000 "FPOCC"

## Примерное цикличное меню для организации питания воспитанников дошкольного возраста (3-7 лет) в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Рацион: Сад 3-7 лет	ных оощеооразов Возрастная Категория:			,		_
День 1						
день і						
Завтрак 1		Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Каша Вязкая на Молоке "Геркулес" (150)	из хлопьев овсяных	150	7,65	9,69	26,83	211,92
Какао с Молоком		200	3,42	3,66	14,82	106,65
Хлеб пшеничный витам обогащенный витаминно (30 гр.)	инизированный о-минеральным комплексом	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи			13,14	13,65	52,54	383,07
Завтрак 2		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Яблоки Свежие		120	0,48	0,48	11,88	56,4
Сок Апельсиновый Обог производства)	ащенный (промышленного	200	1,4	0,2	28,4	108
Итого за прием пищи			1,88	0,68	40,28	164,4
Обед		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Помидоров и С	• •	75	0,44	10,99	2,3	97,43
Щи Зеленые (мясо отде	,	230/20	10,52	8,18	11,29	158,22
	аровые в Соусе Молочном	50	7,60	3,92	4,95	86,14
Пюре Картофельное		100	2,12	4,94	12,69	103,33
Компот из свежих плодо		200	0,36	0,21	16,39	71,58
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминно комплексом(30)		30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи			24,6	28,54	61,42	599
Полдник		Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Блины с Джемом		125/25	9,98	14,34	62,74	401,96
Кисель Вишневый.+		200	0,27	0,06	21,02	87,57
Итого за прием пищи			10,25	14,4	83,76	489,53
Ужин		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Биточки Рыбные из фил	е Трески	50	6,78	4,07	7,35	94,25
Макаронные Изделия О	тварные	150	5,8	4,4	36,68	188,31
Чай с Джемом		200	0,22	0,04	13,65	54,66
Итого за прием пищи			12,8	8,51	57,68	337,22
Итого за день			62,67	65,27	295,68	1973,22
День 2						
Завтрак 1		Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Каша Пшенная вязкая н	а Молоке	150/5	7,9	9,3	36,12	233,36
Напиток Кофейный на М	<b>1</b> олоке (200)	200	4,01	4,35	15,2	114,94
Хлеб пшеничный витамі обогащенный витаминно (30 гр.)	инизированный о-минеральным комплексом	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи			13,98	13,95	62,21	412,8
					1.,	2/
Завтрак 2		Выход,	Б	Ж	У	Эн/ц
Завтрак 2 Апельсин Свежий		<b>Выход,</b> 120	<b>5</b> 1,08	<b>ж</b>	9,62	<b>Эн/ц</b> 49,2
•	(промышленного					-

Обед	Выход,	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат Витаминный	75	0,85	3,28	5,1	40,03
Суп из Овощей с Фасолью	250	3,37	4,51	12,1	99,68
Биточки Рубленые из Птицы Паровые	50/15	8,26	10,74	5,33	145,97
Кабачки Тушенные в Сметане	100	1,04	4,22	7,78	72,07
Компот из свежих плодов, Вишневый	200	0,48	0,12	16,9	73,68
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		17,6	23,17	61,01	513,78
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Запеканка Рисовая с Абрикосовым Соусом	125/25	3,05	3,26	43,64	177,72
Биойогурт Питьевой	200	10	6,4	7,6	122
Итого за прием пищи		13,05	9,66	51,24	299,72
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Гуляш из мяса отварного	50	10,81	11,61	2,27	142,63
Капуста Цветная Отварная с Маслом Сливочным	150	4	6,66	6,4	100,62
Чай с Лимоном	200	0,2	0,04	9,14	39,34
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		17,08 63,19	18,61 65,63	28,7 238,78	347,09 1738,5
День 3					
	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Завтрак 1	,			-	•
Каша Рисовая вязкая на Молоке	150/5	4,5	6,83	28,53	178,37
Молоко Пастеризованное	200	5,8	6,4	10,4	120
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		12,37	13,53	49,82	362,87
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Груши Свежие	120	0,48	0,36	12,24	56,4
Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)	200	0,4	2,00	26	116
Итого за прием пищи		0,88	0,36	38,24	172,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Огурцов Свежих	75	0,52	10,97	2,06	96,19
Борщ с Мелкошинкованными Овощами на Бульоне Мясном (мясо отдельно)		25,29	9,66	6,85	214,08
Блины с Картофелем и Луком	140/60	9,1	9,53	57,39	338,28
Компот из свежих плодов, Грушевый	200	0,24	0,18	16,78	71,28
Итого за прием пищи		35,15	30,34	83,08	719,83
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Запеканка Манная	140	4,76	7,24	28,39	187,27
Кисель Черносмородиновый	200	0,25	0,1	19,45	81,81
Итого за прием пищи		5,01	7,34	47,84	269,08
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Перец, Фаршированный Овощами	180	3,77	9,14	22,15	170,04
Чай с Медом	200	0,3	0,04	14,81	61,86
тал с модом Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом	30	2,07	0,04	10,89	64,5

Итого за прием пищи Итого за день		6,14 59,55	9,48 61,05	47,85 266,83	296,4 1820,58
День 4					
Завтрак 1	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Каша Гречневая вязкая на Молоке	150	7,96	8,5	29,63	220,14
Чай с Вареньем	200	0,2	0,04	14,45	55,06
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплекс (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		10,23	8,84	54,97	339,7
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Бананы Свежие	120	1,8	0,6	24	110,4
Сок Яблочный Осветленный (промышленного производства)	200	1	0,2	18,8	92
