

Российская Федерация  
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 140 комбинированного вида»,  
Советского района г. Красноярск.  
660135, г. Красноярск, ул. Октябрьская, д.9, т.228-04-30.  
E- mail: [dou140@mailkrsk.ru](mailto:dou140@mailkrsk.ru), сайт: [dou140.gosuslugi.ru](http://dou140.gosuslugi.ru)

---

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ № 140



У.Ю. Александрина

Приказ № 1 от «09» января 2025 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ АВТОНОМНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ  
«ДЕТСКИЙ САД № 140 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»  
(с 1,5 до 3 лет)**

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																			
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	мкг	мг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Неделя первая, день 1</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
15/182	Каша жидкая молочная	130	4,52	3,89	14,00	109,13	18,780	0,075	0,146	0,520	0,056	0,970	109,569	38,454	117,712	168,971	0,008	0,003	0,038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>10,20</b>	<b>9,12</b>	<b>37,43</b>	<b>272,80</b>	<b>50,100</b>	<b>0,136</b>	<b>0,253</b>	<b>0,877</b>	<b>0,140</b>	<b>1,480</b>	<b>200,950</b>	<b>57,081</b>	<b>216,441</b>	<b>321,882</b>	<b>0,015</b>	<b>0,010</b>	<b>0,154</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
4/472	Маринад овощной	40	0,49	4,44	3,75	56,88	347,000	0,016	0,018	0,980	0,000	0,250	9,781	10,832	19,010	62,697	0,002	0,000	0,019
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	3,09	3,42	7,80	74,32	101,334	0,048	0,050	9,238	0,004	0,647	32,079	16,936	47,441	290,514	0,004	0,001	0,137
6/375	Плов с мясом	130	12,51	10,14	23,63	235,65	130,65	0,047	0,082	0,624	0,029	1,011	22,19	20,69	125,57	144,023	0,003	0,004	0,072
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>18,32</b>	<b>18,40</b>	<b>63,66</b>	<b>494,77</b>	<b>580,264</b>	<b>0,148</b>	<b>0,160</b>	<b>13,242</b>	<b>0,033</b>	<b>2,740</b>	<b>83,450</b>	<b>57,070</b>	<b>226,085</b>	<b>555,006</b>	<b>0,011</b>	<b>0,007</b>	<b>0,378</b>
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	30	0,84	1,00	23,20	106,20	0,900	0,010	0,010	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>5,75</b>	<b>4,96</b>	<b>31,06</b>	<b>192,92</b>	<b>24,660</b>	<b>0,062</b>	<b>0,226</b>	<b>0,936</b>	<b>0,054</b>	<b>0,607</b>	<b>194,880</b>	<b>24,924</b>	<b>151,740</b>	<b>260,124</b>	<b>0,014</b>	<b>0,003</b>	<b>0,032</b>
<b>Ужин</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
82/355	Тефтели рыбные	60	7,44	3,85	4,77	83,48	10,188	0,048	0,077	0,483	0,151	0,458	43,226	23,460	112,574	183,754	0,054	0,007	0,248
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>14,18</b>	<b>7,02</b>	<b>44,63</b>	<b>302,01</b>	<b>103,87</b>	<b>0,24</b>	<b>0,22</b>	<b>26,23</b>	<b>0,20</b>	<b>3,38</b>	<b>96,49</b>	<b>76,14</b>	<b>267,94</b>	<b>1159,37</b>	<b>0,06</b>	<b>0,01</b>	<b>0,29</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		51,05	42,50	181,06	1317,02	780,89	0,62	1,03	41,99	0,45	8,39	720,01	234,23	954,45	2442,65	0,23	0,03	1,18
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		121,56	90,42	89,19	94,07	173,532	77,625	114,111	93,302	4,520	83,910	90,001	292,783	136,350	610,663	3300,000	213,333	84,571

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Неделя первая, день 2</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
37/121	Суп молочный с крупой	150	4,88	4,20	12,93	109,05	21,990	0,070	0,179	0,702	0,060	0,708	145,330	33,974	132,023	195,507	0,011	0,003	0,039
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
94/306	Яйцо отварное	40	4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
	Итого	396	13,16	14,19	30,68	302,87	119,33	0,13	0,40	1,01	1,04	2,12	241,13	54,30	267,92	350,64	0,02	0,02	0,20
<b>2 завтрак</b>																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
<b>Обед</b>																			
58/58	Салат из свеклы с чесноком и сыром	30	1,22	2,92	2,95	43,11	9,080	0,007	0,021	1,509	0,029	0,480	38,530	8,134	29,049	90,368	0,002	0,001	0,006
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	5,35	3,63	13,69	108,85	128,240	0,090	0,120	7,128	0,359	1,126	27,726	24,856	88,552	454,349	0,007	0,006	0,138
103/284	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9,22	4,99	20,26	162,78	2155,840	0,191	0,757	14,661	0,582	3,402	21,910	35,761	179,455	660,809	0,008	0,014	0,119
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	557	18,22	11,87	65,83	443,73	2306,48	0,32	0,92	23,46	0,97	6,36	118,06	85,09	337,48	1340,33	0,02	0,02	0,44
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
90/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	2,25	1,64	17,28	92,86	8,920	0,027	0,027	0,052	0,073	0,333	12,762	4,103	24,587	38,807	0,001	0,002	0,002
	Итого	230	7,16	5,60	25,14	179,58	32,680	0,079	0,243	0,988	0,127	0,490	202,842	26,027	165,527	256,931	0,015	0,005	0,034
<b>Ужин</b>																			
72	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,70	45,900	0,007	0,015	2,100	0,000	0,930	12,300	4,500	11,100	94,500	0,000	0,000	0,000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	Итого	495	14,23	12,17	44,01	347,18	126,82	0,17	0,17	160,87	0,00	3,90	129,32	55,50	174,75	776,62	0,01	0,01	0,39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		52,77	43,83	199,37	1408,16	2675,31	0,74	1,81	197,14	2,13	13,31	724,59	247,52	974,92	2998,38	0,19	0,05	1,37
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		125,65	93,26	98,21	100,58	594,514	92,750	201,000	438,078	21,330	133,100	90,574	309,401	139,274	749,596	2671,429	333,333	97,786

