



Меню для возрастной группы сад 1,5-3 лет

1 день, 1 недели



| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность | Витамины |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       | № рецептур |        |        |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------|----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|------------|--------|--------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |                         | В1, мг   | С, мг | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Мг, мг | Р, мг  | Fe, мг | К, мг  | І, мг |            | F, мг  | Se, мг |
| <b>Завтрак</b>                        |              |                  |         |              |                         |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |            |        |        |
| Каша овсяная молочная с маслом        | 150          | 5                | 8       | 25           | 188                     | 0,20     | 0,95  | 31,20  | 0,10   | 0,15   | 112,30 | 42,40  | 154,30 | 0,22   | 45,30  | 0,0   | 0,01       | 0      | ТТК    |
| Кофейный напиток с молоком            | 150          | 1                | 2       | 16           | 83                      | 0,03     | 21,3  | 125,3  | 1,10   | 0,03   | 110,20 | 4      | 99,2   | 0,01   | 25,00  | 0     | 0          | 0,0027 | ТТК    |
| Батончик к чаю                        | 20           | 0,5              | 0,7     | 11           | 65                      | 0,07     | 0     | 0      | 0      | 0,05   | 7,8    | 10,1   | 26,2   | 0,2    | 10,2   | 0,02  | 0          | 0,001  | ТТК    |
| Масло сливочное порциями              | 10           | 0                | 6       | 0            | 67                      | 0,06     | 0,14  | 63,1   | 0,24   | 0,08   | 183,79 | 12,26  | 112,95 | 0,06   | 28,33  | 0,00  | 0,01       | 0,0    | ТТК    |
| Итого за завтрак                      | 330          | 6                | 16      | 52           | 403                     | 0,36     | 22,39 | 219,60 | 1,44   | 0,31   | 414,09 | 68,76  | 392,65 | 0,48   | 108,83 | 0,04  | 0,02       | 0,0    | ТТК    |
| <b>2 завтрак</b>                      |              |                  |         |              |                         |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |            |        |        |
| Фрукт                                 | 100          | 0                | 0       | 13           | 88                      | 0,02     | 7     | 0      | 1      | 0,02   | 14,0   | 8,0    | 14,0   | 5,30   | 140,0  | 0,0   | 1,60       | 0      | ТТК    |
| <b>Обед</b>                           |              |                  |         |              |                         |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |            |        |        |
| Суп картофельный с рыбными консервами | 160          | 4                | 6       | 14           | 122                     | 0,02     | 5,56  | 51,2   | 1,1    | 0,04   | 34,80  | 18,90  | 28,90  | 0,13   | 54,00  | 0,01  | 0,02       | 0,01   | ТТК    |
| Котлета мясная                        | 50           | 8                | 8       | 14           | 188                     | 0,10     | 0,85  | 94,2   | 0,17   | 0,15   | 94,45  | 23,65  | 77,50  | 1,50   | 35,30  | 0,02  | 0,06       | 0,00   | ТТК    |
| Рис отварной                          | 110          | 2                | 4       | 35           | 199                     | 0,09     | 0,02  | 17     | 0,06   | 0,23   | 21,60  | 9,33   | 60,1   | 0,02   | 0,98   | 0     | 0          | 0      | ТТК    |
| Соус крахмальный основной             | 20           | 1                | 3       | 16           | 53                      | 0,07     | 2     | 2      | 0,01   | 0,01   | 1,30   | 1,28   | 3,6    | 0,09   | 0,76   | 0     | 0          | 0      | ТТК    |
| Компот из яблок                       | 150          | 0,1              | 0       | 10           | 60                      | 0,03     | 4     | 0      | 0      | 0,04   | 16     | 9      | 15     | 0,0    | 50     | 0     | 0          | 0      | ТТК    |
| Хлеб ржаной                           | 30           | 2                | 0,5     | 8            | 60                      | 0,05     | 2     | 0      | 0      | 0,03   | 3,8    | 3,9    | 17,5   | 0,9    | 21,5   | 0,00  | 0          | 0      | ТТК    |
| Итого за Обед                         | 520          | 18               | 21      | 97           | 682                     | 0,4      | 14,4  | 164,4  | 1,3    | 0,5    | 172,0  | 66,1   | 202,6  | 2,6    | 162,5  | 0,0   | 0,1        | 0,0    | ТТК    |
| <b>Уплотненный полдник</b>            |              |                  |         |              |                         |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |            |        |        |
| Сыр порц                              | 10           | 2,3              | 3,8     | 2            | 67                      | 0        | 0,1   | 10,2   | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,02   | 25,1   | 0     | 0          | 0      | ТТК    |
| Омлет натуральный                     | 130          | 11               | 4,2     | 21           | 124                     | 0,05     | 0,07  | 50,2   | 5,1    | 0,00   | 175    | 27     | 53     | 0,0    | 52     | 0     | 0          | 0,001  | ТТК    |
| Чай с низким содержанием сахара       | 150          | 0                | 0       | 2            | 52                      | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0     | 0          | 0      | ТТК    |
| Батончик к чаю                        | 20           | 0,5              | 0,7     | 11           | 65                      | 0,07     | 0     | 0      | 0      | 0,05   | 7,8    | 10,1   | 26,2   | 0,2    | 10,2   | 0,02  | 0          | 0      | ТТК    |
| Итого за Полдник                      | 310          | 14               | 9       | 36           | 308                     | 0,12     | 0     | 60,40  | 5,10   | 0,1    | 193,10 | 45,90  | 95,7   | 0,23   | 102,40 | 0,02  | 0,00       | 0,0012 | ТТК    |
| Итого за день                         | 1260         | 37               | 46      | 198          | 1481                    | 0,8      | 44,1  | 444,4  | 8,9    | 0,9    | 793,1  | 180,7  | 704,9  | 8,7    | 513,8  | 0,087 | 1,7        | 0,017  | ТТК    |