Итого за прием пищи		2,8	0,8	42,8	202,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Помидоров свежих	75	0,4	10,99	2	96,38
Суп-пюре из Разных Овощей	250	3,86	8,03	14,34	140,23
Котлеты рубленые из Мяса Индейки	50/15	9,05	12,66	8,89	171,19
Пюре Картофельное	100	2,12	4,94	12,69	103,33
Компот из свежих плодов, Сливовый	200	0,48	0,18	16,18	71,88
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		19,51	37,1	67,9	665,36
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Пудинг из Творога запеченый	140/30	20,1	16,3	30,99	400,74
Отвар из шиповника	200	0,32	0,14	4,08	19,8
Итого за прием пищи		20,42	16,44	35,07	420,54
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Плов из Риса с Курагой	180	4,31	6,49	50,95	257,98
Чай с Молоком	200	1,59	1,64	7,09	49,01
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплекс (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		7,97 60,93	8,43 71,61	68,93 269,67	371,49 1999,49
День 5					
Завтрак 1	Выход,	Б	Ж	У	Эн/ц
Запеканка Морковная с Творогом	125/25	11,69	12,67	22,63	266,46
Какао с Молоком	200	3,42	3,66	14,82	106,65
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплекс (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		17,18	16,63	48,34	437,61
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Киви Свежие	80	0,64	0,32	6,24	37,6
Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)	200			23,2	74
Итого за прием пищи		0,64	0,32	29,44	111,6
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Моркови с Яблоками (75)	75	1,01	2,36	7,06	43,02

Суп-пюре из Брокколи со сметаной	250	2,81	4,45	13,57	96,59
Биточки Рыбные из филе Трески	50	6,78	4,07	7,35	94,25
Рагу из Овощей (100)	100	2,48	7,09	9,85	108,85
Компот из Смеси Сухофруктов	200	2,42	0,5	46,31	165,84
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		19,1	18,77	97,94	590,9
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Сырники из Творога со Сметанным Соусом	150/30	22,93	19,85	33,71	464,43
Кисель из Брусники	200	0,18	0,12	19,57	81,81
Итого за прием пищи		23,11	19,97	53,28	546,24
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Птица тушеная (курица)	50	7,51	7,79	2,64	104,56
Каша Рисовая рассыпчатая	150	3,6	6,7	37,69	203,62
Чай с Сахаром	200	0,14	0,04	8,93	36,96
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		13,32 73,35	14,83 70,52	60,15 289,15	409,64 2095,99
День 6					
Завтрак 1	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Каша Овсяная вязкая на молоке	150	8,2	9,94	28,37	218,91
Напиток Кофейный на Молоке (200)	200	4,01	4,35	15,2	114,94
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		14,28	14,59	54,46	398,35
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Яблоки Свежие	120	0,48	0,48	11,88	56,4
Сок Апельсиновый Обогащенный (промышленного производства)	200	1,4	0,2	28,4	108
Итого за прием пищи		1,88	0,68	40,28	164,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Свеклы отварной с Сыром	75	2,59	3,7	5,76	58,1
Суп Картофельный с Лапшой и Мясом Курицы	230/20	16,61	14,31	18,23	257,58
Макаронны отварные с Бефстрогановым	140/60	16,1	10,86	37,9	291,51
Компот из свежих плодов Яблок и Слив	200	0,36	0,21	16,39	71,58
Итого за прием пищи		35,66	29,08	78,28	678,77
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Каша Пшенная вязкая на Молоке	150/5	7,9	9,3	36,12	233,36
Кисель Вишневый.+	200	0,27	0,06	21,02	87,57
Итого за прием пищи		8,17	9,36	57,14	320,93
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Голубцы с Мясом и Рисом тушеные	180	21,61	18,61	16,03	306,25
Чай с Джемом Удоб диоличный витемического полиций	200	0,22	0,04	13,65	54,66
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,07	0,3	10,89	64,5
обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)					

Завтрак 1	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Омлет с Яблоками запеченный	120	10,19	14,33	5,68	186,84
Молоко Пастеризованное	200	5,8	6,4	10,4	120
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		18,06	21,03	26,97	371,34
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Апельсин Свежий	120	1,08	0,24	9,62	49,2
Сок Яблочно-Грушевый (промышленного производства)	200	0,4	0,24	26	116
Итого за прием пищи		1,48	0,24	35,62	165,2
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат Зеленый с Огурцами	75	0.75	10.27	1,69	90,86
Рассольник Ленинградский (мясо отдельно)	230/20	25,89	11,89	18,31	282,22
Фрикадельки Мясные Паровые в Соусе Молочном	50	7,6	3,92	4,95	86,14
Пюре Картофельное	100	2,12	4,94	12,69	103,33
Компот из свежих плодов, Вишневый	200	0,48	0,12	16,9	73,68
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		40,44	31,44	68,34	718,58
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Яблоки, запеченные с Творогом	140	6,5	6,26	43,64	274,9
Кисель из Клюквы	200	0,13	0,05	18,7	77,97
Итого за прием пищи		6,63	6,31	62,34	352,87
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Перец, Фаршированный Овощами	180	3,77	9,14	22,15	170,04
Чай с Лимоном	200	0,2	0,04	9,14	39,34
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		6,04 72,65	9,48 68,5	42,18 235,45	273,88 1881,8
День 8					
_	Di IVOR	Б	ж	у	Эн/ц
			/IX	,	-
Saempak i	Выход,	20.4	46.0	20.00	