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества								
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Неделя первая, день 3</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109	
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007	
	Итого	354	9,83	8,91	38,72	274,58	49,690	0,132	0,233	1,562	0,136	1,240	201,361	41,429	203,873	334,764	0,016	0,009	0,151	
<b>2 завтрак</b>																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02	
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020	
<b>Обед</b>																				
35/ТТК	Салат "Океан" ( с кальмарами)	40	7,67	5,58	1,42	86,61	12,480	0,059	0,058	1,034	0,176	0,611	20,080	32,527	102,943	113,932	0,105	0,018	0,006	
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2,98	2,95	7,90	70,03	105,150	0,040	0,049	6,168	0,027	0,801	31,591	17,519	48,018	268,596	0,005	0,001	0,130	
40/409	Птица отварная	55	13,04	0,83	0,06	62,70	9,350	0,027	0,102	0,000	0,165	0,470	6,050	13,750	100,650	123,200	0,000	0,012	0,000	
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,58	2,25	21,18	119,33	812,100	0,064	0,050	1,820	0,039	0,846	30,408	28,397	57,824	154,820	0,004	0,000	0,173	
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007	
	Итого	600	29,51	12,01	59,04	466,59	940,360	0,227	0,269	11,422	0,407	3,560	107,529	100,805	343,499	718,320	0,116	0,033	0,459	
<b>Полдник2</b>																				
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157	
34/583	Булочка домашняя	50	3,82	6,18	25,86	174,26	28,830	0,045	0,047	0,065	0,178	0,435	21,402	6,242	41,419	53,819	0,002	0,002	0,003	
	Итого	230	3,91	6,21	31,01	195,47	28,830	0,048	0,050	1,145	0,178	0,544	31,306	10,131	43,146	71,722	0,002	0,002	0,160	
<b>Ужин</b>																				
67/158	Кукуруза с яйцом	40	1,78	3,75	2,92	52,53	15,600	0,009	0,047	0,538	0,220	0,305	15,189	4,254	26,787	43,226	0,002	0,003	0,009	
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7,34	8,21	9,55	132,42	313,460	0,068	0,088	12,320	0,000	1,487	38,303	29,998	99,356	421,018	0,006	0,001	0,107	
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003	
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143	
	Итого	505	12,59	12,56	43,11	330,14	339,04	0,18	0,18	49,84	0,22	3,41	107,77	57,19	181,49	686,17	0,01	0,01	0,51	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312	
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>	
	<b>Итого за день</b>		58,43	42,69	176,16	1321,30	1379,92	0,62	0,90	64,67	0,97	8,94	592,21	228,57	864,26	1957,24	0,27	0,05	1,61	
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		139,13	90,83	86,78	94,38	306,648	77,875	100,222	143,711	9,710	89,400	74,026	285,706	123,466	489,311	3900,000	346,667	114,857	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества								
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Неделя первая, день 4</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051	
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002	
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004	
	Итого	390	16,13	13,24	23,41	277,40	162,08	0,14	0,47	2,28	1,84	2,63	196,32	41,21	281,51	323,04	0,03	0,03	0,20	
<b>2 завтрак</b>																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02	
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020	
<b>Обед</b>																				
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000	
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8,35	2,02	10,96	97,22	89,250	0,097	0,081	4,400	0,088	0,852	31,003	39,825	142,105	431,899	0,069	0,008	0,439	
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10,25	7,64	3,56	124,24	2969,770	0,131	1,044	7,840	0,715	3,558	14,327	10,405	167,968	148,661	0,004	0,020	0,129	
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030	
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,004	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014	
	Итого	625	24,46	12,84	70,24	498,05	3072,868	0,384	1,226	24,228	0,847	6,848	103,809	90,204	432,071	1215,441	0,082	0,032	0,790	
<b>Полдник2</b>																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	30	0,84	1,00	23,20	106,20	0,900	0,010	0,010	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000	
	Итого	210	5,75	4,96	31,06	192,92	24,660	0,062	0,226	0,936	0,054	0,607	194,880	24,924	151,740	260,124	0,014	0,003	0,032	
<b>Ужин</b>																				
62/326	Сырники из творога	150	30,29	9,41	25,71	308,72	46,320	0,068	0,319	0,280	0,204	0,838	208,750	31,340	292,342	157,318	0,012	0,039	0,042	
2/490	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143	
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224	
	Итого	435	32,56	11,00	43,97	408,03	63,97	0,14	0,42	36,68	0,22	1,67	297,89	53,00	355,24	389,65	0,02	0,04	0,41	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312	
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>	
	<b>Итого за день</b>		81,50	45,04	172,96	1430,92	3345,58	0,77	2,51	64,82	2,99	11,94	937,13	228,35	1312,81	2334,52	0,27	0,10	1,76	
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		194,05	95,83	85,20	102,21	743,462	95,750	278,889	144,051	29,850	119,410	117,142	285,434	187,544	583,631	3800,000	680,000	125,857	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Неделя первая, день 5</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
45/275	Каша "Дружба"	130	4,09	3,67	16,95	117,12	18,260	0,055	0,124	0,507	0,055	0,346	106,530	21,427	104,070	139,234	0,008	0,003	0,038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	Итого	354	9,77	8,90	40,38	280,79	49,580	0,116	0,231	0,864	0,139	0,856	197,911	40,054	202,799	292,145	0,015	0,010	0,154
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
<b>Обед</b>																			
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0,70	2,68	2,34	36,32	293,400	0,021	0,019	1,042	0,000	0,232	8,190	10,525	19,136	51,510	0,001	0,000	0,012
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5,41	2,60	12,24	94,04	78,198	0,048	0,056	3,200	0,026	1,307	24,809	21,800	63,156	283,405	0,002	0,000	0,125
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
42/343	Рыба по-польски	60	10,57	5,07	4,41	105,58	31,032	0,060	0,121	0,159	0,479	0,797	38,746	28,427	148,113	216,945	0,071	0,012	0,324
21/421	Рис отварной с овощами	110	2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	Итого	605	24,05	14,50	73,46	523,98	717,53	0,26	0,29	21,62	0,57	5,30	111,96	114,36	386,96	1098,77	0,08	0,02	0,68
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
23/583	Сушка на сметане	50	4,56	4,28	29,20	173,53	23,472	0,049	2,044	0,026	0,147	0,524	20,962	6,669	43,574	57,262	0,002	0,003	0,005
	Итого	230	9,47	8,24	37,06	260,25	47,232	0,101	2,260	0,962	0,201	0,681	211,042	28,593	184,514	275,386	0,016	0,006	0,037
<b>Ужин</b>																			
66/377	Голубцы ленивые	150	16,00	14,00	20,00	270,00	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	Итого	445	18,45	14,39	41,54	372,43	48,02	0,18	0,22	42,74	0,36	3,93	107,54	55,11	240,52	674,84	0,01	0,01	0,45
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		64,34	49,04	196,72	1491,97	884,36	0,70	3,17	66,89	1,30	10,96	772,69	257,13	1107,04	2487,41	0,25	0,05	1,65
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		153,20	104,33	96,91	106,57	196,524	87,125	352,111	148,644	13,040	109,590	96,586	321,406	158,148	621,852	3571,429	313,333	117,786

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																			
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Вторая неделя, день 1</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
68/277	Плов вегетарианский с сухофруктами	130	3,85	3,65	33,00	180,25	24,174	0,039	0,030	0,048	0,065	0,714	26,615	43,926	81,179	123,272	0,001	0,007	0,321
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2,71	4,57	17,29	121,07	27,000	0,039	0,008	0,000	0,078	0,397	8,440	4,900	24,550	34,110	0,001	0,002	0,005
	Итого	351	8,30	9,58	58,76	354,40	59,094	0,102	0,112	0,360	0,161	1,254	104,296	61,183	162,398	271,013	0,007	0,011	0,435
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,00	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
<b>Обед</b>																			
76/82	Винегрет овощной	40	0,65	4,06	3,01	51,32	51,123	0,020	0,014	2,090	0,000	0,294	8,097	7,190	17,213	84,677	0,001	0,000	0,007
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	180	3,95	3,13	13,01	96,00	83,028	0,053	0,057	2,937	0,073	0,587	27,786	13,347	53,547	206,230	0,003	0,001	0,123
57/ТТК	Суфле из печени	60	8,66	3,87	9,31	106,71	2016,940	0,105	0,732	5,322	0,592	2,632	15,778	9,313	132,175	118,607	0,004	0,016	0,085
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5,96	4,60	26,04	169,38	14,100	0,155	0,084	0,000	0,065	2,924	13,057	87,653	130,937	158,779	0,001	0,003	0,076
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	590	20,32	15,94	72,47	516,09	2166,47	0,35	0,90	12,75	0,73	7,10	81,12	124,02	358,19	612,12	0,01	0,02	0,44
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	30	0,84	1,00	23,20	106,20	0,900	0,010	0,010	0,000	0,000	0,450	4,800	3,000	10,800	42,000	0,000	0,000	0,000
	Итого	210	5,75	4,96	31,06	192,92	24,660	0,062	0,226	0,936	0,054	0,607	194,880	24,924	151,740	260,124	0,014	0,003	0,032
<b>Ужин</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8,39	4,99	8,15	111,08	14,380	0,076	0,084	0,322	0,236	0,746	35,658	24,321	116,062	179,529	0,055	0,009	0,254
41/431	Картофель отварной	120	2,22	3,55	17,27	109,92	15,590	0,101	0,069	9,280	0,065	0,917	11,264	23,212	59,839	547,949	0,005	0,000	0,031
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
	Итого	405	14,57	9,05	46,91	330,95	111,47	0,27	0,21	27,10	0,30	3,71	71,62	77,03	262,45	1196,33	0,06	0,01	0,29
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		51,54	42,53	213,48	1448,88	2383,70	0,82	1,62	41,85	1,28	12,86	596,16	306,17	1027,03	2485,85	0,22	0,05	1,53
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		122,71	90,49	105,16	103,49	529,710	102,875	179,778	92,993	12,760	128,600	74,520	382,706	146,718	621,463	3171,429	320,000	109,429

