
			вода	135	135									
			caxap	13,5	13,5									
			лимон	7,2	9,3									
ИТОГО:			-	,	-,-	8.9	5.08	31,7	207,6	0,126	0,182	20.6	45,84	3.94
	l l		I		HA	10-00	-,	1 , .	1	-,	1-,	,-	,	-,- :
	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
			l			БЕЛ	l		l					
135	суп из овощей	250	капуста	25	20									
			картофель	67	50									
			морковь	13	10									
			лук репчатый	12	10									
			горошек зеленый	12	8									
			масло сливочное	5	5									
			бульон или вола	190	190	2,2	4,4	12,4	99	0,12	0,06	16	33	1,4
496/600	птица тушеная в	70/30	птица	137,2	######									
	сметанном соусе		соль	0,28	0,28p.									
			масло сливочное	5,6	5,60p.									
			сметана	7,5	7,50p.									
			мука пшеничная	2,5	2,50p.									
			бульон	22,5	######									
			СОЛЬ	0,3	0,30p.	10,7	8,4	0,1	119,7	63	63		14,4	2,59
297	каша рассыпчатая	150	крупа гречневая	71	71									
	гречневая		масло сливочное	10	10	8,4	10,8	41,2	303	0,12	0.06	0	12,4	1,5
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0,03	0,012	0	7,2	1,16
631	компот из яблок	180	аршоки	40.8	36	0,18	0	32,2	127.8	,			,-	, -
			caxap	21,6	21,6		-	,-	,-					
			вода	154,8	154,8									
	<u> </u>		кислота лим	0,1	0,1		<u> </u>					<u> </u>		
ИТОГО:						27,28	24,48	116,3	802,9	63,33	63,156	16	76,2	7,45
						ТДНИК			•					
	кондитерское	70	кондитерское	70	70	6,7	10,6	45,7	392,4	0,07	0,04	1.00	26,1	1,89
698	ряженка	180	ряженка	185.4	180	5,4	10,8			0,06	0,36	1,26	218,1	0,15
ИТОГО:						12,1	21,4	53	544,5	0,13	0,4	1,26	244,2	2,04
	итого за день					48,58	50,96	209,6	1595	63,63	63,768	57,36	390,24	16,73