Пудинг из Творога запеченый	140/30	20,1	16,3	30,99	
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом		20,1 0,2 2,07	16,3 0,04 0,3	30,99 14,45 10,89	
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	140/30	0,2	0,04	14,45	55,06
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.) Итого за прием пищи	140/30	0,2 2,07	0,04	14,45 10,89	55,06 64,5
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.) Итого за прием пищи Завтрак 2	140/30 200 30 Выход,	0,2 2,07 22,37	0,04 0,3 16,64	14,45 10,89 56,33	55,06 64,5 520,3 Эн/ц
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Груши Свежие Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)	140/30 200 30	0,2 2,07 22,37 <b>5</b> 0,48 0,4	0,04 0,3 16,64 <b>Ж</b>	14,45 10,89 56,33 <b>y</b> 12,24 26	55,06 64,5 520,3 <b>Эн/ц</b> 56,4 116
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Груши Свежие Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)	140/30 200 30 Выход,	0,2 2,07 22,37 <b>5</b> 0,48	0,04 0,3 16,64	14,45 10,89 56,33 <b>y</b> 12,24	55,06 64,5 520,3 <b>Эн/ц</b> 56,4
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Груши Свежие Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед	140/30 200 30 Выход, 120 200	0,2 2,07 22,37 <b>Б</b> 0,48 0,4 0,88	0,04 0,3 16,64 <b>Ж</b> 0,36	14,45 10,89 56,33 <b>y</b> 12,24 26 38,24 <b>y</b>	55,06 64,5 520,3 <b>Эн/ц</b> 56,4 116 172,4 <b>Эн/ц</b>
Пудинг из Творога запеченый Пудинг из Творога запеченый Пудинг из Творога запеченый Пудинг из Творога запеченый Клеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Груши Свежие Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат Сезонный	140/30 200 30 Выход, 120 200 Выход, 75	0,2 2,07 22,37 <b>Б</b> 0,48 0,4 0,88 <b>Б</b>	0,04 0,3 16,64 <b>Ж</b> 0,36 <b>Ж</b> 7,43	14,45 10,89 56,33 <b>y</b> 12,24 26 38,24 <b>y</b> 5,5	55,06 64,5 520,3 <b>Эн/ц</b> 56,4 116 172,4 <b>Эн/ц</b> 85,49
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Груши Свежие Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат Сезонный Суп Картофельный с Фрикадельками Мясными	140/30 200 30 Выход, 120 200 Выход, 75 220/30	0,2 2,07 22,37 <b>5</b> 0,48 0,4 0,88 <b>5</b> 1,02 8,76	0,04 0,3 16,64 <b>Ж</b> 0,36 <b>Ж</b> 7,43 4,47	14,45 10,89 56,33 <b>y</b> 12,24 26 38,24 <b>y</b> 5,5 14,66	55,06 64,5 520,3 <b>Эн/ц</b> 56,4 116 172,4 <b>Эн/ц</b> 85,49 134,27
Пудинг из Творога запеченый Чай с Вареньем Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Груши Свежие Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)  Итого за прием пищи	140/30 200 30 Выход, 120 200 Выход, 75	0,2 2,07 22,37 <b>Б</b> 0,48 0,4 0,88 <b>Б</b>	0,04 0,3 16,64 <b>Ж</b> 0,36 <b>Ж</b> 7,43	14,45 10,89 56,33 <b>y</b> 12,24 26 38,24 <b>y</b> 5,5	520,3 <b>Эн/ц</b> 56,4 116 172,4

Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		31,08	32,72	59,62	649,53
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Каша Рисовая Вязкая с Тыквой	150/5	3,86	5,71	30,3	173,76
Биойогурт Питьевой	200	10	6,4	7,6	122
Итого за прием пищи		13,86	12,11	37,9	295,76
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Гуляш из мяса отварного	50	10,81	11,61	2,27	142,63
Каша Гречневая рассыпчатая	150	8,96	9,24	37,04	256,97
Чай с Медом	200	0,3	0,04	14,81	61,86
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексо (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		22.14	21,19	65,01	525,96
Итого за день		90,33	83,02	257,1	2163,95
День 9					
	_	_		.,	
Завтрак 1	Выход,	Б	Ж	У	Эн/ц
Омлет с Сыром запеченный	120	14,56	20,68	2,68	244,36
Какао с Молоком	200	3,42	3,66	14,82	106,65
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексо (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		20,05	24,64	28,39	415,51
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Бананы Свежие	120	1,8	0,6	24	110,4
Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)	200			23,2	74
Итого за прием пищи		1,8	0,6	47,2	184,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат Картофельный с Кальмарами	75	3,99	3,94	6,43	65,06
Суп из Овощей с Мясом Отварным	230/20	8,85	6,66	10,7	136,13
Биточки Рыбные из филе Трески	50	6,78	4,07	7,35	94,25
Рагу из Овощей (100)	100	2,48	7,09	9,85	108,85
Компот из свежих плодов, Сливовый	200	0,48	0,18	16,18	71,88
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		26,18	22,24	64,31	558,52
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Запеканка Морковная с Творогом	125/25	11,69	12,67	22,63	266,46
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	200	0,32	0,14	4,08	19,8
Отвар из шиповника					286,26
Отвар из шиповника Итого за прием пищи		12,01	12,81	26,71	200,20
•	Выход,	12,01 Б	12,81 Ж	26,71 <b>y</b>	Эн/ц
Итого за прием пищи	<b>Выход,</b> 150/30	Б	ж	у	Эн/ц
Итого за прием пищи Ужин	150/30	<b>Б</b> 17,12	<b>ж</b> 17,04	<b>y</b> 19,45	<b>Эн/ц</b> 338,22
<b>Ужин</b> Суфле Творожное паровое	150/30 200 30	Б	ж	у	Эн/ц
Итого за прием пищи  Ужин  Суфле Творожное паровое  Чай с Молоком  Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексо	150/30 200 30	<b>Б</b> 17,12 1,59	<b>Ж</b> 17,04 1,64	<b>y</b> 19,45 7,09	<b>Эн/ц</b> 338,22 49,01

Raomnay 1	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Завтрак 1 Каша Пшенная вязкая на Молоке	150/5	7,9	9,3	36,12	233.36