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Вторая неделя, день 2</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
37/121	Суп молочный с крупой	150	4,88	4,20	12,93	109,05	21,990	0,070	0,179	0,702	0,060	0,708	145,330	33,974	132,023	195,507	0,011	0,003	0,039
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
	<b>Итого</b>	356	8,37	10,14	30,41	246,17	56,933	0,111	0,260	1,014	0,156	1,246	221,773	49,948	200,930	304,155	0,017	0,005	0,181
<b>2 завтрак</b>																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
	<b>Итого</b>	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
<b>Обед</b>																			
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,70	45,900	0,007	0,015	2,100	0,000	0,930	12,300	4,500	11,100	94,500	0,000	0,000	0,000
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2,98	2,95	7,90	70,03	105,150	0,040	0,049	6,168	0,027	0,801	31,591	17,519	48,018	268,596	0,005	0,001	0,130
73/374	Жаркое по-домашнему	150	9,67	8,87	14,07	174,76	267,840	0,098	0,108	7,560	0,000	1,291	23,882	25,677	111,250	498,245	0,007	0,000	0,034
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	<b>Итого</b>	595	16,63	15,02	62,17	451,48	432,21	0,20	0,20	15,99	0,03	4,96	101,27	68,04	229,19	1024,75	0,02	0,00	0,35
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
26/ТТК	Бисквитик из моркови	50	4,52	4,37	28,27	170,55	263,250	0,055	0,048	0,415	0,175	0,621	16,604	12,328	47,296	79,375	0,002	0,003	0,012
	<b>Итого</b>	230	9,43	8,33	36,13	257,27	287,010	0,107	0,264	1,351	0,229	0,778	206,684	34,252	188,236	297,499	0,016	0,006	0,044
<b>Ужин</b>																			
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	150	23,89	8,69	35,61	316,21	45,582	0,074	0,250	0,198	0,271	0,906	153,375	25,274	228,880	136,145	0,009	0,030	0,032
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	<b>Итого</b>	425	24,89	8,99	50,64	386,82	55,16	0,14	0,30	133,80	0,27	1,21	200,30	38,83	246,24	283,52	0,01	0,03	0,37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		59,32	42,48	213,06	1476,55	921,32	0,59	1,09	162,96	0,68	8,64	763,27	217,68	893,84	2183,79	0,18	0,05	1,25
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		141,23	90,39	104,95	105,47	204,737	74,000	121,222	362,124	6,830	86,380	95,408	272,094	127,692	545,948	2528,571	300,000	89,286



№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Вторая неделя, день 3</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>9,83</b>	<b>8,91</b>	<b>38,72</b>	<b>274,58</b>	<b>49,690</b>	<b>0,132</b>	<b>0,233</b>	<b>1,562</b>	<b>0,136</b>	<b>1,240</b>	<b>201,361</b>	<b>41,429</b>	<b>203,873</b>	<b>334,764</b>	<b>0,016</b>	<b>0,009</b>	<b>0,151</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
71/59	Салат "Рубин"	40	0,62	3,07	7,41	60,37	1,012	0,011	0,017	1,360	0,000	0,618	16,494	23,693	20,137	141,862	0,002	0,000	0,015
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8,35	2,02	10,96	97,22	89,250	0,097	0,081	4,400	0,088	0,852	31,003	39,825	142,105	431,899	0,069	0,008	0,439
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10,25	7,64	3,56	124,24	2969,770	0,131	1,044	7,840	0,715	3,558	14,327	10,405	167,968	148,661	0,004	0,020	0,129
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,58	2,25	21,18	119,33	812,100	0,064	0,050	1,820	0,039	0,846	30,408	28,397	57,824	154,820	0,004	0,000	0,173
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>25,04</b>	<b>15,38</b>	<b>71,59</b>	<b>529,08</b>	<b>3873,412</b>	<b>0,340</b>	<b>1,202</b>	<b>17,820</b>	<b>0,842</b>	<b>6,706</b>	<b>111,632</b>	<b>110,932</b>	<b>422,098</b>	<b>935,014</b>	<b>0,081</b>	<b>0,030</b>	<b>0,906</b>
<b>Полдник2</b>																			
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157
95/583	Манник со сгущенным молоком	75	6,32	7,72	39,81	254,19	44,186	0,056	0,151	0,287	0,215	0,538	104,241	16,073	102,996	156,720	0,005	0,003	0,021
	<b>Итого</b>	<b>255</b>	<b>6,40</b>	<b>7,76</b>	<b>44,96</b>	<b>275,40</b>	<b>44,186</b>	<b>0,059</b>	<b>0,154</b>	<b>1,367</b>	<b>0,215</b>	<b>0,647</b>	<b>114,145</b>	<b>19,962</b>	<b>104,723</b>	<b>174,623</b>	<b>0,005</b>	<b>0,003</b>	<b>0,178</b>
<b>Ужин</b>																			
67/158	Кукуруза с яйцом	40	1,78	3,75	2,92	52,53	15,600	0,009	0,047	0,538	0,220	0,305	15,189	4,254	26,787	43,226	0,002	0,003	0,009
31/386(88/395)	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	60	10,68	12,11	5,26	172,53	7,824	0,045	0,104	0,262	0,092	1,535	21,720	14,330	116,062	193,330	0,005	0,002	0,037
24/201	Рагу из овощей	120	1,88	1,49	10,63	63,53	127,04	0,061	0,05	11,7	0,026	0,731	27,61	20,436	46,102	370,91	0,004	0,001	0,057
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	<b>Итого</b>	<b>435</b>	<b>16,67</b>	<b>17,72</b>	<b>39,86</b>	<b>385,93</b>	<b>150,94</b>	<b>0,15</b>	<b>0,22</b>	<b>13,38</b>	<b>0,34</b>	<b>4,04</b>	<b>84,55</b>	<b>50,81</b>	<b>224,90</b>	<b>677,49</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,35</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>60,54</b>	<b>52,76</b>	<b>199,41</b>	<b>1519,51</b>	<b>4140,23</b>	<b>0,72</b>	<b>1,98</b>	<b>34,83</b>	<b>1,56</b>	<b>12,82</b>	<b>655,92</b>	<b>242,14</b>	<b>1047,85</b>	<b>2268,16</b>	<b>0,24</b>	<b>0,05</b>	<b>1,92</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>450,000</b>	<b>0,800</b>	<b>0,900</b>	<b>45,000</b>	<b>10,000</b>	<b>10,000</b>	<b>800,000</b>	<b>80,000</b>	<b>700,000</b>	<b>400,000</b>	<b>0,007</b>	<b>0,015</b>	<b>1,400</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>144,15</b>	<b>112,26</b>	<b>98,23</b>	<b>108,54</b>	<b>920,050</b>	<b>90,375</b>	<b>219,556</b>	<b>77,404</b>	<b>15,610</b>	<b>128,180</b>	<b>81,991</b>	<b>302,676</b>	<b>149,692</b>	<b>567,040</b>	<b>3485,714</b>	<b>346,667</b>	<b>136,857</b>