ДЕНЬ ШЕСТОЙ

						шесто ВТРАК	771							
1	2	3	4	5	6	10	11	12	13	14	15	16	17	18
337	яйно вапеное	1 шт	яйно вареное	1шт	40	51	46	0.3	63	0.02	0 12	n	22	1
214	капуста тушеная	150	капуста	<u>213,6</u>	172,2									
			лимонная кислота	<u>0,15</u>	<u>0,15</u>									
			масло сливочное	<u>6</u>	<u>6</u>									
			томатное пюре	<u>9,6</u>	9,6									
			морковь	<u>3,6</u>	3,6									
			лук репчатый	7,2	<u>6</u>									
			лавровый лист	0,02	0,02									
			мука пшеничная	2,4	2,4									
			caxap	4,8	4,8	3,7	6,9	16	141	0,08	0,09	33,1	92,2	1,5
	хпеб пшеничный	40	хпеб пшеничный	40	40	3.2	0.48	16.8	81	0.06	0.024	0	9.2	0.8
685	чай с сахаром	180	чай	0.4	0.4	0,2	0	15	58	0,01	0,08	0,8	36,8	6,2
			caxap	13,5	13,5									
47050			вода	135	135	40.0	44.00	40.4	0.10	0.47	0.044	20.0	400.0	
итого:						12,2	11,98	48,1	343	0,17	0,314	33,9	160,2	9,5
	cov doverage	200	cov doverage **	200	на 200	10-00 0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
	сок фруктовый	200	сок фруктовый	200	200	0,3	U	0,0	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
					0	БЕЛ								
108	суп картофельный	250	MODKOBL	12.5	10									
	с клецками		каптофель пук репуатый	66.7 12	50 10	1								
	·		масло сливочное	2.5	2.5									
			бульон или вола	187 5	187 5		6.0	29	400 F	0.04	0.04	1.0	10.0	0.4
			кпенки	10.2	10.2	5,2	6,2	29	193,5	0,04	0,04	1,6	16,2	0,4
			мука ппеничная мука ппеничная	11	11	j								
			яйна	29	29									
			бульон или вола соль	16.1 0.3	16.1 0.3									
374	рыба тушеная в	70	рыба минтай	86,1	43,4	6,3	3,3	3,3	69,3	0,07	0,07	6,4	21	0,63
	томате с овощами	-	вода	13,3	13,3	1	- , -	- / -	, .	, ,	-,-	-,		-,
			морковь	16,1	12,6									
			петрушка	2,8	2,1									
			лук репчатый	7	5,6									
			томат пюре	7	7									
			масло растит	3,5	3,5									
			кислота лимонная	0,0001	0,0001									
			KNOJOTA JININOHHAN	0,0001	0,0001									
			caxap	1,4	1,4									
			лавровый лист	0,001	0,001									
520	картофельное	150	лавровый лист	166	124.5	3,1	6,7	21,9	163,5	0,2	0,18	28	56,6	1,8
320	пюре	130	молоко	23,7	22,5	0,1	0,1	21,3	100,0	0,2	0,10	20	30,0	1,0
	поре		масло сливочное	9	9									
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
											<u> </u>			
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0,03	0,012	0	7,2	1,16
631	компот из яблок	180	аршоки	40.8	36	0,18	0	32,2	127,8					
			caxap	21,6	21,6									
			вода	154,8	154,8									
итого:			кислота лим	0,1	0,1	20,58	17,08	116,8	707,5	0,4	0,326	36	110,2	4,79
итого:	<u> </u>				ПО	20,58 ДНИК	17,08	110,0	101,5	υ,4	0,320	ან	110,2	4,19
	булочка	70	булочка	70	70	<u>7,2</u>	0,8	20,9	195,3	0,14	0,05		20,7	1,8
692	кофейный напиток	180	кофейный напиток	4.5	4.5	2,2	3,2	25,8	136,8	0,02	0,09	0,54	72	0,36
332		.50	молоко	90	90		٥,٢	20,0	100,0	0,02	0,00	0,04	,,,	0,00
			вода	108	108									
			caxap	18	18	1								
				•	•						•			

ИТОГО:				9,4	4	46,7	332,1	0,16	0,14	0,54	92,7	2,16
	итого за день			42.48	33.06	220.2	1422.6	0.77	0.81	89.94	387.1	19.75

					ДЕНЬ С	ЕДЬМ	ЮЙ							
					3AE	BTPAK:								
1	2	3	4	5	6	10	11	12	13	14	15	16	17	18
366	запеканка из	120/10	творог	115,2	112									
	творога со		мука пшеничная	9,6	9,6									
	сметаной		caxap	8	8									
			яйца	3,2	3,2									
			масло сливочное	4,8	4,8									
			сухари	4,8	4,8									
			сметана	10	10									
			прокипяченая			18	15,9	16,4	286	0,06	0,24	0,36	152,1	0,84
692	кофейный напиток	180	кофейный напиток	4.5	4.5	2,2	3,2	25,8	136,8	0,02	0,09	0,54	72	0,36
			молоко	90	90									
			вода	108	108									
			caxap	18	18									
ИТОГО:						20,2	19,1	42,2	422,8	0,08	0,33	0,9	224,1	1,2
						10-00								
	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
						БЕД					ļ			
124	щи из свежей	250	капуста	63	50	2	4,3	10	88	0,06	0,06	16	45	0,8
	капусты с		каптофель	40 13	30 10									·
	картофелем		MODKORP	3	3									
	' '		лук репчатый	12	10									
			томат пюре	4	4									
			масло	<u>5</u>	<u>5</u>									
			вода	200	200									
492	плов из птицы	70/150	птица бройлер	134,4	96,6									
			масло сливочное	11,2	11,2									
			лук репчатый	13,5	12									
			морковь	15	12									
			томатное пюе	7,5	7,5									
			крупа рисовая	52,5	52,5	21,9	25,3	35,8	459	0,17	0,23	5,06	41,6	5,29
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
	хпеб ржаной	40	хпеб ржаной	40	40	26	0.4	13.6	72 4	0.03	0.012	0	7.2	1 16
352 (стн	кисель из	180	сухофрукты	10.8	10.8	0,36	0	35,3	143,1	0,002	0,002	1,4	9,8	0,2
2005)	сухофруктов		caxap	21,6	21,6									
			крахмал	7,2	7,2									
			кислота лимонная	0,18	0,18									
			вода	194,4	194.4									
ИТОГО:			вода	134,4	134,4	30,06	30,48	111,5	843,5	0,322	0,328	22,46	112,8	8,25
711010.					ПОП	ІЛНИК	oo,⊤o	,0	0.10,0	U,ULL	0,020	,	2,0	J, 20
311	каша жидкая	150	крупа манная	23,2	23,2			T		_				
	молочная из		молоко	75	75									
	манной крупы		вода	56,2	56,2									
			caxap	4,5	4,5									
			масло сливочное	7,5	7,5	3,1	6,3	19,6	151,5	0,08	0,15	1,05	120,3	1,9
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	8,0
685	чай с сахаром	180	иай	0.4	0.4	0.2	0	15	58	0.01	0,08	0.8	36.8	6,2
003	чай с саларом	100	caxap	13,5	13,5	0,2	U	13	50	0,01	0,00	0,0	30,0	0,2
			вода	135	135									
ИТОГО:			• •			6,5	6,78	51,4	290,5	0,15	0,254	1,85	166,3	8,9
	итого за день					57,06	56,36	213,7	1596,8	0,592	0,942	44,71	527,2	21,65