Напиток Кофейный на Молоке (200)	200	4,01	4,35	15,2	114,94
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,07	0,3	10,89	64,5
обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)		2,07	0,5	10,09	04,5
Итого за прием пищи		13,98	13,95	62,21	412,8
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Киви Свежие	80	0,64	0,32	6,24	37,6
Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)	200	0,2	0,2	23,2	96
Итого за прием пищи		0,84	0,52	29,44	133,6
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Сырых Овощей	75	0,79	7,36	3,08	72,82
Суп-пюре из Разных Овощей	250	3,86	8,03	14,34	140,23
Котлеты Куриные рубленые, запеченные с соусом молочным	50/15	5,6	9,36	5,48	124,33
Макаронные Изделия Отварные	150	5,8	4,4	36,68	188,31
Компот из Смеси Сухофруктов	200	2,42	0,5	46,31	165,84
Итого за прием пищи		18,47	29,65	105,89	691,53
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Суфле из Кабачков Паровое	120	3,67	5,94	14,99	123
Кисель из Брусники	200	0,18	0,12	19,57	81,81
Итого за прием пищи	200	3,85	6,06	34,56	204,81
, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		3,03	0,00	34,30	204,01
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Сырники из Творога со Сметанным Соусом	150/30	22,93	19,85	33,71	464,43
Чай с Сахаром	200	0,14	0,04	8,93	36,96
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		25,14 62,28	20,19 70,37	53,53 285,63	565,89 2008,63
День 11					
2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Завтрак 1 Каша Рисовая вязкая на Молоке	150/5	4,5		28,53	178,37
Молоко Пастеризованное	200	5,8	6,83 6,4	10,4	120
Молоко Пастеризованное  Хлеб пшеничный витаминизированный  обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		12,37	13,53	49,82	362,87
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Яблоки Свежие	120	0,48	0,48	11,88	56,4
Сок Апельсиновый Обогащенный (промышленного производства)	200	1,4	0,2	28,4	108
Итого за прием пищи		1,88	0,68	40,28	164,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Винегрет Овощной	75	0,83	7,41	5,27	83,54
Щи Зеленые (мясо отдельно)	230/20	10,52	8,18	11,29	158,22
Зразы Картофельные, Фаршированные Овощами, с		6,4	8,85	26,61	206,27
Маслом Растительным					
Компот из свежих плодов Яблок и Слив	200	0,36	0,21	16,39	71,58

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминно комплексом(30)		30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи			21,71	24,95	73,36	601,96
Полдник		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Запеканка Творожная с	Морковью	120/20	12,37	13,88	17,88	271,06
Кисель Вишневый.+		200	0,27	0,06	21,02	87,57
Итого за прием пищи			12,64	13,94	38,9	358,63
Ужин		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Жаркое по-Домашнему		180	26,12	15,15	22,48	330,25
Чай с Джемом		200	0,22	0,04	13,65	54,66
Хлеб пшеничный витами обогащенный витаминно (30 гр.)	инизированный о-минеральным комплексом	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день			28,41 77,01	15,49 68,59	47,02 249,38	449,41 1937,27
День 12						
Завтрак 1		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Каша Вязкая на Молоке "Геркулес" (150)	из хлопьев овсяных	150	7,65	9,69	26,83	211,92
Чай с Вареньем		200	0,2	0,04	14,45	55,06
Хлеб пшеничный витами обогащенный витаминно (30 гр.)	инизированный о-минеральным комплексом	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи			9,92	10,03	52,17	331,48
Завтрак 2		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Апельсин Свежий		120	1,08	0,24	9,62	49,2
Сок Яблочно-Грушевый производства)	(промышленного	200	0,4		26	116
Итого за прием пищи			1,48	0,24	35,62	165,2
Обед		Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Салат Витаминный		75	0,85	3,28	5,1	40,03
Суп-пюре из Брокколи с	о сметаной	250	2,81	4,45	13,57	96,59
Гуляш из мяса отварног		50	10,81	11,61	2,27	142,63
Пюре Картофельное		100	2,12	4,94	12,69	103,33
Компот из свежих плодо	в, Вишневый	200	0,48	0,12	16,9	73,68
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминно комплексом(30)		30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи			20,67	24,7	64,33	538,61
Полдник		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Каша Гречневая вязкая	на Молоке	150	7,96	8,5	29,63	220,14
Кисель из Клюквы		200	0,13	0,05	18,7	77,97
Итого за прием пищи			8,09	8,55	48,33	298,11
Ужин		Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Азу из Мяса Отварного		50	8,48	4,97	3,06	87,92
Каша Рисовая рассыпча	тая	150	3,6	6,7	37,69	203,62
Чай с Лимоном		200	0,2	0,04	9,14	39,34
Хлеб пшеничный витами обогащенный витаминно (30 гр.)	инизированный о-минеральным комплексом	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи			14,35	12,01	60,78	395,38
Итого за день			54,51	55,53	261,23	1728,78

День 13					
Завтрак 1	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Омлет с Яблоками запеченный	120	10,19	14,33	5,68	186,84
Какао с Молоком	200	3,42	3,66	14,82	106,65
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		15,68	18,29	31,39	357,99
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Груши Свежие	120	0,48	0,36	12,24	56,4
Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)	200			23,2	74