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Вторая неделя, день 4</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>16,13</b>	<b>13,24</b>	<b>23,41</b>	<b>277,40</b>	<b>162,08</b>	<b>0,14</b>	<b>0,47</b>	<b>2,28</b>	<b>1,84</b>	<b>2,63</b>	<b>196,32</b>	<b>41,21</b>	<b>281,51</b>	<b>323,04</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>0,20</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	180	3,47	2,42	13,31	88,90	113,796	0,063	0,049	4,620	0,023	0,703	17,523	16,519	50,889	290,691	0,003	0,000	0,136
104/373	Гуляш (из птицы)	55	9,56	3,41	2,22	77,88	35,610	0,034	0,032	0,639	0,000	0,628	4,945	35,510	71,650	133,410	0,003	0,009	0,053
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,004	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>18,89</b>	<b>9,02</b>	<b>71,25</b>	<b>443,37</b>	<b>163,254</b>	<b>0,253</b>	<b>0,182</b>	<b>17,247</b>	<b>0,067</b>	<b>3,769</b>	<b>80,947</b>	<b>92,003</b>	<b>244,537</b>	<b>1058,982</b>	<b>0,015</b>	<b>0,013</b>	<b>0,411</b>
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	0,18	0,00	28,00	113,40	0,000	0,000	0,004	0,000	0,000	0,560	7,350	2,450	3,850	19,250	0,000	0,000	0,000
	<b>Итого</b>	<b>215</b>	<b>5,09</b>	<b>3,96</b>	<b>35,86</b>	<b>200,12</b>	<b>23,760</b>	<b>0,052</b>	<b>0,220</b>	<b>0,936</b>	<b>0,054</b>	<b>0,717</b>	<b>197,430</b>	<b>24,374</b>	<b>144,790</b>	<b>237,374</b>	<b>0,014</b>	<b>0,003</b>	<b>0,032</b>
<b>Ужин</b>																			
93/319	Запеканка из творога	130	26,44	9,81	18,41	267,75	50,885	0,057	0,321	0,431	0,217	0,673	218,057	30,540	276,276	173,568	0,014	0,034	0,044
2/490	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>28,71</b>	<b>11,40</b>	<b>36,67</b>	<b>367,06</b>	<b>68,54</b>	<b>0,13</b>	<b>0,42</b>	<b>36,83</b>	<b>0,23</b>	<b>1,50</b>	<b>307,19</b>	<b>52,20</b>	<b>339,18</b>	<b>405,90</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>	<b>0,41</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>71,42</b>	<b>40,62</b>	<b>171,47</b>	<b>1342,47</b>	<b>439,63</b>	<b>0,61</b>	<b>1,46</b>	<b>57,99</b>	<b>2,22</b>	<b>8,81</b>	<b>926,13</b>	<b>228,80</b>	<b>1102,26</b>	<b>2171,56</b>	<b>0,20</b>	<b>0,08</b>	<b>1,39</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>450,000</b>	<b>0,800</b>	<b>0,900</b>	<b>45,000</b>	<b>10,000</b>	<b>10,000</b>	<b>800,000</b>	<b>80,000</b>	<b>700,000</b>	<b>400,000</b>	<b>0,007</b>	<b>0,015</b>	<b>1,400</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>170,04</b>	<b>86,42</b>	<b>84,47</b>	<b>95,89</b>	<b>97,696</b>	<b>76,750</b>	<b>162,444</b>	<b>128,873</b>	<b>22,180</b>	<b>88,070</b>	<b>115,766</b>	<b>285,995</b>	<b>157,466</b>	<b>542,891</b>	<b>2871,429</b>	<b>520,000</b>	<b>98,929</b>

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Вторая неделя, день 5</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
45/275	Каша "Дружба"	130	4,09	3,67	16,95	117,12	18,260	0,055	0,124	0,507	0,055	0,346	106,530	21,427	104,070	139,234	0,008	0,003	0,038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	Итого	354	9,77	8,90	40,38	280,79	49,580	0,116	0,231	0,864	0,139	0,856	197,911	40,054	202,799	292,145	0,015	0,010	0,154
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
<b>Обед</b>																			
38/71	Салат "Полевой"	40	0,69	2,73	4,04	43,63	86,590	0,027	0,019	2,491	0,000	0,284	6,393	8,363	19,150	122,383	0,001	0,000	0,010
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3,03	2,96	9,65	77,33	82,610	0,041	0,051	4,670	0,027	0,953	31,823	18,865	51,630	282,130	0,005	0,000	0,140
66/377	Голубцы ленивые	150	16,00	14,00	20,00	270,00	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0,75	4,13	1,66	46,85	19,560	0,007	0,022	0,040	0,034	0,059	19,840	2,138	14,579	25,667	0,002	0,000	0,004
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	47,25	0,000	0,027	0,009	0,000	0,000	0,870	5,400	6,000	27,600	42,900	0,002	0,002	0,011
	Итого	585	23,54	24,28	53,43	513,86	306,86	0,25	0,33	29,76	0,43	6,21	133,06	91,22	368,68	1345,36	0,02	0,01	0,23
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,000	0,032	0,012	0,000	0,000	0,400	4,600	6,800	17,800	27,200	0,001	0,001	0,003
	Итого	200	6,51	4,16	17,68	134,32	23,760	0,084	0,228	0,936	0,054	0,557	194,680	28,724	158,740	245,324	0,015	0,004	0,035
<b>Ужин</b>																			
42/343	Рыба по-польски	60	10,57	5,07	4,41	105,58	31,032	0,060	0,121	0,159	0,479	0,797	38,746	28,427	148,113	216,945	0,071	0,012	0,324
61/431	Картофель тушеный	120	2,09	2,99	15,39	96,81	277,6	0,09	0,064	7,98	0	0,907	16,025	26,631	61,013	472,287	0,005	0	0,037
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	Итого	475	15,11	8,45	41,34	304,82	318,55	0,23	0,22	44,32	0,48	2,72	103,90	73,52	245,12	875,79	0,08	0,01	0,75
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		57,53	48,80	157,11	1288,31	720,75	0,72	1,18	76,58	1,13	10,52	773,79	252,52	1067,59	2904,89	0,26	0,04	1,50
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		136,98	103,82	77,39	92,02	160,166	89,625	131,556	170,184	11,270	105,210	96,724	315,650	152,513	726,223	3657,143	260,000	106,857

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																			
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Третья неделя, день 1</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
15/182	Каша жидкая молочная	130	4,52	3,89	14,00	109,13	18,780	0,075	0,146	0,520	0,056	0,970	109,569	38,454	117,712	168,971	0,008	0,003	0,038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>10,20</b>	<b>9,12</b>	<b>37,43</b>	<b>272,80</b>	<b>50,100</b>	<b>0,136</b>	<b>0,253</b>	<b>0,877</b>	<b>0,140</b>	<b>1,480</b>	<b>200,950</b>	<b>57,081</b>	<b>216,441</b>	<b>321,882</b>	<b>0,015</b>	<b>0,010</b>	<b>0,154</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,70	45,900	0,007	0,015	2,100	0,000	0,930	12,300	4,500	11,100	94,500	0,000	0,000	0,000
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	3,09	3,42	7,80	74,32	101,334	0,048	0,050	9,238	0,004	0,647	32,079	16,936	47,441	290,514	0,004	0,001	0,137
6/375	Плов с мясом	130	12,51	10,14	23,63	235,65	130,65	0,047	0,082	0,624	0,029	1,011	22,19	20,69	125,57	144,023	0,003	0,004	0,072
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>18,41</b>	<b>16,63</b>	<b>62,22</b>	<b>473,59</b>	<b>279,164</b>	<b>0,139</b>	<b>0,157</b>	<b>14,362</b>	<b>0,033</b>	<b>3,420</b>	<b>85,969</b>	<b>50,738</b>	<b>218,175</b>	<b>586,809</b>	<b>0,009</b>	<b>0,007</b>	<b>0,359</b>
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	0,18	0,00	28,00	113,40	0,000	0,000	0,004	0,000	0,000	0,560	7,350	2,450	3,850	19,250	0,000	0,000	0,000
	<b>Итого</b>	<b>215</b>	<b>5,09</b>	<b>3,96</b>	<b>35,86</b>	<b>200,12</b>	<b>23,760</b>	<b>0,052</b>	<b>0,220</b>	<b>0,936</b>	<b>0,054</b>	<b>0,717</b>	<b>197,430</b>	<b>24,374</b>	<b>144,790</b>	<b>237,374</b>	<b>0,014</b>	<b>0,003</b>	<b>0,032</b>
<b>Ужин</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
96/341	Суфле рыбное	60	11,25	4,20	1,67	89,64	100,824	0,064	0,113	0,482	0,418	0,789	38,715	35,007	163,657	260,509	0,086	0,012	0,399
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>17,99</b>	<b>7,37</b>	<b>41,53</b>	<b>308,17</b>	<b>194,50</b>	<b>0,25</b>	<b>0,25</b>	<b>26,23</b>	<b>0,46</b>	<b>3,71</b>	<b>91,98</b>	<b>87,69</b>	<b>319,02</b>	<b>1236,13</b>	<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>0,44</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
<b>Итого за день</b>			<b>54,29</b>	<b>40,08</b>	<b>181,32</b>	<b>1309,19</b>	<b>569,53</b>	<b>0,62</b>	<b>1,05</b>	<b>43,11</b>	<b>0,72</b>	<b>9,51</b>	<b>720,57</b>	<b>238,89</b>	<b>990,68</b>	<b>2528,46</b>	<b>0,26</b>	<b>0,04</b>	<b>1,32</b>
<b>Суточная потребность</b>			<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>450,000</b>	<b>0,800</b>	<b>0,900</b>	<b>45,000</b>	<b>10,000</b>	<b>10,000</b>	<b>800,000</b>	<b>80,000</b>	<b>700,000</b>	<b>400,000</b>	<b>0,007</b>	<b>0,015</b>	<b>1,400</b>
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>			<b>129,25</b>	<b>85,29</b>	<b>89,32</b>	<b>93,51</b>	<b>126,562</b>	<b>77,250</b>	<b>117,111</b>	<b>95,789</b>	<b>7,190</b>	<b>95,120</b>	<b>90,071</b>	<b>298,614</b>	<b>141,525</b>	<b>632,115</b>	<b>3728,571</b>	<b>246,667</b>	<b>94,000</b>