					ДЕНЬ Е	ВОСЬМ	ИОЙ												
					3AI	STPAK													
1	2	3	4	5	6	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
366	запеканка из	120/10	творог	115.2	112														
000	творога со	.20,.0	мука пшеничная	9,6	9,6														
	сметаной		caxap	8	8														
	CIVICTARON		яйца	3,2	3,2														
			масло сливочное	4,8	4,8														T
				4,8	4,8														+
			сухари													-	_	 	+
			сметана	10	10														
		- 10	прокипяченая	- 40	- 10	18	15,9	16,4	286	0,06	0,24	0,36		0,84					
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8					
686	чай с лимоном	180	чай	0,3	0,3	0,2	0	13,6	54	0,01	0,02	5,6	14,4	1,6					
000	ian o minorioni	100	вода	135	135	0,2	·	10,0	01	0,01	0,02	0,0	, .	1,0					
				13,5	13,5														
			caxap																
итого :			ЛИМОН	7,2	9,3	21.4	16,38	46,8	421	0,13	0,284	5,96	175,7	3,24					
итого					HA	21,4 10-00	10,30	40,0	421	0,13	0,204	5,90	173,7	3,24					
	сок фруктовый	200	сок фруктовый	200	200	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3					
181	уха с перловой	250	пыба минтай	107.2	50.8	Б.Е.Л 1,3	0,24	0,24	9,6	0.08	0,06	5,4	17,6	0,6					
101	•	230	пук репчатый	21 7	18 1	1,5	0,24	0,24	3,0	0,00	0,00	3,4	17,0	0,0					
	крупой		каптофель	60.8	45.3														
			коло перповая	7.2 193,6	7.2 193,6														
461	T0077071410	70	вода говялина	60.6	44.3	9,6	11,4	9,1	179,9	0,07	0,14	0,9	30,5	2,03					
401	тефтели из	70	хлеб пшеничный	9,3	9,3	9,0	11,4	9,1	179,9	0,07	0,14	0,9	30,5	2,03					
	говядины 1		вода	14	14														
	вариант			28	23,3														
			лук репчатый																
			масло сливочное	3,5	3,5														
540		450	мука пшеничная	4,6	4,6	_	7.0	00.0	101.5	0.45	0.40	04.0	40.0	4.0					
518	картофель	150	картофель	206,4	154,78	3	7,6	23,8	181,5	0,15	0,12	24,6	19,2	1,6					
	отварной		масло сливочное	6	6														
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8					
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0.03	0,012	0	7,2	1,16					
642	кисель из яблок	180	аршоки свежие	30.6	27	0	0	26,4	100,8	0,006	0,006	0,2	25,2	0,6					
	свежих		caxap	18	18														
			крахмал	7,2	7,2														
			кислота лимонная	0,18	0,18														
итого:			вода	177,3	177,3	40.7	00.40	00.04	005.0	0.000	0.000	04.4	400.0	0.70					
итого:					ПОІ	19,7 1ЛНИК	20,12	89,94	625,2	0,396	0,362	31,1	108,9	6,79					
736/741	ватрушка с	70	мука пшеничная	44,8	44,8	1,6	6,1	15,7	129	0,12	0,06	0	12,3	1,5					
	творогом		caxap	2,3	2,3														
			масло сливочное	2,03	2,03														
			_*	2.2	2.2														
			яйцо	2,3	2,3														
			соль	0,7	0,7														
			дрожжи	1,3	1,3														
			вода	18	18														
			фарш творожный																
			творог	27,4	27,1														
			яйца	1,2	1,2	1													
			caxap	1,5	1,5	1													
	i e			. ,-	, ,-	4		J				•	•	l l					