Итого за прием пищи		0,48	0,36	35,44	130,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Огурцов Свежих	75	0,52	10,97	2,06	96,19
Борщ с Мелкошинкованными Овощами на Бульоне Мясном (мясо отдельно)	230/20	25,29	9,66	6,85	214,08
Макаронны отварные с Бефстрогановым	140/60	16,1	10,86	37,9	291,51
Компот из свежих плодов, Грушевый	200	0,24	0,18	16,78	71,28
Итого за прием пищи		42,15	31,67	63,59	673,06
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Блины с Джемом	125/25	9,98	14,34	62,74	401,96
Кисель Черносмородиновый	200	0,25	0,1	19,45	81,81
Итого за прием пищи		10,23	14,44	82,19	483,77
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Фрикадельки Мясные Паровые в Соусе Молочном	50	7,6	3,92	4,95	86,14
Рагу из Овощей (150)	150	3,74	10,7	14,82	164,1
Чай с Медом	200	0,3	0,04	14,81	61,86
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		13,71 82,25	14,96 79,72	45,47 258,08	376,6 2021,82
День 14					
,	_	_	316	.,	
Завтрак 1	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Каша Рисовая Вязкая с Тыквой	150/5	3,86	5,71	30,3	173,76
Отвар из шиповника Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом	30	0,32 2,07	0,14	4,08 10,89	19,8 64,5
(30 гр.) Итого за прием пищи		6,25	6,15	45,27	258,06
	D			V	
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Бананы Свежие	120	1,8	0,6	24	110,4
Сок Яблочный Осветленный (промышленного производства)	200	1	0,2	18,8	92
Итого за прием пищи		2,8	0,8	42,8	202,4
Обед	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Салат из Помидоров свежих	75	0,4	10,99	2	96,38
Суп из Овощей с Фасолью	250	3,37	4,51	12,1	99,68
Биточки Рыбные из филе Трески	50	6,78	4,07	7,35	94,25
Капуста Цветная Отварная с Маслом Сливочным	150	4	6,66	6,4	100,62
Компот из свежих плодов, Сливовый	200		0,18		71,88

Запеканка Рисовая с Абрикосовым Соусом Биойогурт Питьевой Итого за прием пищи  Ужин Суфле Творожное паровое Чай с Молоком Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	30 Выход, 125/25 200 3ыход, 150/30 200 30 30 30 30 30 30 30	3,6  18,63 <b>B</b> 3,05 10 13,05 <b>B</b> 17,12 1,59 2,07  20,78 61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>B</b> 0,64 0,2	0,3  26,71 <b>Ж</b> 3,26 6,4 9,66 <b>Ж</b> 17,04 1,64 0,3  18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3  23 <b>Ж</b> 0,32 0,2	13,8 57,83  y 43,64 7,6 51,24  y 19,45 7,09 10,89 37,43 234,57  y 30,99 10,4 10,89 52,28  y 6,24	82,35  545,16 <b>3h/u</b> 177,72 122 299,72 <b>3h/u</b> 338,22 49,01 64,5  451,73 1757,07 <b>3h/u</b> 400,74 120 64,5  585,24 <b>3h/u</b> 37,6
Полдник Запеканка Рисовая с Абрикосовым Соусом Биойогурт Питьевой Итого за прием пищи  Ужин Суфле Творожное паровое Чай с Молоком Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	125/25 200 Выход, 150/30 200 30 Выход, 140/30 200 30	5 3,05 10 13,05  5 17,12 1,59 2,07  20,78 61,51  6 20,1 5,8 2,07  27,97  6 0,64	ж 3,26 6,4 9,66 ж 17,04 1,64 0,3 18,98 62,3 ж 16,3 6,4 0,3 23 ж	y 43,64 7,6 51,24  y 19,45 7,09 10,89  37,43 234,57  y 30,99 10,4 10,89  52,28  y 6,24	3H/ц 177,72 122 299,72 3H/ц 338,22 49,01 64,5 451,73 1757,07  3H/ц 400,74 120 64,5 585,24  3H/ц 37,6
Запеканка Рисовая с Абрикосовым Соусом Биойогурт Питьевой Итого за прием пищи  Ужин  Суфле Творожное паровое Чай с Молоком Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминио-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1  Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминио-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи  Итого за прием пищи  Итого за прием пищи  Обед Обед Обеси Сухофруктов  Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	125/25 200 Выход, 150/30 200 30 Выход, 140/30 200 30	3,05 10 13,05 <b>B</b> 17,12 1,59 2,07  20,78 61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>B</b> 0,64	3,26 6,4 9,66 <b>Ж</b> 17,04 1,64 0,3  18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3 <b>X</b> 23 <b>X</b> 0,32	43,64 7,6 51,24 <b>y</b> 19,45 7,09 10,89 37,43 234,57 <b>y</b> 30,99 10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	177,72 122 299,72 338,22 49,01 64,5 451,73 1757,07 <b>Эн/ц</b> 400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Запеканка Рисовая с Абрикосовым Соусом Биойогурт Питьевой Итого за прием пищи  Ужин  Суфле Творожное паровое Чай с Молоком Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминио-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи  Обед ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	125/25 200 Выход, 150/30 200 30 Выход, 140/30 200 30	3,05 10 13,05 <b>B</b> 17,12 1,59 2,07  20,78 61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>B</b> 0,64	3,26 6,4 9,66 <b>Ж</b> 17,04 1,64 0,3  18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3 <b>X</b> 23 <b>X</b> 0,32	7,6 51,24 y 19,45 7,09 10,89 37,43 234,57 y 30,99 10,4 10,89 52,28 y 6,24	177,72 122 299,72 338,22 49,01 64,5 451,73 1757,07 <b>Эн/ц</b> 400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Биойогурт Питьевой  Итого за прием пищи  Ужин  Суфле Творожное паровое  Чай с Молоком  Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1  Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное  Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным  Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	200 Выход, 150/30 200 30 Зыход, 140/30 200 30	10 13,05 <b>B</b> 17,12 1,59 2,07 20,78 61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07 27,97 <b>B</b>	6,4 9,66 <b>Ж</b> 17,04 1,64 0,3 18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3	7,6 51,24 y 19,45 7,09 10,89 37,43 234,57 y 30,99 10,4 10,89 52,28 y 6,24	122 299,72 338,22 49,01 64,5 451,73 1757,07 3H/ц 400,74 120 64,5 585,24 9H/ц 37,6