2 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |           |              | Энергетическая ценность | Витамины    |              |              |             |             |              |              |               |             |               | Минеральные вещества |             |            |            |  |  |  |  | № рецеп-туры |
|--|--------------|------------------|-----------|--------------|-------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|----------------------|-------------|------------|------------|--|--|--|--|--------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г   | Углево-ды, г |                         | В1, мг      | С, мг        | А, мкг       | Д, мкг      | В2, мг      | Са, мг       | Мg, мг       | Р, мг         | Fe, мг      | К, мг         | І, мг                | F, мг       | Se, мг     |            |  |  |  |  |              |
| <b>Завтрак</b>                                 |              |                  |           |              |                         |             |              |              |             |             |              |              |               |             |               |                      |             |            |            |  |  |  |  |              |
| Ябло вареное                                   | 47           | 2                | 1         | 22           | 24                      | 0,16        | 25,96        | 25,91        | 0,09        | 0,13        | 48,21        | 33,14        | 98,23         | 1,37        | 757,29        | 75,31                | 0,04        | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Каша манная с маслом                           | 150          | 5                | 7         | 18           | 175                     | 0,12        | 1,2          | 27,30        | 0,26        | 0,11        | 27,30        | 29,30        | 182,30        | 1,90        | 195,30        | 363,00               | 0,2         | 0,02       | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                             | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62                      | 0,06        | 0            | 0            | 0,03        | 6,7         | 1,0          | 26,5         | 0,7           | 39,5        | 1,09          | 0                    | 0           | ТТК        |            |  |  |  |  |              |
| Масло сливочное порциями                       | 10           | 0                | 6         | 0            | 67                      | 0,06        | 0,14         | 63,1         | 0,24        | 0,08        | 183,79       | 12,26        | 112,95        | 0,06        | 28,33         | 0,00                 | 0,01        | 0,0        | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Чай с низким содержанием сахара                | 150          | 0                | 0         | 2            | 52                      | 0           | 0,1          | 0            | 0           | 0,01        | 5,15         | 4,4          | 8,24          | 0,01        | 15,1          | 0                    | 0           | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Завтрак</b>                        | <b>377</b>   | <b>10</b>        | <b>16</b> | <b>74</b>    | <b>380</b>              | <b>0,3</b>  | <b>27,2</b>  | <b>53,2</b>  | <b>0,4</b>  | <b>0,2</b>  | <b>262,1</b> | <b>62,4</b>  | <b>280,5</b>  | <b>3,3</b>  | <b>952,6</b>  | <b>438,3</b>         | <b>0</b>    | <b>0</b>   | <b>ТТК</b> |  |  |  |  |              |
| <b>2 завтрак</b>                               |              |                  |           |              |                         |             |              |              |             |             |              |              |               |             |               |                      |             |            |            |  |  |  |  |              |
| Напиток кисло-молочный                         | 150          | 3                | 3         | 5            | 70                      | 0,05        | 14           | 0            | 0           | 0,05        | 21,5         | 12,0         | 12,3          | 2,65        | 325,3         | 2,7                  | 0,02        | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| <b>Обед</b>                                    |              |                  |           |              |                         |             |              |              |             |             |              |              |               |             |               |                      |             |            |            |  |  |  |  |              |
| Суп куриный с вермишелью                       | 160          | 2                | 5         | 9            | 188                     | 0,35        | 20,10        | 12,0         | 0,02        | 0,65        | 62,30        | 49,20        | 254,30        | 2,10        | 348,30        | 92,30                | 0,05        | 0,09       | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Котлета рыбная                                 | 50           | 7                | 5         | 5            | 130                     | 0,05        | 0            | 35           | 0,28        | 0,08        | 18,10        | 15,20        | 67,00         | 1,4         | 57,30         | 61,20                | 0           | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Картофельное пюре                              | 110          | 2                | 3         | 10           | 120                     | 0,17        | 26,40        | 28,00        | 0,10        | 0,25        | 49,30        | 34,50        | 99,20         | 1,45        | 763,20        | 76,50                | 0,05        | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Хлеб ржаной                                    | 30           | 2                | 0,5       | 8            | 60                      | 0,05        | 2            | 0            | 0           | 0,03        | 3,8          | 3,9          | 17,5          | 0,9         | 21,5          | 0,00                 | 0           | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Напиток из шиповника с изюмом                  | 150          | 1                | 0         | 25           | 119                     | 0           | 0,3          | 38           | 0           | 0,03        | 12,5         | 6,5          | 0             | 0,80        | 241           | 0                    | 0           | 0,55       | ТТК        |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Обед</b>                           | <b>500</b>   | <b>14</b>        | <b>14</b> | <b>57</b>    | <b>617</b>              | <b>0,6</b>  | <b>48,8</b>  | <b>113,0</b> | <b>0,4</b>  | <b>1,0</b>  | <b>146,0</b> | <b>109,3</b> | <b>438,0</b>  | <b>6,7</b>  | <b>1431,3</b> | <b>230,0</b>         | <b>0,1</b>  | <b>0,6</b> | <b>ТТК</b> |  |  |  |  |              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |              |                  |           |              |                         |             |              |              |             |             |              |              |               |             |               |                      |             |            |            |  |  |  |  |              |
| Пудинг из творога с подливкой молочный сладкой | 120          | 12               | 10        | 19           | 305                     | 0,03        | 0            | 0            | 0           | 0,06        | 15           | 9            | 15            | 3,2         | 255           | 3                    | 0           | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Чай с низким содержанием сахара                | 150          | 0                | 0         | 2            | 52                      | 0           | 0,1          | 0            | 0           | 0,01        | 5,15         | 4,4          | 8,24          | 0,01        | 15,1          | 0                    | 0           | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                             | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62                      | 0,06        | 0            | 0            | 0           | 0,03        | 6,7          | 1,0          | 26,5          | 0,7         | 39,5          | 1,09                 | 0           | 0          | ТТК        |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Полдник</b>                        | <b>290</b>   | <b>16</b>        | <b>17</b> | <b>21</b>    | <b>419</b>              | <b>0,12</b> | <b>13,14</b> | <b>63,1</b>  | <b>0,24</b> | <b>0,13</b> | <b>71,70</b> | <b>54,80</b> | <b>115,18</b> | <b>6,23</b> | <b>659,73</b> | <b>16,18</b>         | <b>0,02</b> | <b>2,9</b> | <b>ТТК</b> |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за день</b>                           | <b>1317</b>  | <b>48</b>        | <b>60</b> | <b>255</b>   | <b>1805</b>             | <b>0,8</b>  | <b>75,9</b>  | <b>176,1</b> | <b>0,6</b>  | <b>1,2</b>  | <b>506,4</b> | <b>245,0</b> | <b>830,2</b>  | <b>15,5</b> | <b>2416,3</b> | <b>248,9</b>         | <b>0,1</b>  | <b>3,5</b> | <b>ТТК</b> |  |  |  |  |              |