			мука пшеничная	1,2	1,2									
			масло сливочное	0	0									
698	какао с молоком	180	какао	1,8	1,8									
			молоко	90	90									
			вода	99	99									
			caxap	18	18	2,8	3	15,4	89,1	0,06	0,18	1,44	154,9	0,9
ИТОГО:						4,4	9,1	31,1	218,1	0,18	0,24	1,44	167,2	2,4
	итого за день					45,8	45,6	176,44	1304,3	0,746	0,916	58	475,8	15,73

					ДЕНЬ Д	ЦЕВЯТ	ЫЙ							
						BTPAK								
1	2	3	4	5	6	10	11	12	13	14	15	16	17	18
302	каша вязкая	200	хлопья овсяные	<u>44</u>	<u>44</u>									
	геркулесовая		<u>"Геркулес"</u>											
			молоко	100	100									
			вода	60	60									
			caxap	6	6									
			масло сливочное	10	10	10	17,5	66,8	465,4	0,16	0,08	0	16,6	1,8
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
385 (стн	чай с молоком	180	чай	በ 3	በ 3									
2005)			caxap	13	13									
,			молоко	42,7	41,8									
			вода	90	90	1,9	1,9	16,2	87,3	0,02	0,1	0,8	65,8	2
итого:						15,1	19,88	99,8	633,7	0,24	0,204	0,8	91,6	4,6
					на	10-00								
	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
111	борщ сибирский	250/5	свекла	50	40	БЕЛ 3,9	4,3	16	118	0,08	0,2	9	46	3
111	оорщ сиоирский	230/3	капуста свежая	25	20	3,3	4,5	10	110	0,00	0,2	9	40	J
				13	10									
			картофель	10	10	-								
			фасоль			-								
			морковь	13	10	4								
			лук репчатый	12	10	4								
			томатное пюре	8	8	4								
			масло сливочное	4	4									
			caxap	3	3									
			лимонная кислота	0,05	0,05									
			бульон или вода	200	200									
			сметана	5	5									
715/717	пельмени	200/10	говядина	108	80									
			лук репчатый	9	8									
			вода	17	17									
			мука пшеничная	58	58									
			яйцо	5	5	23,1	14,1	43,3	383,4	0,2	0,2	1	46,2	4,4
			вода	22	22									
			соль	1,2	1,2									
			сметана	10	10									
			прокипяченная		-									
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
							,	,		,	,		,	,
	хлеб ржаной	40	хлеб ржаной	40	40	2,6	0,4	13,6	72,4	0,03	0,012	0	7,2	1,16
639	компот из	180	c/th	22.5	55.8	0,5	0	28,2	111,6	0,006	0,006	0,2	25,2	0,6
	сухофруктов		caxap	18	18	1	-		,-	,	.,	- ,	-,	-,-
	,,		вода	172,8	172,8									
			кислота лим	0,18	0,18									
ОТОГО							19,28	117,9	766,4	0,376	0,442	10,2	133,8	9,96
	1					ПДНИК								
	кондитерское	70	кондитерское	70	70	6,7	10,6	45,7	392,4	0,07	0,04	4.0	26,1	1,89
697	молоко кипяченое	180	молоко кипяченое	189,9	180	4,4	4,5	29,2	171	0,08	0,36	1,8	211,3	0,18
ИТОГО:						11,1	15,1	74,9	563,4	0,15	0,4	1,8	237,4	2,07
	итого за день					59,8	54,26	301,2	2003,5	0,81	1,08	32,3	486,8	19,93