Ужин Суфле Творожное паровое Чай с Молоком Хлеб пшеничный витаминио-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи  Итого за прием пищи	Выход, 150/30 200 30 30 Выход, 140/30 200 30	13,05 <b>B</b> 17,12 1,59 2,07  20,78 61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>B</b> 0,64	9,66 <b>Ж</b> 17,04 1,64 0,3 18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3 <b>23 Ж</b> 0,32	51,24 y 19,45 7,09 10,89 37,43 234,57  y 30,99 10,4 10,89 52,28 y 6,24	299,72  318,22 49,01 64,5  451,73 1757,07  3H/ц 400,74 120 64,5  585,24  3H/ц 37,6
Ужин Суфле Творожное паровое Чай с Молоком Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	150/30 200 30 30 30 30 30 30 30 30 30	<b>B</b> 17,12 1,59 2,07  20,78 61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>B</b> 0,64	ж 17,04 1,64 0,3 18,98 62,3 ж 16,3 6,4 0,3	y 19,45 7,09 10,89 37,43 234,57 y 30,99 10,4 10,89 52,28 y	Эн/ц 338,22 49,01 64,5 451,73 1757,07  Эн/ц 400,74 120 64,5 585,24  Эн/ц 37,6
Суфле Творожное паровое  Чай с Молоком  Хлеб пшеничный витаминио-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1  Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное  Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	150/30 200 30 30 30 30 30 30 30 30 30	17,12 1,59 2,07 20,78 61,51 <b>E</b> 20,1 5,8 2,07 27,97 <b>E</b> 0,64	17,04 1,64 0,3 18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3 <b>X</b>	19,45 7,09 10,89 37,43 234,57 <b>y</b> 30,99 10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	338,22 49,01 64,5 451,73 1757,07 <b>Эн/ц</b> 400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Чай с Молоком  Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	30 30 30 30 3ыход, 140/30 200 30 30	1,59 2,07  20,78 61,51 <b>6</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>6</b> 0,64	1,64 0,3 18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3 <b>Ж</b>	7,09 10,89 37,43 234,57 <b>y</b> 30,99 10,4 10,89 <b>5</b> 2,28 <b>y</b> 6,24	49,01 64,5 451,73 1757,07 <b>Эн/ц</b> 400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	Зыход, 140/30 200 30 Зыход,	2,07 20,78 61,51 <b>6</b> 20,1 5,8 2,07 27,97 <b>6</b> 0,64	0,3  18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3  23 <b>Ж</b>	37,43 234,57 y 30,99 10,4 10,89  52,28  y 6,24	64,5 451,73 1757,07  3H/ц 400,74 120 64,5 585,24  3H/ц 37,6
обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	Зыход, 140/30 200 30 Зыход,	20,78 61,51 <b>6</b> 20,1 5,8 2,07 27,97 <b>6</b> 0,64	18,98 62,3 <b>Ж</b> 16,3 6,4 0,3 <b>23 Ж</b>	37,43 234,57 <b>y</b> 30,99 10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	451,73 1757,07 <b>Эн/ц</b> 400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Итого за день  День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	140/30 200 30 30 Зыход,	61,51 <b>B</b> 20,1 5,8 2,07  27,97 <b>B</b> 0,64	ж 16,3 6,4 0,3 23 ж 0,32	234,57 y 30,99 10,4 10,89 52,28 y 6,24	1757,07  Эн/ц  400,74  120 64,5  585,24  Эн/ц  37,6
День 15  Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	140/30 200 30 30 Зыход,	<b>5</b> 20,1 5,8 2,07 27,97 <b>6</b> 0,64	ж 16,3 6,4 0,3 23 ж 0,32	y 30,99 10,4 10,89 52,28 y 6,24	Эн/ц 400,74 120 64,5 585,24 Эн/ц 37,6
Завтрак 1 Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	140/30 200 30 30 Зыход,	20,1 5,8 2,07 27,97 <b>Б</b>	16,3 6,4 0,3 23 <b>ж</b>	30,99 10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	140/30 200 30 30 Зыход,	20,1 5,8 2,07 27,97 <b>Б</b>	16,3 6,4 0,3 23 <b>ж</b>	30,99 10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Пудинг из Творога запеченый Молоко Пастеризованное Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2 Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	140/30 200 30 30 Зыход,	20,1 5,8 2,07 27,97 <b>Б</b>	16,3 6,4 0,3 23 <b>ж</b>	30,99 10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	400,74 120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Молоко Пастеризованное  Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным  Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	200 30 Выход,	5,8 2,07 27,97 <b>Б</b> 0,64	6,4 0,3 23 <b>ж</b>	10,4 10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	120 64,5 585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным  Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	30 <b>Зыход</b> , 80	2,07 27,97 <b>Б</b>	0,3 23 <b>Ж</b> 0,32	10,89 52,28 <b>y</b> 6,24	64,5 585,24 Эн/ц 37,6
обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)  Итого за прием пищи  Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным  Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	<b>Зыход,</b> 80	27,97 <b>Б</b>	23 Ж 0,32	52,28 <b>y</b> 6,24	585,24 <b>Эн/ц</b> 37,6