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Третья неделя, день 2</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
37/121	Суп молочный с крупой	150	4,88	4,20	12,93	109,05	21,990	0,070	0,179	0,702	0,060	0,708	145,330	33,974	132,023	195,507	0,011	0,003	0,039
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
94/306	Яйцо отварное	40	4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
	Итого	396	13,16	14,19	30,68	302,87	119,33	0,13	0,40	1,01	1,04	2,12	241,13	54,30	267,92	350,64	0,02	0,02	0,20
<b>2 завтрак</b>																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
<b>Обед</b>																			
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	7,07	3,27	1,94	65,69	10,050	0,058	0,049	1,362	0,110	0,697	17,940	31,421	93,115	121,748	0,099	0,016	0,003
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	3,29	3,03	11,91	88,21	86,370	0,059	0,053	5,270	0,027	0,684	21,391	17,845	55,193	291,982	0,004	0,001	0,132
103/284	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9,22	4,99	20,26	162,78	2155,840	0,191	0,757	14,661	0,582	3,402	21,910	35,761	179,455	660,809	0,008	0,014	0,119
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	567	22,01	11,62	63,04	445,67	2265,58	0,34	0,88	21,46	0,72	6,14	91,13	101,37	368,19	1209,34	0,11	0,03	0,43
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4,91	3,96	7,86	86,72	23,76	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,08	21,924	140,94	218,124	0,014	0,003	0,032
86/ТТК	Булочка "Тарочка" с курагой	50	4,87	3,76	28,52	167,40	34,440	0,057	0,061	0,137	0,166	0,640	29,544	11,174	54,745	120,591	0,002	0,004	0,007
	Итого	230	9,78	7,72	36,38	254,12	58,200	0,109	0,277	1,073	0,220	0,797	219,624	33,098	195,685	338,715	0,016	0,007	0,039
<b>Ужин</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	Итого	495	13,90	9,53	42,21	315,38	82,42	0,17	0,17	160,27	0,00	3,15	123,92	55,20	170,85	724,42	0,01	0,01	0,39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		58,85	43,06	206,01	1452,84	2615,53	0,79	1,80	194,62	1,98	12,64	709,05	270,57	1031,89	2896,98	0,28	0,06	1,37
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		140,12	91,63	101,48	103,77	581,230	98,875	199,444	432,478	19,750	126,420	88,631	338,210	147,412	724,245	4028,571	413,333	97,500

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Третья неделя, день 3</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	Итого	354	9,83	8,91	38,72	274,58	49,690	0,132	0,233	1,562	0,136	1,240	201,361	41,429	203,873	334,764	0,016	0,009	0,151
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
<b>Обед</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
101/154,175	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	6,59	5,38	9,90	114,35	79,700	0,071	0,081	5,240	0,058	1,274	16,089	21,572	86,990	388,930	0,005	0,001	0,133
105/414	Суфле из кур с рисом	53	9,32	4,31	2,83	89,25	28,810	0,023	0,092	0,000	0,302	0,475	8,092	11,143	80,624	89,771	0,001	0,010	0,005
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,58	2,25	21,18	119,33	812,100	0,064	0,050	1,820	0,039	0,846	30,408	28,397	57,824	154,820	0,004	0,000	0,173
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	588	21,97	12,37	62,90	454,75	923,390	0,201	0,239	10,960	0,399	3,607	80,889	73,924	266,702	733,593	0,012	0,013	0,461
<b>Полдник2</b>																			
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157
98/560,626,627	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	7,21	3,33	23,44	152,58	18,142	0,050	0,075	0,087	0,134	0,496	43,172	9,459	72,983	66,492	0,003	0,008	0,008
	Итого	230	7,30	3,36	28,59	173,79	18,142	0,053	0,078	1,167	0,134	0,605	53,076	13,348	74,710	84,395	0,003	0,008	0,165
<b>Ужин</b>																			
67/158	Кукуруза с яйцом	40	1,78	3,75	2,92	52,53	15,600	0,009	0,047	0,538	0,220	0,305	15,189	4,254	26,787	43,226	0,002	0,003	0,009
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7,34	8,21	9,55	132,42	313,460	0,068	0,088	12,320	0,000	1,487	38,303	29,998	99,356	421,018	0,006	0,001	0,107
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	1,50	0,50	21,00	96,00	20,000	0,040	0,050	10,000	0,000	6,000	8,000	42,000	28,000	348,000	0,000	0,001	0,002
	Итого	505	13,33	12,87	56,98	390,04	349,54	0,16	0,20	23,74	0,22	9,31	82,52	88,74	193,34	886,92	0,01	0,01	0,37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		55,02	40,51	191,47	1347,68	1362,76	0,59	0,92	38,13	0,92	14,95	562,09	236,45	830,88	2185,94	0,17	0,04	1,47
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		131,00	86,20	94,32	96,26	302,835	73,125	102,333	84,733	9,190	149,530	70,261	295,564	118,697	546,485	2428,571	260,000	105,286