## 3 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |           |              | Энергет и-ческая | Витамины    |             |              |             |             |              |              |              |             |               | Минеральные вещества |             |             |            |     |  |  |  |  |  | № рецеп-туры |
|------------------------------------|--------------|------------------|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|----------------------|-------------|-------------|------------|-----|--|--|--|--|--|--------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г   | Углево Дв, г |                  | В1, мг      | С, мг       | А, мкг       | Д, мкг      | В2, мг      | Са, мг       | Мг, мг       | Р, мг        | Fe, мг      | К, мг         | І, мг                | F, мг       | Se, мг      |            |     |  |  |  |  |  |              |
| <b>Завтрак</b>                     |              |                  |           |              |                  |             |             |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |            |     |  |  |  |  |  |              |
| Суп молочный с вермишелью с маслом | 150          | 5                | 6         | 20           | 188              | 0,04        | 0           | 35           | 0,28        | 0,06        | 19,30        | 3,10         | 29,10        | 0,53        | 22,30         | 121,30               | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Молоко кип.                        | 150          | 6                | 5         | 10           | 110              | 0,8         | 0,5         | 5,1          | 0,09        | 0,08        | 52           | 11,9         | 68,2         | 0,8         | 116           | 33,5                 | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Масло сливочное порциями           | 10           | 0                | 6         | 0            | 67               | 0,06        | 0,14        | 63,1         | 0,24        | 0,08        | 183,79       | 12,26        | 112,95       | 0,06        | 28,33         | 0,00                 | 0,01        | 0,0         | 0,0        | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                 | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62               | 0,06        | 0           | 0            | 0           | 0,03        | 6,7          | 1,0          | 26,5         | 0,7         | 39,5          | 1,09                 | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Завтрак</b>            | <b>330</b>   | <b>11</b>        | <b>17</b> | <b>39</b>    | <b>427</b>       | <b>1,0</b>  | <b>0,6</b>  | <b>103,2</b> | <b>0,6</b>  | <b>0,3</b>  | <b>261,8</b> | <b>28,3</b>  | <b>236,8</b> | <b>2,1</b>  | <b>206,1</b>  | <b>155,9</b>         | <b>0,0</b>  | <b>0,0</b>  | <b>0,0</b> |     |  |  |  |  |  |              |
| <b>2 завтрак</b>                   |              |                  |           |              |                  |             |             |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |            |     |  |  |  |  |  |              |
| Фрукт                              | 100          | 0                | 0         | 13           | 88               | 0,02        | 7           | 0            | 1           | 0,02        | 14,0         | 8,0          | 14,0         | 5,30        | 140,0         | 0,0                  | 1,60        | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| <b>Обед</b>                        |              |                  |           |              |                  |             |             |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |            |     |  |  |  |  |  |              |
| Суп картофельный с яйцом и курой   | 160          | 2                | 4         | 6            | 169              | 1,00        | 24,30       | 9,30         | 0,03        | 65,00       | 44,30        | 20,50        | 58,3         | 1,65        | 265,30        | 62,30                | 0,03        | 0,07        | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Печень по-строгановски             | 50           | 15               | 10        | 20           | 153              | 0,19        | 19,50       | 31,00        | 0,21        | 0,18        | 44,25        | 41,60        | 179,20       | 2,20        | 656,00        | 205,00               | 0,01        | 0,02        | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Каша гречневая отварная            | 110          | 2                | 4         | 30           | 150              | 0,35        | 0           | 2            | 0,09        | 0,65        | 20,30        | 135,60       | 210,10       | 5,3         | 265,0         | 1,30                 | 0,02        | 0,02        | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Компот из ягод см                  | 150          | 0,1              | 0         | 12           | 50               | 0,03        | 0           | 0            | 0           | 0,04        | 16           | 9            | 15           | 2,9         | 250           | 3                    | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Хлеб ржаной                        | 30           | 2                | 0,5       | 8            | 60               | 0,05        | 2           | 0            | 0           | 0,03        | 3,8          | 3,9          | 17,5         | 0,9         | 21,5          | 0,00                 | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Обед</b>               | <b>500</b>   | <b>19</b>        | <b>18</b> | <b>72</b>    | <b>582</b>       | <b>1,6</b>  | <b>45,8</b> | <b>42,3</b>  | <b>0,3</b>  | <b>65,9</b> | <b>128,7</b> | <b>210,6</b> | <b>480,1</b> | <b>13,0</b> | <b>1457,8</b> | <b>271,6</b>         | <b>0,1</b>  | <b>0,1</b>  | <b>0,1</b> |     |  |  |  |  |  |              |
| <b>Уплотненный полдник</b>         |              |                  |           |              |                  |             |             |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |            |     |  |  |  |  |  |              |
| Рагу из овощей с мясом             | 150          | 5                | 6         | 10           | 188              | 0,16        | 18,9        | 20,20        | 0,18        | 0,40        | 27,40        | 28,70        | 99,70        | 1,60        | 573,80        | 62,00                | 0,1         | 0,06        | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                 | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62               | 0,06        | 0           | 0            | 0           | 0,03        | 6,7          | 1,0          | 26,5         | 0,7         | 39,5          | 1,09                 | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Чай с низким содержанием сахара    | 150          | 0                | 0         | 2            | 52               | 0           | 0,1         | 0            | 0           | 0,01        | 5,15         | 4,4          | 8,24         | 0,01        | 15,1          | 0                    | 0           | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Полдник</b>            | <b>320</b>   | <b>16</b>        | <b>17</b> | <b>27</b>    | <b>302</b>       | <b>0,13</b> | <b>7,02</b> | <b>19,4</b>  | <b>0,12</b> | <b>0,1</b>  | <b>47,0</b>  | <b>33,37</b> | <b>97,1</b>  | <b>6,19</b> | <b>518,13</b> | <b>4,48</b>          | <b>0,02</b> | <b>0,44</b> | <b>0</b>   |     |  |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за день</b>               | <b>1250</b>  | <b>50</b>        | <b>57</b> | <b>259</b>   | <b>1845</b>      | <b>2,7</b>  | <b>53,5</b> | <b>164,9</b> | <b>1,1</b>  | <b>66,3</b> | <b>390,9</b> | <b>272,2</b> | <b>814,0</b> | <b>21,2</b> | <b>2182,1</b> | <b>462,8</b>         | <b>0,1</b>  | <b>0,6</b>  | <b>0,1</b> |     |  |  |  |  |  |              |

4 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергет и-чская | Витамины |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        | № рецеп-туры |       |        |
|---|--------------|------------------|---------|--------------|-----------------|----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------------|-------|--------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево Ды, г |                 | В1, мг   | С, мг | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Мг, мг | Р, мг  | Fe, мг | К, мг  | І, мг  |              | F, мг | Se, мг |
| Завтрак                                 |              |                  |         |              |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом | 150          | 17               | 6       | 35           | 200             | 0,09     | 0,90  | 38,30  | 0,35   | 0,33   | 155,30 | 25,30  | 153,80 | 0,90   | 214,00 | 6,90   | 0,02         | 0     | ТТК    |
| Батон йодированный                      | 20           | 1,4              | 0,5     | 9            | 62              | 0,06     | 0     | 0      | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0            | 0     | ТТК    |
| Сыр порциями                            | 10           | 2,3              | 3,8     | 2            | 67              | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,82   | 25,1   | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Чай с молоком с сахаром                 | 150          | 2                | 5       | 20           | 110             | 0        | 0,2   | 0      | 0      | 0,03   | 6,15   | 4,8    | 9,33   | 0,85   | 26,1   | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Масло сливочное порциями                | 10           | 0                | 6       | 0            | 67              | 0,06     | 0,14  | 63,1   | 0,24   | 0,08   | 183,79 | 12,26  | 112,95 | 0,06   | 28,33  | 0,00   | 0,01         | 0,0   | ТТК    |
| Итого за Завтрак                        | 340          | 26               | 20      | 77           | 506             | 0,16     | 13,96 | 37,76  | 0,26   | 0,29   | 242,14 | 50,84  | 198,08 | 5,17   | 641,87 | 9,76   | 0,02         |       |        |
| 2 завтрак                               |              |                  |         |              |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Кондитерское изделие                    | 17           | 1                | 3       | 11           | 57              | 0,04     | 13    | 0      | 0      | 0,03   | 12,3   | 1,7    | 12,3   | 2,00   | 2,3    | 0,2    | 0,01         | 0     | ТТК    |
| Молоко ванильное                        | 150          | 2                | 2       | 4            | 70              | 0,06     | 14    | 0      | 0      | 0,05   | 21,2   | 12,0   | 12,3   | 3,20   | 368,3  | 2,8    | 0,02         | 0     | ТТК    |
| Обед                                    |              |                  |         |              |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Борщ с картофелем со свиной и сметаной  | 160          | 5                | 3       | 15           | 120             | 0,10     | 1,98  | 32,00  | 0      | 0,42   | 22,3   | 12,30  | 53,40  | 1,50   | 95,60  | 77,30  | 0,04         | 0,08  | ТТК    |
| Упльш " Болоньезе"                      | 50           | 8                | 9       | 10           | 98              | 13,00    | 14,56 | 0,90   | 0,00   | 0,52   | 25,3   | 24,30  | 82,30  | 1,35   | 422,10 | 69,40  | 0,06         | 0,12  | ТТК    |
| Макаронные изделия отварные             | 110          | 1                | 3       | 28           | 130             | 0,18     | 26,30 | 22,30  | 0,10   | 0,23   | 50,10  | 35,40  | 99,20  | 2,33   | 799,30 | 77,50  | 0,05         | 0     | ТТК    |
| Компот из яблок                         | 150          | 0,1              | 0       | 10           | 60              | 0,03     | 4     | 0      | 0      | 0,04   | 16     | 9      | 15     | 0,0    | 50     | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Хлеб ржаной                             | 30           | 2                | 0,5     | 8            | 60              | 0,05     | 2     | 0      | 0      | 0,03   | 3,8    | 3,9    | 17,5   | 0,9    | 21,5   | 0,00   | 0            | 0     | ТТК    |
| Итого за Обед                           | 500          | 16               | 16      | 71           | 488             | 13,4     | 48,8  | 55,2   | 0,1    | 1,2    | 117,5  | 84,9   | 267,4  | 6,1    | 1388,5 | 224,2  | 0,2          | 0,2   |        |
| Уплотненный полдник                     |              |                  |         |              |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Ежики мясные со сметанным соусом        | 150          | 5                | 10      | 7            | 187             | 0,06     | 2,4   | 3      | 0,13   | 0,06   | 21,30  | 13,40  | 59,0   | 0,95   | 125,40 | 38     | 0            | 4,43  | ТТК    |
| Чай с низким содержанием сахара         | 150          | 0                | 0       | 2            | 52              | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Батон йодированный                      | 20           | 1,4              | 0,5     | 9            | 62              | 0,06     | 0     | 0      | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0            | 0     | ТТК    |
| Итого за Полдник                        | 320          | 10               | 11      | 117          | 301             | 0,00     | 26    | 21,00  | 0,08   | 0,09   | 64,52  | 34,11  | 89,1   | 7,89   | 723,81 | 105,20 | 0,02         | 4,43  |        |
| Итого за день                           | 1327         | 56               | 59      | 260          | 1773            | 13,5     | 88,8  | 114,0  | 0,4    | 1,6    | 424,2  | 169,9  | 554,6  | 19,2   | 2754,2 | 339,2  | 0,2          | 4,6   |        |