Завтрак 2  Киви Свежие  Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным  Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	80	<b>Б</b> 0,64	<b>ж</b>	<b>y</b> 6,24	<b>Эн/ц</b> 37,6
Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	80	0,64	0,32	6,24	37,6
Киви Свежие Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи				-	
(промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед  Салат из Моркови с Яблоками (75)  Суп из Овощей с Мясом Отварным  Биточки Рубленые из Птицы Паровые  Каша Гречневая рассыпчатая  Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	200			-	
Обед Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи			-,-	23,2	96
Салат из Моркови с Яблоками (75) Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи		0,84	0,52	29,44	133,6
Суп из Овощей с Мясом Отварным Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Биточки Рубленые из Птицы Паровые Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	75	1,01	2,36	7,06	43,02
Каша Гречневая рассыпчатая Компот из Смеси Сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	230/20	8,85	6,66	10,7	136,13
Компот из Смеси Сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	50/15	8,26	10,74	5,33	145,97
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	150	8,96	9,24	37,04	256,97
обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи	200	2,42	0,5	46,31	165,84
<u> </u>	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Поддици		33,1	29,8	120,24	830,28
LIGHURUK	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Омлет Натуральный, запеченный или сваренный на пару	120	12,5	16,45	2,55	200,88
Кисель из Брусники	200	0.10	0.12	19,57	81,81
<b>Итого за прием пищи</b>	200	0,18 12,68	0,12 16,57	19,57	282,69
иного за прием пищи		12,08	10,57	22,12	282,69
7 MUH	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
	140/60	9,1	9,53	57,39	338,28
Чай с Сахаром	200	0,14	0,04	8,93	36,96
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		44.04	9,87	77,21	439,74 2271,55
День 16		11,31 85,9	79,76	301,29	

Завтрак 1	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Каша Пшенная вязкая на Молоке	150/5	7,9	9,3	36,12	233,36
Чай с Вареньем	200	0,2	0,04	14,45	55,06
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексо (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		10,17	9,64	61,46	352,92
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Яблоки Свежие	120	0,48	0,48	11,88	56,4
Сок Апельсиновый Обогащенный (промышленного производства)		1,4	0,40	28,4	108
Итого за прием пищи		1,88	0,68	40,28	164,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Свеклы отварной с Сыром	75	2,59	3,7	5,76	58,1
Суп Картофельный с Лапшой и Мясом Курицы	230/20	16,61	14,31	18,23	257,58
Азу из Мяса Отварного	50	8,48	4,97	3,06	87,92
Пюре Картофельное	100	2,12	4,94	12,69	103,33
Компот из свежих плодов Яблок и Слив	200	0,36	0,21	16.39	71,58
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		33,76	28,43	69,93	660,86
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Блины с Джемом	125/25	9,98	14,34	62,74	401,96
Кисель Вишневый.+	200	0,27	0,06	21,02	87,57
Итого за прием пищи		10,25	14,4	83,76	489,53
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Рагу из Птицы (курицы) с Овощами	180	18,89	19,9	16,53	305,99
Чай с Джемом	200	0,22	0,04	13,65	54,66
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексо (30 гр.)	м 30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		21,18 77,24	20,24 73,39	41,07 296,5	425,15 2092,86
День 17					
Zaamnay 1	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
<b>Заєтрак 1</b> Каша Рисовая вязкая на Молоке	150/5	4,5	6,83	28,53	178,37
Какао с Молоком	200	3,42	3,66	14,82	176,37
хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексо (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		9,99	10,79	54,24	349,52
200mnou 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Saginpak Z	120	1,08	0,24	9,62	49,2
		.,,,,,	- ,	23,2	74
Завтрак 2 Апельсин Свежий Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)	200				
Апельсин Свежий Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)	200	1,08	0,24	32,82	123,2
Апельсин Свежий Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед	200 Выход,	1,08 Б	0,24 Ж	32,82 <b>y</b>	123,2 <b>Эн/ц</b>
Апельсин Свежий Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат Зеленый (пистья салата, огурец, зелень,			,		
Апельсин Свежий Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства)  Итого за прием пищи  Обед Салат Зеленый (листья салата, огурец, зелень, масло растительное) Рассольник Ленинградский (мясо отдельно)	Выход,	Б	ж	У	<b>Эн/ц</b> 90,86
Апельсин Свежий Напиток Витаминизированный Инстантный (промышленного производства) Итого за прием пищи	<b>Выход,</b> 75	<b>Б</b> 0,75	ж 10,27	<b>y</b> 1,69	Эн/ц

16					
Компот из свежих плодов, Вишневый	200	0,48	0,12	16,9	73,68
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		41,13	34,8	65,48	732,82
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Яблоки, запеченные с Творогом	140	6,5	6,26	43,64	274,9
Кисель из Клюквы	200	0,13	0,05	18,7	77,97