					ДЕНЬ Д	цесят	ГЫЙ							
			1 .	1		BTPAK								
1	2	3	4	5	6	10		12			15		17	18
333	макароны с сыром	200	макароны	70	70	10,8	12,2	42,6	334	0,08	0,02	0	12	1
	Российским		сыр	22,6	20									
			масло сливочное	13,3	13,3									
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
692	кофейный напиток	180	кофейний напиток	45	45	2,2	3,2	25,8	136,8	0,02	0,09	0,54	72	0,36
			молоко	90	90	_,_	-,-	,-	,.	-,	-,	-,		-,
			вода	108	108									
			caxap	18	18	1								
итого:						16,2	15,88	85,2	551,8	0,16	0,134	0,54	93,2	2,16
					на	10-00	,	, ,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	,	,	,	,	, ,
	сок фруктовый	200	сок фруктовый	200	200	0,3	0	8,6	40	0,04	0,03	19,5	24	3,3
						БЕЛ								
124	суп картофельный	250	картофель	100	75	БЕЛ								
147		200	крупа рисовая	5	5	1								
	с крупой					1								
			морковь	13 12	10 10	-								
			лук репчатый			-								
			масло сливочное	3	3	2,5	3	18,3	113	0,1	0,06	7,8	18	1
388	KOTHOTO DI IGUAS	70	вола	190 98	190 46,2	2,5	13,1	8,1	191,8	0,1	0,06	10,7	25,3	0,8
300	котлета рыбная	70	рыба минтай		,	┨ ''	13,1	0,1	131,0	0,07	0,07	10,7	20,3	0,0
			хлеб пшеничный	12,6	12,6	4								
			вода	18,2	18,2	4								
			сухари	7	7	1								
			масло	7	7									
			растительное											
78	икра свекольная	150	свекла	144	144	3,6	11,4	19,5	198	0,09	0,12	22,3	63,1	2,8
			лук репчатый	31,5	27	1								
			томатное пюре	42	42	1								
			масло	12	12	1								
			растительное		٠- ا									
				0.6	0,6	1								
			лимонная кислота	0,6	0,0									
				4.0	10	1								
F00		450	caxap	1,8	1,8	6.4		04.0	400 5	0.0	0.10	00	50.0	4.0
520	картофельное	150	картофель МОЛОКО	166 23,7	124 5 22,5	3,1	6,7	21,9	163,5	0,2	0,18	28	56,6	1,8
	пюре				9	1								
	удоб диноинии	40	масло сливочное	9		2.2	0.40	16.0	01	0.00	0.024		0.0	0.0
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	40	3,2	0,48	16,8	81	0,06	0,024	0	9,2	0,8
	хпеб ржаной	40	хпеб ржаной	40	40	26	0.4	13.6	72.4	0.03	0.012	0	7.2	1 16
639	компот из	180	c/th	22.5	55.8	2.6 0,5	0	28,2	111,6	0,006	0,006	0,2	25,2	0,6
	сухофруктов		caxap	18	18	1								
	' '''		вода	172,8	172,8	1								
			кислота лим	0,18	0,18	<u> </u>	<u> </u>					<u> </u>		
ИТОГО						26,5	35,08	126,4	931,3	0,556	0,472	69	204,6	8,96
						ПДНИК								
769	булочка	70	мука пшеничная	44,9	44,9	5,2	9,2	42,6	275	0,07	0,04		26,1	1,89
	домашняя		мука на подпыл	2,3	2,3	1								
	11		сахар	7,7	7,7	1								
			сахар для отделки	2,2	2,2									
]								
			масло сливочное	10,3	10,3									
					<u> </u>]								
	1		яйцо	1,3	1,3]								
	l l													

			дрожжи	1,19	1,19									
686	чай с лимоном	180	чай	0,3	0,3	0,2	0	13,6	54	0,01	0,02	5,6	14,4	1,6
			вода	135	135									
			caxap	13,5	13,5									
			лимон	7,2	9,3									
ИТОГО						5,4	9,2	56,2	329	0,08	0,06	5,6	40,5	3,49
	итого за день					48,4	60,16	276,4	1852,1	0,84	0,7	94,6	362,3	17,91
го за 10 дн	ней					489,9	494,56	2267,14	15891,1	70,62	72,262	616,7	4634,44	188,1
ıяя за 10 <i>д</i>	дней					45,8	51,5	224,1	1589,2	0,79	1,26	64,8	516,4	20,