5 день, 1 недели

| Приним пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |           |              | Энергет и-чеккая | Витамины    |              |              |             |             |              |              |              |             |               | Минеральные вещества |             |             |     |  |  |  |  | № рецеп-туры |
|---|--------------|------------------|-----------|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|----------------------|-------------|-------------|-----|--|--|--|--|--------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г   | Углево ды, г |                  | В1, мг      | С, мг        | А, мкг       | Д, мкг      | В2, мг      | Са, мг       | Мg, мг       | Р, мг        | Fe, мг      | К, мг         | Л, мг                | F, мг       | Se, мг      |     |  |  |  |  |              |
| <b>Завтрак</b>                                  |              |                  |           |              |                  |             |              |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |     |  |  |  |  |              |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом         | 150          | 5                | 5         | 20           | 147              | 0,06        | 0,3          | 201          | 0           | 0,5         | 65           | 11           | 154          | 1,8         | 125,3         | 0                    | 0           | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Кофейный напиток с молоком                      | 150          | 1                | 2         | 16           | 83               | 0,03        | 21,3         | 125,3        | 1,10        | 0,03        | 110,20       | 4            | 99,2         | 0,01        | 25,00         | 0                    | 0           | 0,0027      | ТТК |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                              | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62               | 0,06        | 0            | 0            | 0           | 0,03        | 6,7          | 1,0          | 26,5         | 0,7         | 39,5          | 1,09                 | 0           | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Масло сливочное порциями                        | 10           | 0                | 6         | 0            | 67               | 0,06        | 0,14         | 63,1         | 0,24        | 0,08        | 183,79       | 12,26        | 112,95       | 0,06        | 28,33         | 0,00                 | 0,01        | 0,0         | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Завтрак</b>                         | <b>330</b>   | <b>8</b>         | <b>13</b> | <b>45</b>    | <b>359</b>       | <b>0,2</b>  | <b>21,7</b>  | <b>389,4</b> | <b>1,3</b>  | <b>0,6</b>  | <b>365,7</b> | <b>28,3</b>  | <b>392,7</b> | <b>2,6</b>  | <b>218,1</b>  | <b>1,1</b>           | <b>0,0</b>  |             |     |  |  |  |  |              |
| <b>2 завтрак</b>                                |              |                  |           |              |                  |             |              |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |     |  |  |  |  |              |
| Фрукт   | 100          | 0                | 0         | 13           | 88               | 0,02        | 7            | 0            | 1           | 0,02        | 14,0         | 8,0          | 14,0         | 5,30        | 140,0         | 0,0                  | 1,60        | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Обед</b>                                     |              |                  |           |              |                  |             |              |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |     |  |  |  |  |              |
| Суп картофельный с зеленым горошком и кукурузой | 160          | 2                | 2         | 4            | 110              | 0,15        | 14,50        | 1,1          | 0           | 0,35        | 25,6         | 24,50        | 82,30        | 1,35        | 415,30        | 69,70                | 0,06        | 0,07        | ТТК |  |  |  |  |              |
| Котлета "Рыжик"                                 | 50           | 5                | 10        | 7            | 127              | 0,06        | 1,03         | 1,35         | 0,54        | 0,11        | 18,60        | 18,64        | 140,50       | 2,07        | 265,30        | 78,30                | 0,01        | 17,45       | ТТК |  |  |  |  |              |
| Икра свекольная                                 | 20           | 1                | 1         | 5            | 65               | 0,03        | 12           | 0            | 0           | 0,03        | 19,3         | 11,7         | 12,1         | 2,86        | 326,1         | 1,3                  | 0,01        | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Картофельное пюре                               | 110          | 2                | 3         | 10           | 120              | 0,17        | 26,40        | 28,00        | 0,10        | 0,25        | 49,30        | 34,50        | 99,20        | 1,45        | 763,20        | 76,50                | 0,05        | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Напиток из смеси с/ф                            | 150          | 0                | 0         | 19           | 73               | 0,21        | 32           | 21,30        | 0,09        | 0,15        | 42,30        | 37,20        | 95,60        | 1,72        | 956,30        | 301,2                | 0,07        | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Хлеб ржаной                                     | 30           | 2                | 0,5       | 8            | 60               | 0,05        | 2            | 0            | 0           | 0,03        | 3,8          | 3,9          | 17,5         | 0,9         | 21,5          | 0,00                 | 0           | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Обед</b>                            | <b>520</b>   | <b>12</b>        | <b>17</b> | <b>53</b>    | <b>555</b>       | <b>0,7</b>  | <b>87,9</b>  | <b>51,8</b>  | <b>0,7</b>  | <b>0,9</b>  | <b>158,9</b> | <b>130,4</b> | <b>447,2</b> | <b>10,4</b> | <b>2747,7</b> | <b>527,0</b>         | <b>0,2</b>  | <b>17,5</b> |     |  |  |  |  |              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                      |              |                  |           |              |                  |             |              |              |             |             |              |              |              |             |               |                      |             |             |     |  |  |  |  |              |
| Пудинг из творога с подливой молочной сладкой   | 120          | 12               | 10        | 19           | 305              | 0,03        | 0            | 0            | 0           | 0,06        | 15           | 9            | 15           | 3,2         | 255           | 3                    | 0           | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                              | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62               | 0,06        | 0            | 0            | 0           | 0,03        | 6,7          | 1,0          | 26,5         | 0,7         | 39,5          | 1,09                 | 0           | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| Кисель из ягода с/м                             | 150          | 0                | 0         | 15           | 99               | 0,03        | 12           | 0            | 0           | 0,03        | 19,3         | 11,7         | 12,1         | 2,86        | 326,1         | 1,3                  | 0,01        | 0           | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Полдник</b>                         | <b>290</b>   | <b>13</b>        | <b>11</b> | <b>43</b>    | <b>466</b>       | <b>0,11</b> | <b>7,14</b>  | <b>0</b>     | <b>0,24</b> | <b>0,14</b> | <b>25,75</b> | <b>22,30</b> | <b>47,74</b> | <b>6,17</b> | <b>304,40</b> | <b>3,08</b>          | <b>0,02</b> | <b>2,9</b>  |     |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за день</b>                            | <b>1240</b>  | <b>53</b>        | <b>60</b> | <b>262</b>   | <b>1787</b>      | <b>1,0</b>  | <b>116,8</b> | <b>441,2</b> | <b>2,3</b>  | <b>1,7</b>  | <b>550,3</b> | <b>181,0</b> | <b>887,6</b> | <b>19,1</b> | <b>3270,2</b> | <b>531,2</b>         | <b>0,2</b>  | <b>20,4</b> |     |  |  |  |  |              |