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Третья неделя, день 4</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>16,13</b>	<b>13,24</b>	<b>23,41</b>	<b>277,40</b>	<b>162,08</b>	<b>0,14</b>	<b>0,47</b>	<b>2,28</b>	<b>1,84</b>	<b>2,63</b>	<b>196,32</b>	<b>41,21</b>	<b>281,51</b>	<b>323,04</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>0,20</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
87/59,22	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)	40	0,59	3,05	5,72	52,65	0,590	0,010	0,014	1,360	0,000	0,550	14,590	21,390	18,390	115,720	0,020	0,000	0,016
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	180	5,67	4,57	9,89	103,35	94,380	0,037	0,039	0,564	0,023	0,544	15,470	10,144	49,464	80,068	0,001	0,000	0,171
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8,39	4,99	8,15	111,08	14,380	0,076	0,084	0,322	0,236	0,746	35,658	24,321	116,062	179,529	0,055	0,009	0,254
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,004	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	<b>Итого</b>	<b>635</b>	<b>20,27</b>	<b>15,76</b>	<b>78,97</b>	<b>539,76</b>	<b>121,698</b>	<b>0,273</b>	<b>0,232</b>	<b>12,734</b>	<b>0,303</b>	<b>4,098</b>	<b>117,297</b>	<b>91,629</b>	<b>298,714</b>	<b>967,898</b>	<b>0,085</b>	<b>0,013</b>	<b>0,663</b>
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	1,23	1,45	33,83	154,88	1,310	0,010	0,020	0,000	0,000	0,660	7,000	4,380	15,750	61,250	0,000	0,000	0,000
	<b>Итого</b>	<b>215</b>	<b>7,03</b>	<b>7,85</b>	<b>41,83</b>	<b>272,88</b>	<b>45,310</b>	<b>0,070</b>	<b>0,360</b>	<b>1,400</b>	<b>0,100</b>	<b>0,860</b>	<b>247,000</b>	<b>32,380</b>	<b>205,750</b>	<b>353,250</b>	<b>0,018</b>	<b>0,004</b>	<b>0,040</b>
<b>Ужин</b>																			
63/325	Пудинг творожный	130	21,95	7,88	28,51	272,74	37,404	0,058	0,256	0,196	0,277	1,027	157,506	58,552	227,666	199,262	0,010	0,029	0,060
2/490	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>24,22</b>	<b>9,47</b>	<b>46,77</b>	<b>372,05</b>	<b>55,05</b>	<b>0,13</b>	<b>0,36</b>	<b>36,60</b>	<b>0,29</b>	<b>1,86</b>	<b>246,64</b>	<b>80,21</b>	<b>290,57</b>	<b>431,59</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>	<b>0,43</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>70,25</b>	<b>49,32</b>	<b>195,26</b>	<b>1516,62</b>	<b>406,15</b>	<b>0,65</b>	<b>1,59</b>	<b>53,71</b>	<b>2,56</b>	<b>9,63</b>	<b>951,50</b>	<b>264,44</b>	<b>1168,79</b>	<b>2222,05</b>	<b>0,27</b>	<b>0,07</b>	<b>1,66</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>450,000</b>	<b>0,800</b>	<b>0,900</b>	<b>45,000</b>	<b>10,000</b>	<b>10,000</b>	<b>800,000</b>	<b>80,000</b>	<b>700,000</b>	<b>400,000</b>	<b>0,007</b>	<b>0,015</b>	<b>1,400</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>167,26</b>	<b>104,94</b>	<b>96,19</b>	<b>108,33</b>	<b>90,254</b>	<b>81,625</b>	<b>176,333</b>	<b>119,353</b>	<b>25,600</b>	<b>96,330</b>	<b>118,937</b>	<b>330,550</b>	<b>166,970</b>	<b>555,512</b>	<b>3871,429</b>	<b>493,333</b>	<b>118,643</b>

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества								
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Третья неделя, день 5</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
56/266	Каша"Рябчик"	130	4,19	3,58	15,19	109,89	17,760	0,063	0,131	0,510	0,052	0,561	107,080	27,054	107,808	148,752	0,008	0,003	0,037	
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109	
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2,71	4,57	17,29	121,07	27,000	0,039	0,008	0,000	0,078	0,397	8,440	4,900	24,550	34,110	0,001	0,002	0,005	
	Итого	351	8,64	9,51	40,95	284,04	52,68	0,13	0,21	0,82	0,15	1,10	184,76	44,31	189,03	296,49	0,01	0,01	0,15	
<b>2 завтрак</b>																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02	
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020	
<b>Обед</b>																				
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0,70	2,68	2,34	36,32	293,400	0,021	0,019	1,042	0,000	0,232	8,190	10,525	19,136	51,510	0,001	0,000	0,012	
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3,14	3,19	10,70	83,95	84,510	0,057	0,051	4,448	0,027	0,668	21,480	16,640	57,245	285,943	0,003	0,001	0,131	
57/ТТК	Суфле из печени	60	8,66	3,87	9,31	106,71	2016,940	0,105	0,732	5,322	0,592	2,632	15,778	9,313	132,175	118,607	0,004	0,016	0,085	
21/421	Рис отварной с овощами	110	2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200	
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014	
	Итого	605	19,87	13,89	76,82	515,02	2709,75	0,32	0,89	28,03	0,68	6,50	85,67	90,09	365,11	1002,97	0,01	0,03	0,44	
<b>Полдник2</b>																				
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,901	34,514	0,081	0,008	0,02	97,5	0	0,21	13,679	3,105	1,206	0,125	0	0	0,193	
92/561,632	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	50	5,56	6,06	24,85	148,17	16,910	0,042	0,064	0,328	0,488	0,472	15,210	8,158	62,848	79,199	0,008	0,003	0,058	
	Итого	230	5,80	6,17	32,75	182,68	16,991	0,050	0,084	97,828	0,488	0,682	28,889	11,263	64,054	79,324	0,008	0,003	0,251	
<b>Ужин</b>																				
66/377	Голубцы ленивые	150	16,00	14,00	20,00	270,00	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003	
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143	
	Итого	445	18,45	14,39	41,54	372,43	48,02	0,18	0,22	42,74	0,36	3,93	107,54	55,11	240,52	674,84	0,01	0,01	0,45	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312	
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>	
	<b>Итого за день</b>		55,36	46,96	196,34	1408,69	2849,44	0,71	1,58	170,13	1,71	12,40	551,09	219,78	950,96	2199,89	0,18	0,05	1,63	
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400	
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		131,81	99,92	96,72	100,62	633,208	88,750	175,667	378,056	17,140	124,010	68,886	274,723	135,851	549,974	2500,000	306,667	116,214	



Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																			
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	мкг	мг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Четвертая неделя, день 1</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
15/182	Каша жидкая молочная	130	4,52	3,89	14,00	109,13	18,780	0,075	0,146	0,520	0,056	0,970	109,569	38,454	117,712	168,971	0,008	0,003	0,038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
	Итого	354	10,20	9,12	37,43	272,80	50,100	0,136	0,253	0,877	0,140	1,480	200,950	57,081	216,441	321,882	0,015	0,010	0,154
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
<b>Обед</b>																			
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,70	45,900	0,007	0,015	2,100	0,000	0,930	12,300	4,500	11,100	94,500	0,000	0,000	0,000
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3,03	2,96	9,65	77,33	82,610	0,041	0,051	4,670	0,027	0,953	31,823	18,865	51,630	282,130	0,005	0,000	0,140
48/373	Гуляш	60	9,00	7,00	1,13	103,52	19,500	0,025	0,071	0,315	0,000	0,690	13,972	2,400	81,930	102,810	0,003	0,000	0,001
21/421	Рис отварной с овощами	110	2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	595	17,51	16,50	66,10	484,45	384,19	0,14	0,18	10,71	0,09	3,93	96,31	58,69	237,52	628,97	0,01	0,01	0,49
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,000	0,032	0,012	0,000	0,000	0,400	4,600	6,800	17,800	27,200	0,001	0,001	0,003
	Итого	200	7,40	6,60	17,82	165,60	44,000	0,092	0,352	1,400	0,100	0,600	244,600	34,800	207,800	319,200	0,019	0,005	0,043
<b>Ужин</b>																			
69/359	Сельдь с луком репчатым	60	8,29	7,61	0,74	104,94	9,600	0,014	0,064	0,900	14,400	0,600	41,190	20,460	134,890	118,950	0,000	0,000	0,003
41/431	Картофель отварной	120	2,22	3,55	17,27	109,92	15,590	0,101	0,069	9,280	0,065	0,917	11,264	23,212	59,839	547,949	0,005	0,000	0,031
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0,21	0,05	4,71	20,09	0,475	0,002	0,009	0,883	0,000	0,722	13,427	5,688	7,801	27,473	0,000	0,000	0,237
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
	Итого	400	13,22	11,57	41,52	323,95	25,67	0,16	0,15	11,06	14,47	3,04	73,48	56,16	233,93	741,57	0,01	0,00	0,28
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		50,93	46,79	167,15	1301,33	525,96	0,57	1,10	24,75	14,83	9,23	759,58	225,74	987,95	2157,89	0,18	0,03	1,30
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		121,26	99,55	82,34	92,95	116,879	71,000	122,333	54,989	148,270	92,340	94,948	282,170	141,135	539,473	2600,000	173,333	92,929