Итого за прием пищи		6,63	6,31	62,34	352,87
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Птица тушеная (курица)	50	7,51	7,79	2,64	104,56
Макаронные Изделия Отварные	150	5,8	4,4	36,68	188,31
Чай с Лимоном	200	0,2	0,04	9,14	39,34
Итого за прием пищи		13,51	12,23	48,46	332,21
Итого за день		72,34	64,37	263,34	1890,62
День 18					
	D. IVA	_	M	V	2/
Завтрак 1	Выход,	Б	Ж	У	Эн/ц
Омлет с Яблоками запеченный	120	10,19	14,33	5,68	186,84
Напиток Кофейный на Молоке (200)	200	4,01	4,35	15,2	114,94
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексог (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		16,27	18,98	31,77	366,28
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Груши Свежие	120	0,48	0,36	12,24	56,4
Сок Яблочно-Персиковый обогащенный (промышленного производства)	200	0,4	0,00	26	116
Итого за прием пищи		0,88	0,36	38,24	172,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Винегрет Овощной	75	0,83	7,41	5,27	83,54
Суп Картофельный с Фрикадельками Мясными	220/30	8,76	4,47	14,66	134,27
Жаркое по-Домашнему	180	26,12	15,15	22,48	330,25
Компот из свежих плодов, Грушевый	200	0,24	0,18	16,78	71,28
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	3,6	0,3	13,8	82,35
Итого за прием пищи		39,55	27,51	72,99	701,69
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Суфле Творожное паровое	150/30	17,12	17,04	19,45	338,22
Кисель Черносмородиновый	200	0,25	0,1	19,45	81,81
Итого за прием пищи		17,37	17,14	38,9	420,03
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Голубцы с Мясом и Рисом тушеные	180	21,61	18,61	16,03	306,25
Чай с Медом		0,3	0,04	14,81	61,86
	200		0,0 .	-	-
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексог (30 гр.)	200 30	2,07	0,3	10,89	64,5
	30		0,3 18,95 82,94	10,89 41,73 223,63	432,61 2093,01
обогащенный витаминно-минеральным комплексов (30 гр.)  Итого за прием пищи  Итого за день	30	2,07	18,95	41,73	432,61
обогащенный витаминно-минеральным комплексов (30 гр.)  Итого за прием пищи	30	2,07	18,95	41,73	432,61

Молоко Пастеризованное	200	5,8	6,4	10,4	120
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,07	0,3	10,89	64,5
обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)					
Итого за прием пищи		15,83	15,2	50,92	404,64
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Бананы Свежие	120	1,8	0,6	24	110,4
Сок Яблочный Осветленный (промышленного производства)	200	1	0,2	18,8	92
Итого за прием пищи		2,8	0,8	42,8	202,4
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат Картофельный с Кальмарами	75	3,99	3,94	6,43	65,06
Суп-пюре из Брокколи со сметаной	250		- '		
• • •		2,81	4,45	13,57	96,59
Макаронны отварные с Бефстрогановым	140/60	16,1	10,86	37,9	291,51
Компот из свежих плодов, Сливовый	200	0,48	0,18	16,18	71,88
Итого за прием пищи		23,38	19,43	74,08	525,04
Полдник	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Омлет с Сыром запеченный	120	14,56	20,68	2,68	244,36
Отвар из шиповника	200	0,32	0,14	4,08	19,8
Итого за прием пищи		14,88	20,82	6,76	264,16
Ужин	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Котлеты из Кабачков с Творогом	150/45	10,83	14,48	19,22	262,94
Чай с Молоком	200	1,59	1,64	7,09	49,01
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи Итого за день		14,49 71,38	16,42 72,67	37,2 211,76	376,45 1772,69
День 20					
Завтрак 1	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Пудинг из Творога запеченый	140/30	20,1	16,3	30,99	400,74
Чай с Вареньем	200	0,2	0,04	14,45	55,06
Хлеб пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом (30 гр.)	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи		22,37	16,64	56,33	520,3
Завтрак 2	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Киви Свежие	80	0,64	0,32	6,24	37,6
Сок Мультифруктовый Обогащенный ДП (промышленного производства)	200	0,2	0,2	23,2	96
Итого за прием пищи		0,84	0,52	29,44	133,6
Обед	Выход,	Б	ж	у	Эн/ц
Салат из Сырых Овощей	75	0,79	7,36	3,08	72,82
Суп-пюре из Разных Овощей	250	3,86	8,03	14,34	140,23
Фрикадельки Мясные Паровые в Соусе Молочном	50	7,6	3,92	4,95	86,14
Каша Гречневая рассыпчатая	150	8,96	9,24	37,04	256,97
Компот из Смеси Сухофруктов	200	2,42	0,5	46,31	165,84
nemier in emeen eynempymes	200	-		13,8	82,35
обогащенный витаминно-минеральным	30	3,6	0,3	10,0	
обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)	30	27,23	29,35	119,52	804,35
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный обогащенный витаминно-минеральным комплексом(30)  Итого за прием пищи  Полдник	30				804,35 <b>Э</b> н/ц

Кисель из Брусники		200	0,18	0,12	19,57	81,81
Итого за прием пищи			23,11	19,97	53,28	546,24
Ужин		Выход,	Б	ж	У	Эн/ц
Запеканка Картофельна	я с Мясом	160/30	15,37	18,14	23,2	296,93
Чай с Сахаром		200	0,14	0,04	8,93	36,96
Хлеб пшеничный витами обогащенный витаминно (30 гр.)	инизированный о-минеральным комплексом	30	2,07	0,3	10,89	64,5
Итого за прием пищи			17,58	18,48	43,02	398,39
Итого за день			91,13	84,96	301,59	2402,88
Итого за период			1476,08	1432,43	5220,76	39533,15
Среднее значение за п	ериод		73,8	71,62	261,04	1976,66
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			15	14	53	
Составил Администрато		,	твердил			