1 день, 2 недели

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность | Витамины |       |        |        |        |        |        |       |        |       |       | Минеральные вещества |        |  |  |  |  |  | № рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------|----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|-------|----------------------|--------|--|--|--|--|--|------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево Ды, г |                         | В1, мг   | С, мг | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Мг, мг | Р, мг | Fe, мг | К, мг | І, мг | F, мг                | Se, мг |  |  |  |  |  |            |

Завтрак

|  |            |           |           |           |            |             |              |              |             |             |               |             |               |             |               |              |             |       |     |
|--|------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|-------------|---------------|-------------|---------------|--------------|-------------|-------|-----|
| Каша овсяная молочная с маслом сливочным | 150        | 5         | 7         | 20        | 180        | 0,20        | 0,95         | 31,20        | 0,10        | 0,15        | 112,30        | 42,40       | 154,30        | 0,22        | 45,30         | 0,0          | 0,01        | 0     | ТТК |
| Ватрушки к чаю                           | 20         | 0,5       | 0,7       | 11        | 65         | 0,07        | 0            | 0            | 0           | 0,05        | 7,8           | 10,1        | 26,2          | 0,2         | 10,2          | 0,02         | 0           | 0,001 | ТТК |
| Масло сливочное порциями                 | 10         | 0         | 6         | 0         | 67         | 0,06        | 0,14         | 63,1         | 0,24        | 0,08        | 183,79        | 12,26       | 112,95        | 0,06        | 28,33         | 0,00         | 0,01        | 0,0   | ТТК |
| Чай с молоком с сахаром                  | 150        | 2         | 5         | 20        | 110        | 0           | 0,2          | 0            | 0           | 0,03        | 6,15          | 4,8         | 9,33          | 0,85        | 26,1          | 0            | 0           | 0     | ТТК |
| <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>330</b> | <b>10</b> | <b>18</b> | <b>72</b> | <b>422</b> | <b>0,25</b> | <b>13,52</b> | <b>55,68</b> | <b>0,47</b> | <b>0,25</b> | <b>137,86</b> | <b>39,2</b> | <b>157,66</b> | <b>5,16</b> | <b>656,11</b> | <b>61,19</b> | <b>0,01</b> |       |     |

2 завтрак

|       |     |   |   |    |    |      |   |   |   |      |      |     |      |      |       |     |      |   |     |
|-------|-----|---|---|----|----|------|---|---|---|------|------|-----|------|------|-------|-----|------|---|-----|
| Фрукт | 100 | 0 | 0 | 13 | 88 | 0,02 | 7 | 0 | 1 | 0,02 | 14,0 | 8,0 | 14,0 | 5,30 | 140,0 | 0,0 | 1,60 | 0 | ТТК |
|-------|-----|---|---|----|----|------|---|---|---|------|------|-----|------|------|-------|-----|------|---|-----|

Обед

|                               |            |           |           |           |            |            |             |              |            |             |              |              |            |            |               |              |             |          |     |
|-------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|-------------|--------------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|---------------|--------------|-------------|----------|-----|
| Суп полевой на мясном бульоне | 160        | 4         | 3         | 14        | 119        | 0,17       | 19,6        | 21,3         | 0,19       | 0,6         | 28,3         | 30,1         | 102,3      | 1,8        | 583,5         | 64           | 0,1         | 0,08     | ТТК |
| Жаркое по-домашнему           | 150        | 7         | 5         | 7         | 170        | 0,03       | 0           | 5            | 0,26       | 0,07        | 15,30        | 3,10         | 23,50      | 65,00      | 18,10         | 94,50        | 0           | 0        | ТТК |
| Огулбай соленьый              | 20         | 0         | 0         | 5         | 5          | 0,06       | 0           | 4            | 0,03       | 0,04        | 0,04         | 0,05         | 0,0        | 0,13       | 0,03          | 6            | 0           | 0        | ТТК |
| Напиток из смеси с/ф          | 150        | 0         | 0         | 19        | 73         | 0,21       | 32          | 21,30        | 0,09       | 0,15        | 42,30        | 37,20        | 95,60      | 1,72       | 956,30        | 301,2        | 0,07        | 0        | ТТК |
| Хлеб ржаной                   | 30         | 2         | 0,5       | 8         | 60         | 0,05       | 2           | 0            | 0          | 0,03        | 3,8          | 3,9          | 17,5       | 0,9        | 21,5          | 0,00         | 0           | 0        | ТТК |
| <b>Итого за Обед</b>          | <b>510</b> | <b>14</b> | <b>10</b> | <b>70</b> | <b>427</b> | <b>0,2</b> | <b>3,54</b> | <b>26,78</b> | <b>0,1</b> | <b>0,21</b> | <b>52,49</b> | <b>62,79</b> | <b>249</b> | <b>5,8</b> | <b>397,71</b> | <b>137,2</b> | <b>0,01</b> | <b>0</b> |     |

Уплотненный полдник

|                                 |             |           |           |            |             |             |             |             |             |            |              |              |              |             |               |              |             |          |     |
|---------------------------------|-------------|-----------|-----------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|--------------|-------------|----------|-----|
| Каша рисовая молочная с маслом  | 150         | 12        | 15        | 0          | 288         | 0,06        | 0           | 0           | 0           | 0,06       | 16           | 9            | 15           | 2,9         | 256           | 3            | 0           | 0        | ТТК |
| Ватрушка с творогом             | 75          | 3         | 7         | 41         | 168         | 0,05        | 0           | 0           | 0           | 0,02       | 6,6          | 9,9          | 25,5         | 0,6         | 39,3          | 1,08         | 0           | 0        | ТТК |
| Чай с низким содержанием сахара | 150         | 0         | 0         | 2          | 52          | 0           | 0,1         | 0           | 0           | 0,01       | 5,15         | 4,4          | 8,24         | 0,01        | 15,1          | 0            | 0           | 0        | ТТК |
| <b>Итого за Полдник</b>         | <b>375</b>  | <b>16</b> | <b>17</b> | <b>21</b>  | <b>508</b>  | <b>0,10</b> | <b>7</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,1</b> | <b>47,32</b> | <b>51,04</b> | <b>61,9</b>  | <b>4,77</b> | <b>496,30</b> | <b>5,12</b>  | <b>0,01</b> | <b>0</b> |     |
| <b>Итого за день</b>            | <b>1315</b> | <b>54</b> | <b>62</b> | <b>258</b> | <b>1801</b> | <b>0,6</b>  | <b>24,1</b> | <b>82,5</b> | <b>0,6</b>  | <b>0,5</b> | <b>237,7</b> | <b>153,0</b> | <b>468,6</b> | <b>15,7</b> | <b>1550,1</b> | <b>203,5</b> | <b>0,0</b>  | <b>0</b> |     |