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г		мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Четвертая неделя, день 2</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
37/121	Суп молочный с крупой	130	4,23	3,64	11,21	94,51	19,058	0,061	0,155	0,608	0,052	0,614	125,953	29,444	114,420	169,439	0,010	0,003	0,034
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
94/306	Яйцо отварное	40	4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
	Итого	376	12,51	13,63	28,96	288,33	116,40	0,12	0,38	0,92	1,03	2,02	221,76	49,77	250,32	324,57	0,02	0,02	0,20
<b>2 завтрак</b>																			
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
	Итого	180	0,00	0,00	33,70	134,80	90,000	0,036	0,072	10,800	0,000	0,360	9,000	21,600	27,000	273,600	0,000	0,000	0,000
<b>Обед</b>																			
79/ТТК	Салат "Овощная мозайка"	40	0,59	3,07	3,12	42,62	110,553	0,022	0,016	2,135	0,000	0,252	7,035	7,707	17,469	89,954	0,001	0,000	0,009
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2,98	2,95	7,90	70,03	105,150	0,040	0,049	6,168	0,027	0,801	31,591	17,519	48,018	268,596	0,005	0,001	0,130
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10,25	7,64	3,56	124,24	2969,770	0,131	1,044	7,840	0,715	3,558	14,327	10,405	167,968	148,661	0,004	0,020	0,129
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
7/527	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	Итого	615	18,65	16,61	59,42	462,71	3210,97	0,32	1,21	24,56	0,79	6,78	110,41	74,45	339,44	1144,13	0,02	0,02	0,47
<b>Полдник2</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04
75/574	Крендель сахарный	50	3,76	5,37	25,69	166,13	26,460	0,044	0,046	0,052	0,182	0,446	18,835	5,950	40,438	51,236	0,002	0,002	0,004
	Итого	230	9,56	11,77	33,69	284,13	70,460	0,104	0,386	1,452	0,282	0,646	258,835	33,950	230,438	343,236	0,020	0,006	0,044
<b>Ужин</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	Итого	495	13,90	9,53	42,21	315,38	82,42	0,17	0,17	160,27	0,00	3,15	123,92	55,20	170,85	724,42	0,01	0,01	0,39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		54,62	51,54	197,99	1485,36	3570,26	0,76	2,21	198,00	2,10	13,04	748,16	239,98	1020,29	2810,22	0,19	0,05	1,41
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		130,05	109,66	97,53	106,10	793,390	94,375	245,556	439,996	20,960	130,440	93,520	299,969	145,756	702,555	2714,286	346,667	100,643

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Четвертая неделя, день 3</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
94/306	Яйцо отварное	40	4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>12,20</b>	<b>9,25</b>	<b>33,87</b>	<b>267,69</b>	<b>88,69</b>	<b>0,15</b>	<b>0,35</b>	<b>1,52</b>	<b>0,95</b>	<b>2,02</b>	<b>203,58</b>	<b>43,01</b>	<b>245,05</b>	<b>365,21</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>0,17</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	7,07	3,27	1,94	65,69	10,050	0,058	0,049	1,362	0,110	0,697	17,940	31,421	93,115	121,748	0,099	0,016	0,003
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5,41	2,60	12,24	94,04	78,198	0,048	0,056	3,200	0,026	1,307	24,809	21,800	63,156	283,405	0,002	0,000	0,125
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
70/325	Азу	60	6,80	6,40	2,62	95,28	5,100	0,031	0,064	1,420	0,000	1,310	10,572	13,024	88,958	170,878	0,003	0,000	0,029
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,58	2,25	21,18	119,33	812,100	0,064	0,050	1,820	0,039	0,846	30,408	28,397	57,824	154,820	0,004	0,000	0,173
22/479	Кисель из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>25,10</b>	<b>14,92</b>	<b>66,46</b>	<b>502,26</b>	<b>906,73</b>	<b>0,24</b>	<b>0,23</b>	<b>10,20</b>	<b>0,18</b>	<b>4,99</b>	<b>103,13</b>	<b>103,25</b>	<b>337,12</b>	<b>788,62</b>	<b>0,11</b>	<b>0,02</b>	<b>0,48</b>
<b>Полдник2</b>																			
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157
114/606	Печенье песочное	40	4,06	4,10	25,77	156,27	21,192	0,042	0,040	0,000	0,221	0,507	9,610	5,126	36,655	41,154	0,002	0,003	0,003
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>4,15</b>	<b>4,13</b>	<b>30,92</b>	<b>177,48</b>	<b>21,192</b>	<b>0,045</b>	<b>0,043</b>	<b>1,080</b>	<b>0,221</b>	<b>0,616</b>	<b>19,514</b>	<b>9,015</b>	<b>38,382</b>	<b>59,057</b>	<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,160</b>
<b>Ужин</b>																			
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
82/355	Тефтели рыбные	60	7,44	3,85	4,77	83,48	10,188	0,048	0,077	0,483	0,151	0,458	43,226	23,460	112,574	183,754	0,054	0,007	0,248
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0,000	0,018	0,006	0,000	0,000	0,580	3,600	4,000	18,400	28,600	0,001	0,001	0,007
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>14,94</b>	<b>7,21</b>	<b>51,76</b>	<b>338,11</b>	<b>113,37</b>	<b>0,29</b>	<b>0,25</b>	<b>62,33</b>	<b>0,20</b>	<b>3,47</b>	<b>129,74</b>	<b>86,59</b>	<b>284,09</b>	<b>1306,62</b>	<b>0,06</b>	<b>0,01</b>	<b>0,43</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>58,99</b>	<b>38,51</b>	<b>187,30</b>	<b>1340,06</b>	<b>1151,98</b>	<b>0,76</b>	<b>1,03</b>	<b>75,83</b>	<b>1,57</b>	<b>11,29</b>	<b>600,20</b>	<b>260,88</b>	<b>996,89</b>	<b>2665,79</b>	<b>0,33</b>	<b>0,05</b>	<b>1,57</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>450,000</b>	<b>0,800</b>	<b>0,900</b>	<b>45,000</b>	<b>10,000</b>	<b>10,000</b>	<b>800,000</b>	<b>80,000</b>	<b>700,000</b>	<b>400,000</b>	<b>0,007</b>	<b>0,015</b>	<b>1,400</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>140,45</b>	<b>81,93</b>	<b>92,26</b>	<b>95,72</b>	<b>255,995</b>	<b>95,000</b>	<b>114,889</b>	<b>168,511</b>	<b>15,710</b>	<b>112,850</b>	<b>75,025</b>	<b>326,099</b>	<b>142,413</b>	<b>666,446</b>	<b>4642,857</b>	<b>326,667</b>	<b>112,143</b>

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества								
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Четвертая неделя, день 4</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051	
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1,17	0,07	2,37	14,76	12	0,032	0,016	1,6	0	0,244	7,04	7,308	21,576	32,868	0	0,001	0,002	
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,028	0,001	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,001	0,001	0,004	
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>16,13</b>	<b>13,24</b>	<b>23,41</b>	<b>277,40</b>	<b>162,08</b>	<b>0,14</b>	<b>0,47</b>	<b>2,28</b>	<b>1,84</b>	<b>2,63</b>	<b>196,32</b>	<b>41,21</b>	<b>281,51</b>	<b>323,04</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>0,20</b>	
<b>2 завтрак</b>																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02	
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>	
<b>Обед</b>																				
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	40	0,95	6,31	2,40	70,27	8,170	0,008	0,022	0,500	0,110	4,630	15,170	48,840	25,330	286,160	0,085	0,001	0,004	
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8,35	2,02	10,96	97,22	89,250	0,097	0,081	4,400	0,088	0,852	31,003	39,825	142,105	431,899	0,069	0,008	0,439	
103/284	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9,22	4,99	20,26	162,78	2155,840	0,191	0,757	14,661	0,582	3,402	21,910	35,761	179,455	660,809	0,008	0,014	0,119	
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0,12	0,12	18,27	73,82	0,000	0,012	0,000	3,270	0,000	0,489	9,000	2,977	2,420	58,130	0,000	0,000	0,040	
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002	
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014	
	<b>Итого</b>	<b>587</b>	<b>21,74</b>	<b>13,96</b>	<b>77,19</b>	<b>523,34</b>	<b>2253,26</b>	<b>0,36</b>	<b>0,87</b>	<b>22,83</b>	<b>0,78</b>	<b>10,70</b>	<b>87,28</b>	<b>137,50</b>	<b>395,86</b>	<b>1508,15</b>	<b>0,17</b>	<b>0,03</b>	<b>0,62</b>	
<b>Полдник2</b>																				
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,8	6,4	8	118	44	0,06	0,34	1,4	0,1	0,2	240	28	190	292	0,018	0,004	0,04	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	1,23	1,45	33,83	154,88	1,310	0,010	0,020	0,000	0,000	0,660	7,000	4,380	15,750	61,250	0,000	0,000	0,000	
	<b>Итого</b>	<b>215</b>	<b>7,03</b>	<b>7,85</b>	<b>41,83</b>	<b>272,88</b>	<b>45,310</b>	<b>0,070</b>	<b>0,360</b>	<b>1,400</b>	<b>0,100</b>	<b>0,860</b>	<b>247,000</b>	<b>32,380</b>	<b>205,750</b>	<b>353,250</b>	<b>0,018</b>	<b>0,004</b>	<b>0,040</b>	
<b>Ужин</b>																				
93/319	Запеканка из творога	130	26,44	9,81	18,41	267,75	50,885	0,057	0,321	0,431	0,217	0,673	218,057	30,540	276,276	173,568	0,014	0,034	0,044	
2/490	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003	
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143	
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224	
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>28,71</b>	<b>11,40</b>	<b>36,67</b>	<b>367,06</b>	<b>68,54</b>	<b>0,13</b>	<b>0,42</b>	<b>36,83</b>	<b>0,23</b>	<b>1,50</b>	<b>307,19</b>	<b>52,20</b>	<b>339,18</b>	<b>405,90</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>	<b>0,41</b>	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00	
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312	
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>76,21</b>	<b>49,45</b>	<b>183,38</b>	<b>1495,20</b>	<b>2551,19</b>	<b>0,74</b>	<b>2,29</b>	<b>64,04</b>	<b>2,98</b>	<b>15,88</b>	<b>982,03</b>	<b>282,30</b>	<b>1314,54</b>	<b>2736,61</b>	<b>0,36</b>	<b>0,09</b>	<b>1,60</b>	
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>450,000</b>	<b>0,800</b>	<b>0,900</b>	<b>45,000</b>	<b>10,000</b>	<b>10,000</b>	<b>800,000</b>	<b>80,000</b>	<b>700,000</b>	<b>400,000</b>	<b>0,007</b>	<b>0,015</b>	<b>1,400</b>	
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>181,45</b>	<b>105,21</b>	<b>90,33</b>	<b>106,80</b>	<b>566,931</b>	<b>92,500</b>	<b>254,778</b>	<b>142,313</b>	<b>29,770</b>	<b>158,790</b>	<b>122,754</b>	<b>352,878</b>	<b>187,792</b>	<b>684,151</b>	<b>5071,429</b>	<b>613,333</b>	<b>114,286</b>	

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен. ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	Д	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	г	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
<b>Четвертая неделя, день 5</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	130	6,96	6,27	20	164,27	30,78	0,06	0,043	0,028	0,161	0,736	86,187	9,448	79,622	55,344	0,001	0,001	0,009
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>10,27</b>	<b>12,08</b>	<b>38,39</b>	<b>303,17</b>	<b>65,700</b>	<b>0,107</b>	<b>0,124</b>	<b>0,340</b>	<b>0,257</b>	<b>1,111</b>	<b>160,868</b>	<b>24,605</b>	<b>151,091</b>	<b>189,135</b>	<b>0,007</b>	<b>0,004</b>	<b>0,121</b>
<b>2 завтрак</b>																			
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,6	3	4,28	54,52	22	0,04	0,17	0,7	0,03	0,1	120	14	90	146	0,009	0,002	0,02
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,60</b>	<b>3,00</b>	<b>4,28</b>	<b>54,52</b>	<b>22,000</b>	<b>0,040</b>	<b>0,170</b>	<b>0,700</b>	<b>0,030</b>	<b>0,100</b>	<b>120,000</b>	<b>14,000</b>	<b>90,000</b>	<b>146,000</b>	<b>0,009</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>
<b>Обед</b>																			
54/ТТК	Салат "Сытный"	40	1,41	2,96	1,46	38,12	14,610	0,014	0,044	1,864	0,198	0,345	11,413	4,990	25,630	62,600	0,002	0,002	0,007
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3,14	3,19	10,70	83,95	84,510	0,057	0,051	4,448	0,027	0,668	21,480	16,640	57,245	285,943	0,003	0,001	0,131
65/417	Котлеты, биточки, шницели куриные	60	6,00	6,86	5,67	126,42	23,472	0,042	0,076	0,435	0,057	0,624	25,098	10,562	81,041	114,930	0,003	0,001	0,055
21/421 (17/423)	Рис отварной с овощами/поре из гороха с маслом	110	2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80	80,000	0,048	0,048	16,000	0,000	1,120	11,200	19,200	51,200	384,000	0,000	0,000	0,000
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,000	0,036	0,012	0,000	0,000	1,160	7,200	8,000	36,800	57,200	0,002	0,002	0,014
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>16,78</b>	<b>17,04</b>	<b>64,92</b>	<b>501,28</b>	<b>437,49</b>	<b>0,23</b>	<b>0,26</b>	<b>23,97</b>	<b>0,35</b>	<b>4,44</b>	<b>95,21</b>	<b>83,70</b>	<b>310,72</b>	<b>996,43</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,41</b>
<b>Полдник2</b>																			
33/538	Напиток из шиповника	180	0,24	0,11	7,901	34,514	0,081	0,008	0,02	97,5	0	0,21	13,679	3,105	1,206	0,125	0	0	0,193
102/622,623,56 2	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)	50	3,23	3,58	21,74	132,09	18,908	0,040	0,045	0,728	0,137	0,688	21,205	6,619	37,581	84,687	0,002	0,003	0,005
	<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>3,47</b>	<b>3,69</b>	<b>29,64</b>	<b>166,60</b>	<b>18,989</b>	<b>0,048</b>	<b>0,065</b>	<b>98,228</b>	<b>0,137</b>	<b>0,898</b>	<b>34,884</b>	<b>9,724</b>	<b>38,787</b>	<b>84,812</b>	<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,198</b>
<b>Ужин</b>																			
66/377	Голубцы ленивые	150	16,00	14,00	20,00	270,00	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0,75	4,13	1,66	46,85	19,560	0,007	0,022	0,040	0,034	0,059	19,840	2,138	14,579	25,667	0,002	0,000	0,004
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,000	0,022	0,001	0,000	0,000	0,220	4,000	2,800	13,000	18,600	0,001	0,001	0,003
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10	9,500	0,057	0,029	36,100	0,000	0,095	33,250	10,450	16,150	147,250	0,000	0,000	0,143
	<b>Итого</b>	<b>470</b>	<b>19,20</b>	<b>18,52</b>	<b>43,20</b>	<b>419,28</b>	<b>67,58</b>	<b>0,18</b>	<b>0,24</b>	<b>42,78</b>	<b>0,40</b>	<b>3,99</b>	<b>127,38</b>	<b>57,25</b>	<b>255,10</b>	<b>700,51</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,45</b>
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	11,04	0,66	2,25	0,27	0,12	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13,200	4,350	0,000	0,000	0,000	0,000	0,312
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>А</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Д</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>K</b>	<b>J</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
	<b>Итого за день</b>		52,32	54,33	180,43	1444,85	611,76	0,61	0,86	166,02	1,17	10,63	562,58	194,29	847,94	2117,15	0,16	0,03	1,51
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	450,000	0,800	0,900	45,000	10,000	10,000	800,000	80,000	700,000	400,000	0,007	0,015	1,400
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		124,57	115,60	88,88	103,20	135,946	76,125	95,889	368,929	11,690	106,260	70,322	242,856	121,134	529,289	2328,571	193,333	107,929