2 день, 2 недели

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая | Витамины |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       | Минеральные вещества |        |     |  |  |  |  |  | № рецеп-туры |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------------|----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|----------------------|--------|-----|--|--|--|--|--|--------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |                | В1, мг   | С, мг | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Мг, мг | Р, мг  | Fe, мг | К, мг  | І, мг | F, мг                | Se, мг |     |  |  |  |  |  |              |
| Завтрак                               |              |                  |         |              |                |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |                      |        |     |  |  |  |  |  |              |
| Каша ячневая молочная жидкая с маслом | 150          | 5                | 6       | 30           | 200            | 0,22     | 21,30 | 61,30  | 0,56   | 0,33   | 115,30 | 24,3   | 136,30 | 1,56   | 273,20 | 62,30 | 0                    | 0      | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Молоко кпл.                           | 150          | 6                | 5       | 10           | 110            | 0,8      | 0,5   | 5,1    | 0,09   | 0,08   | 52     | 11,9   | 68,2   | 0,8    | 116    | 33,5  | 0                    | 0      | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Масло сливочное порциями              | 10           | 0                | 6       | 0            | 67             | 0,05     | 0,14  | 63,1   | 0,24   | 0,08   | 183,79 | 12,26  | 112,95 | 0,06   | 28,33  | 0,00  | 0,01                 | 0,0    | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                    | 20           | 1,4              | 0,5     | 9            | 62             | 0,06     | 0     | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0     | 0                    | ТТК    |     |  |  |  |  |  |              |
| Итого за Завтрак                      | 330          | 13               | 17      | 49           | 439            | 1,1      | 21,9  | 129,5  | 0,9    | 0,5    | 357,8  | 49,5   | 344,0  | 3,1    | 457,0  | 96,9  | 0,0                  | 0,0    |     |  |  |  |  |  |              |
| 2 завтрак                             |              |                  |         |              |                |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |                      |        |     |  |  |  |  |  |              |
| Напиток кисло-молочный                | 150          | 3                | 3       | 5            | 70             | 0,05     | 14    | 0      | 0,05   | 21,5   | 12,0   | 12,3   | 2,65   | 325,3  | 2,7    | 0,02  | 0                    | 0      | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Обед                                  |              |                  |         |              |                |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |                      |        |     |  |  |  |  |  |              |
| Суп картофельный с горохом            | 160          | 2                | 2       | 8            | 177            | 0,16     | 14,50 | 0,96   | 0      | 0,36   | 25,60  | 29,60  | 99,30  | 1,65   | 422,10 | 70,20 | 0,06                 | 0,09   | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Каша гречневая отварная               | 110          | 2                | 4       | 30           | 150            | 0,35     | 0     | 2      | 0,09   | 0,65   | 20,30  | 135,60 | 210,10 | 5,3    | 265,0  | 1,30  | 0,02                 | 0,02   | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Гуляш из курь                         | 50           | 4                | 5       | 8            | 176            | 0,21     | 20,1  | 22,3   | 0,19   | 0,4    | 27,4   | 3,65   | 110,9  | 1,9    | 577,3  | 63    | 0,1                  | 0,07   | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Компот из яблок                       | 150          | 0,1              | 0       | 10           | 60             | 0,03     | 4     | 0      | 0,04   | 16     | 9      | 15     | 0,0    | 50     | 0      | 0     | 0                    | ТТК    |     |  |  |  |  |  |              |
| Хлеб ржаной                           | 30           | 2                | 0,5     | 8            | 60             | 0,05     | 2     | 0      | 0,03   | 3,8    | 3,9    | 17,5   | 0,9    | 21,5   | 0,00   | 0     | 0                    | ТТК    |     |  |  |  |  |  |              |
| Итого за Обед                         | 500          | 10               | 12      | 64           | 623            | 0,8      | 40,6  | 25,3   | 0,3    | 1,5    | 93,1   | 181,8  | 452,8  | 9,8    | 1335,9 | 134,5 | 0,1                  | 0,2    |     |  |  |  |  |  |              |
| Уплотненный полдник                   |              |                  |         |              |                |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |                      |        |     |  |  |  |  |  |              |
| Омлет натуральный                     | 130          | 11               | 4,2     | 21           | 124            | 0,05     | 0,07  | 50,2   | 5,1    | 0,00   | 175    | 27     | 53     | 0,0    | 52     | 0     | 0                    | 0,00   | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                    | 20           | 1,4              | 0,5     | 9            | 62             | 0,06     | 0     | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0     | 0                    | 0      | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Чай с низким содержанием сахара       | 150          | 0                | 0       | 2            | 52             | 0        | 0,1   | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0      | 0     | 0                    | 0      | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Сыр поpc                              | 10           | 2,3              | 3,8     | 2            | 67             | 0        | 0,1   | 10,2   | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,02   | 25,1   | 0     | 0                    | 0      | ТТК |  |  |  |  |  |              |
| Итого за Полдник                      | 310          | 21               | 10      | 58           | 305            | 0,14     | 7     |        | 0,11   | 0,1    | 27,20  | 27,80  | 65,0   | 6,26   | 318,60 | 4,16  | 0,02                 |        |     |  |  |  |  |  |              |
| Итого за день                         | 1290         | 52               | 58      | 257          | 1798           | 2,1      | 69,5  | 154,8  | 1,3    | 2,1    | 478,1  | 181,1  | 284,0  | 19,1   | 2322,4 | 235,6 | 4,7                  | 0,2    |     |  |  |  |  |  |              |

3 день, 2 недели

| Принем пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |               | Энергет и-чская | Витамины |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        | № рецеп-туры |       |        |
|---|--------------|------------------|---------|---------------|-----------------|----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------------|-------|--------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево дцы, г |                 | В1, мг   | С, мг | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Мг, мг | Р, мг  | Fe, мг | К, мг  | І, мг  |              | F, мг | Se, мг |
| Завтрак                                     |              |                  |         |               |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом      | 150          | 5                | 6       | 12            | 200             | 0,09     | 2,13  | 123,30 | 0,65   | 0,33   | 299,60 | 23,50  | 277,60 | 0,77   | 150,60 | 35,3   | 0,08         | 5,56  | ТТК    |
| Чай с низким содержанием сахара             | 150          | 0                | 0       | 2             | 52              | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Батон йодированный                          | 20           | 1,4              | 0,5     | 9             | 62              | 0,06     | 0     | 0      | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0            | 0     | ТТК    |
| Масло сливочное порциями                    | 10           | 0                | 6       | 0             | 67              | 0,06     | 0,14  | 63,1   | 0,24   | 0,08   | 183,79 | 12,26  | 112,95 | 0,06   | 28,33  | 0,00   | 0,01         | 0,0   | ТТК    |
| Итого за Завтрак                            | 330          | 7                | 20      | 23            | 381             | 0,2      | 2,4   | 186,4  | 0,9    | 0,5    | 495,2  | 41,2   | 425,3  | 1,5    | 233,5  | 36,4   | 0,1          | 5,6   |        |
| 2 завтрак                                   |              |                  |         |               |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Фрукт                                       | 100          | 0                | 0       | 13            | 88              | 0,02     | 7     | 0      | 1      | 0,02   | 14,0   | 8,0    | 14,0   | 5,30   | 140,0  | 0,0    | 1,60         | 0     | ТТК    |
| Обед  |              |                  |         |               |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Рассольник ленинградский с курой и сметаной | 160          | 5                | 4       | 11            | 163             | 0,33     | 15,60 | 0,99   | 0      | 0,55   | 25,30  | 25,60  | 88,0   | 2,23   | 422,30 | 70,30  | 0,08         | 0,09  | ТТК    |
| Печень по-строгановски                      | 50           | 15               | 10      | 20            | 153             | 0,19     | 19,50 | 31,00  | 0,21   | 0,18   | 44,25  | 41,60  | 179,20 | 2,20   | 656,00 | 205,00 | 0,01         | 0,02  | ТТК    |
| Рис отварной                                | 110          | 2                | 4       | 35            | 189             | 0,09     | 0,02  | 17     | 0,06   | 0,23   | 21,60  | 9,33   | 60,1   | 0,02   | 0,98   | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Напиток из шиповника с изюмом               | 150          | 1                | 0       | 25            | 119             | 0        | 0,3   | 38     | 0      | 0,03   | 12,5   | 6,5    | 0      | 0,80   | 241    | 0      | 0            | 0,55  | ТТК    |
| Хлеб ржаной                                 | 30           | 2                | 0,5     | 8             | 60              | 0,05     | 2     | 0      | 0      | 0,03   | 3,8    | 3,9    | 17,5   | 0,9    | 21,5   | 0,00   | 0            | 0     | ТТК    |
| Итого за Обед                               | 500          | 10               | 7       | 99            | 694             | 0,7      | 37,4  | 87,0   | 0,3    | 1,0    | 107,5  | 86,9   | 344,8  | 6,2    | 1341,8 | 275,3  | 0,1          | 0,7   |        |
| Уплотненный полдник                         |              |                  |         |               |                 |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |       |        |
| Рагу из овощей с мясом                      | 150          | 5                | 6       | 10            | 188             | 0,16     | 18,9  | 20,20  | 0,18   | 0,40   | 27,40  | 28,70  | 99,70  | 1,60   | 573,80 | 62,00  | 0,1          | 0,06  | ТТК    |
| Батон йодированный                          | 20           | 1,4              | 0,5     | 9             | 62              | 0,06     | 0     | 0      | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0            | 0     | ТТК    |
| Чай с низким содержанием сахара             | 150          | 0                | 0       | 2             | 52              | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0      | 0            | 0     | ТТК    |
| Итого за Полдник                            | 320          | 12               | 27      | 44            | 302             | 0,13     | 2,68  | 1,6    | 42,00  | 0,2    | 34,6   | 50,90  | 43,5   | 2,90   | 344,30 | 99,08  | 0,02         | 15,62 |        |
| Итого за день                               | 1250         | 58               | 67      | 278           | 1897            | 1,0      | 23,4  | 275,0  | 43,2   | 1,6    | 637,3  | 179,0  | 813,6  | 10,6   | 1919,6 | 410,8  | 0,2          | 21,8  |        |



4 день, 2 недели

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |           |              | Энергетическая | Витамины    |              |              |             |             |               |              |               |             |               | Минеральные вещества |             |            |     |  |  |  |  | № рецеп-туры |
|--|--------------|------------------|-----------|--------------|----------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|----------------------|-------------|------------|-----|--|--|--|--|--------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г   | Углево Дв, г |                | В1, мг      | С, мг        | А, мкг       | Д, мкг      | В2, мг      | Са, мг        | Мg, мг       | Р, мг         | Fe, мг      | К, мг         | І, мг                | F, мг       | Se, мг     |     |  |  |  |  |              |
| <b>Завтрак</b>                                 |              |                  |           |              |                |             |              |              |             |             |               |              |               |             |               |                      |             |            |     |  |  |  |  |              |
| Каша манная с маслом                           | 150          | 5                | 7         | 18           | 175            | 0,12        | 1,2          | 27,30        | 0,26        | 0,11        | 27,30         | 29,30        | 182,30        | 1,90        | 195,30        | 363,00               | 0,2         | 0,02       | ТТК |  |  |  |  |              |
| Кофейный напиток с молоком                     | 150          | 1                | 2         | 16           | 83             | 0,03        | 21,3         | 125,3        | 1,10        | 0,03        | 110,20        | 4            | 99,2          | 0,01        | 25,00         | 0                    | 0,0027      | ТТК        |     |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                             | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62             | 0,06        | 0            | 0            | 0,03        | 6,7         | 1,0           | 26,5         | 0,7           | 39,5        | 1,09          | 0                    | 0           | ТТК        |     |  |  |  |  |              |
| Масло сливочное порциями                       | 10           | 0                | 6         | 0            | 67             | 0,06        | 0,14         | 63,1         | 0,24        | 0,08        | 183,79        | 12,26        | 112,95        | 0,06        | 28,33         | 0,00                 | 0,01        | 0,0        | ТТК |  |  |  |  |              |
| Яйцо вареное                                   | 47           | 2                | 1         | 22           | 24             | 0,16        | 25,96        | 25,91        | 0,09        | 0,13        | 48,21         | 33,14        | 98,23         | 1,37        | 757,29        | 75,31                | 0,04        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Завтрак</b>                        | <b>377</b>   | <b>8</b>         | <b>14</b> | <b>65</b>    | <b>411</b>     | <b>0,4</b>  | <b>48,6</b>  | <b>241,6</b> | <b>1,7</b>  | <b>0,4</b>  | <b>376,2</b>  | <b>79,7</b>  | <b>519,2</b>  | <b>4,0</b>  | <b>1045,4</b> | <b>439,4</b>         |             |            |     |  |  |  |  |              |
| <b>2 завтрак</b>                               |              |                  |           |              |                |             |              |              |             |             |               |              |               |             |               |                      |             |            |     |  |  |  |  |              |
| Молоко ванильное                               | 150          | 2                | 2         | 4            | 70             | 0,06        | 14           | 0            | 0           | 0,05        | 21,2          | 12,0         | 12,3          | 3,20        | 368,3         | 2,8                  | 0,02        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Кондитерское изделие                           | 17           | 1                | 3         | 11           | 57             | 0,04        | 13           | 0            | 0           | 0,03        | 12,3          | 1,7          | 12,3          | 2,00        | 2,3           | 0,2                  | 0,01        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Обед</b>                                    |              |                  |           |              |                |             |              |              |             |             |               |              |               |             |               |                      |             |            |     |  |  |  |  |              |
| Суп картофельный с мясом                       | 160          | 2                | 2         | 14           | 147            | 0,06        | 3,55         | 2,0          | 0           | 0,07        | 35,60         | 27,80        | 40,10         | 0,70        | 135,60        | 4,20                 | 0,06        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Котлета рыбная                                 | 50           | 7                | 5         | 5            | 130            | 0,05        | 0            | 35           | 0,28        | 0,08        | 18,10         | 15,20        | 67,00         | 1,4         | 57,30         | 61,20                | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Ликра свекольная                               | 20           | 1                | 1         | 5            | 65             | 0,03        | 12           | 0            | 0           | 0,03        | 19,3          | 11,7         | 12,1          | 2,86        | 326,1         | 1,3                  | 0,01        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Картофельное пюре                              | 110          | 2                | 3         | 10           | 120            | 0,17        | 26,40        | 28,00        | 0,10        | 0,25        | 49,30         | 34,50        | 99,20         | 1,45        | 763,20        | 76,50                | 0,05        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Напиток из смеси с/д                           | 150          | 0                | 0         | 19           | 73             | 0,21        | 32           | 21,30        | 0,09        | 0,15        | 42,30         | 37,20        | 95,60         | 1,72        | 956,30        | 301,2                | 0,07        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Хлеб ржаной                                    | 30           | 2                | 0,5       | 8            | 60             | 0,05        | 2            | 0            | 0           | 0,03        | 3,8           | 3,9          | 17,5          | 0,9         | 21,5          | 0,00                 | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Обед</b>                           | <b>520</b>   | <b>15</b>        | <b>10</b> | <b>75</b>    | <b>595</b>     | <b>0,5</b>  | <b>74,0</b>  | <b>86,3</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,6</b>  | <b>164,6</b>  | <b>126,4</b> | <b>314,0</b>  | <b>8,1</b>  | <b>2238,5</b> | <b>444,4</b>         | <b>0,2</b>  | <b>0,0</b> |     |  |  |  |  |              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |              |                  |           |              |                |             |              |              |             |             |               |              |               |             |               |                      |             |            |     |  |  |  |  |              |
| Пудинг из творога с подливкой молочной сладкой | 120          | 12               | 10        | 19           | 305            | 0,03        | 0            | 0            | 0           | 0,06        | 15            | 9            | 15            | 3,2         | 255           | 3                    | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Батон йодированный                             | 20           | 1,4              | 0,5       | 9            | 62             | 0,06        | 0            | 0            | 0           | 0,03        | 6,7           | 1,0          | 26,5          | 0,7         | 39,5          | 1,09                 | 0           | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| Кисель из ягод см                              | 150          | 0                | 0         | 15           | 99             | 0,03        | 12           | 0            | 0           | 0,03        | 19,3          | 11,7         | 12,1          | 2,86        | 326,1         | 1,3                  | 0,01        | 0          | ТТК |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за Полдник</b>                        | <b>290</b>   | <b>17</b>        | <b>10</b> | <b>24</b>    | <b>466</b>     | <b>0,11</b> | <b>7,14</b>  | <b>63,1</b>  | <b>0,24</b> | <b>0,14</b> | <b>224,39</b> | <b>37,06</b> | <b>167,35</b> | <b>6,17</b> | <b>515,33</b> | <b>14,98</b>         | <b>0,02</b> | <b>2,9</b> |     |  |  |  |  |              |
| <b>Итого за день</b>                           | <b>1354</b>  | <b>56</b>        | <b>59</b> | <b>258</b>   | <b>1801</b>    | <b>1,1</b>  | <b>129,7</b> | <b>391,0</b> | <b>2,4</b>  | <b>1,1</b>  | <b>765,2</b>  | <b>243,2</b> | <b>1000,5</b> | <b>18,3</b> | <b>3799,3</b> | <b>898,8</b>         | <b>0,2</b>  | <b>2,9</b> |     |  |  |  |  |              |

## 5 день, 2 недели

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергет и- ческая | Витамины |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |        |      |      |      |      |  |  |  |  |  | № рецен- тивы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------|----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|------|------|------|------|--|--|--|--|--|---------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево ды, г |                   | В1, мг   | С, мг | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Св, мг | Мг, мг | Р, мг  | Fe, мг | К, мг  | Ca, мг | F, мг                | Se, мг |      |      |      |      |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак                                      |              |                  |         |              |                   |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |                      |        |      |      |      |      |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом      | 150          | 5                | 5       | 20           | 147               | 0,06     | 0,3   | 201    | 0      | 0,5    | 65     | 11     | 154    | 1,8    | 125,3  | 0      | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Батон йодированный                           | 20           | 1,4              | 0,5     | 9            | 62                | 0,06     | 0     | 0      | 0,03   | 6,7    | 1,0    | 26,5   | 0,7    | 39,5   | 1,09   | 0      | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сыр порц                                     | 10           | 2,3              | 3,8     | 2            | 67                | 0        | 0,1   | 10,2   | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,02   | 25,1   | 0      | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное порциями                     | 10           | 0                | 6       | 0            | 67                | 0,06     | 0,14  | 63,1   | 0,24   | 0,08   | 183,79 | 12,26  | 112,95 | 0,06   | 28,33  | 0,00   | 0,01                 | 0,0    | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай с низким содержанием сахара              | 150          | 0                | 0       | 2            | 52                | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0      | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за Завтрак                             | 340          | 9                | 15      | 33           | 395               | 0,2      | 0,6   | 274,3  | 0,2    | 0,6    | 265,8  | 33,1   | 309,9  | 2,6    | 233,3  | 1,1    | 0,0                  |        |      |      |      |      |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 завтрак                                    |              |                  |         |              |                   |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |                      |        |      |      |      |      |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукт  | 100          | 0                | 0       | 13           | 88                | 0,02     | 7     | 0      | 0      | 0,02   | 14,0   | 8,0    | 14,0   | 5,30   | 140,0  | 0,0    | 1,60                 | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед   |              |                  |         |              |                   |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |                      |        |      |      |      |      |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Щи с картошкой на мясном бульоне со сметаной | 160          | 3                | 5       | 7            | 144               | 0,40     | 20,30 | 12,3   | 0,02   | 0,60   | 62,3   | 51,20  | 255,30 | 2,10   | 351,20 | 90,30  | 0,00                 | 0,08   | 0,08 | 0,08 | 0,08 | 0,08 |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Бефстроганов из отварного мяса               | 50           | 5                | 4       | 9            | 102               | 0,22     | 14,60 | 0,90   | 0      | 0,36   | 25,30  | 30,20  | 88,00  | 2,00   | 433,20 | 71,20  | 0,05                 | 0,07   | 0,07 | 0,07 | 0,07 | 0,07 |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макаронные изделия отварные                  | 110          | 1                | 3       | 28           | 130               | 0,18     | 26,30 | 22,30  | 0,10   | 0,23   | 50,10  | 35,40  | 99,20  | 2,33   | 799,30 | 77,50  | 0,05                 | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот из яблок                              | 150          | 0,1              | 0       | 10           | 60                | 0,03     | 4     | 0      | 0      | 0,04   | 16     | 9      | 15     | 0,0    | 50     | 0      | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной                                  | 30           | 2                | 0,5     | 8            | 60                | 0,05     | 2     | 0      | 0      | 0,03   | 3,8    | 3,9    | 17,5   | 0,9    | 21,5   | 0,00   | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за Обед                                | 500          | 10               | 13      | 62           | 496               | 0,9      | 67,2  | 35,5   | 0,1    | 1,3    | 157,5  | 129,7  | 475,0  | 7,3    | 1655,2 | 239,0  | 0,1                  | 0,2    | 0,2  | 0,2  | 0,2  | 0,2  |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Уплотненный полдник                          |              |                  |         |              |                   |          |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |                      |        |      |      |      |      |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая молочная жидкая с маслом      | 150          | 6                | 5       | 10           | 123               | 0,06     | 0     | 35     | 0,30   | 0,08   | 18,60  | 15,30  | 68,60  | 1,4    | 65,30  | 60,20  | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Манник                                       | 50           | 2                | 2       | 30           | 148               | 0,04     | 0     | 26,68  | 0,1    | 0,03   | 11,45  | 27,42  | 84,38  | 0,6    | 55,31  | 60,76  | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай с низким содержанием сахара              | 150          | 0                | 0       | 2            | 52                | 0        | 0,1   | 0      | 0      | 0,01   | 5,15   | 4,4    | 8,24   | 0,01   | 15,1   | 0      | 0                    | 0      | 0    | 0    | 0    | 0    |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за Полдник                             | 350          | 8                | 9       | 25           | 323               | 0,11     | 7,14  | 63,1   | 0,24   | 0,14   | 72,69  | 57,05  | 167,35 | 6,17   | 853,13 | 136,00 | 0,02                 | 2,9    | 2,9  | 2,9  | 2,9  | 2,9  |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за день                                | 1290         | 59               | 62      | 268          | 1816              | 1,2      | 75,0  | 372,9  | 0,6    | 2,0    | 496,0  | 219,8  | 952,3  | 16,1   | 2741,7 | 376,1  | 0,1                  | 3,1    | 3,1  | 3,1  | 3,1  | 3,1  |  |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

| Итого                      | Пищевые вещества |         |                 | Энерге<br>тн. | Витамины |        |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |        |       |       |        |        |
|----------------------------|------------------|---------|-----------------|---------------|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
|                            | Белки, г         | Жиры, г | Углево<br>ды, г |               | ккал     | В1, мг | С, мг  | А, мкг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Мг, мг | Р, мг                | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Ф, мг  | Se, мг |
| Итого за весь период       | 368              | 409     | 1772            | 12418         | 6,1      | 385,5  | 4031,2 | 85,9   | 7,7    | 6275,1 | 698,0  | 5998,3 | 85,1                 | 3535,0 | 0,5   | 11,70 | 0,0133 |        |
| Среднее значение за период | 36,8             | 40,9    | 177,2           | 1241,8        | 0,6      | 38,6   | 403,1  | 8,6    | 0,8    | 627,5  | 69,8   | 599,8  | 8,5                  | 353,5  | 0,05  | 1,17  | 0,0013 |        |

Нормативная документация:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" под ред. Могильного М.П., Тугельна В.А. 2015 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Дашкиной 2004г.