

1 День

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав											Минеральные вещества											№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	L, мг	F, мг	Na, мг	№ рецептур								
																					Завтрак	Обед	Ужин					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42	4,87	7,34	12,88	136,96	0,05	0,08	0,07	0,62	0,06	0,05	117,18	12,73	84,97	0,64	44,23	0,00	0,01	0,00	3								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	40	4,96	4,49	0,27	61,30	0,02	0,00	0,10	0,81	0,89	0,15	19,92	4,35	69,55	0,91	56,35	8,05	0,02	0,01	209								
КАША С МОЛОКОМ	200	6,97	12,92	50,22	345,85	0,06	0,02	0,07	0,50	0,18	0,15	128,73	37,62	158,30	0,59	228,52	11,45	0,02	0,01	174								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	4,50	3,47	24,73	149,97	0,03	0,52	0,02	0,00	0,00	0,12	115,11	39,73	114,44	1,51	255,58	9,00	0,00	0,00	121								
Итого за прием пищи:	40	3,05	0,26	20,07	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,00	0,00	2021								
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	572	24,35	28,47	107,97	788,81	0,22	1,23	0,26	2,71	1,13	0,49	391,14	107,93	460,86	4,45	636,28	28,50	0,00	0,00	2008								
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,17	0,39	0,00	0,04	14,00	20,00	26,00	1,00	290,00	2,00	0,00	0,00	71								
ГУРШ	250	2,15	5,75	13,11	115,92	0,05	10,26	0,25	2,39	0,00	0,06	51,13	27,11	51,16	1,26	395,09	6,33	0,03	0,00	82								
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	14,87	17,15	3,63	229,03	0,05	1,84	0,02	2,65	0,00	0,10	17,22	19,45	131,92	2,03	347,66	6,74	0,04	0,00	2011								
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,82	6,17	25,73	174,23	0,15	12,48	0,04	0,29	0,09	0,13	50,49	38,21	102,36	1,44	918,06	10,26	0,04	0,00	312								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,80	0,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	10								
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,96	0,40	32,62	153,93	0,10	0,00	0,00	1,27	0,00	0,03	14,95	21,45	54,80	1,30	83,85	0,00	0,00	0,00	2021								
Итого за прием пищи:	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,20	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	2008								
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗОЛОМ	965	30,97	30,20	114,00	858,19	0,52	49,58	0,48	8,31	0,09	0,41	166,86	137,42	418,24	9,43	2 117,16	28,69	0,12	0,00	2008								
СЫР (ГОРЯЧИЙ)	140	10,00	3,10	41,20	301,00	0,17	0,30	0,15	2,74	0,89	0,35	140,84	33,87	277,80	2,19	301,81	9,22	0,07	0,05	55								
СОК ФРУКТОВЫЙ	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	0,06	0,06	0,00	0,06	176,00	7,00	100,00	0,20	17,60	0,00	0,01	0,00	15								
ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	1,00	0,20	86,00	86,00	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	14,00	8,00	14,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00	389								
Итого за прием пищи:	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,03	0,00	0,00	0,00	0,33	0,01	2,70	2,85	13,05	0,60	20,40	0,84	0,00	0,00	2011								
Всего за день:	375	16,63	9,33	67,76	490,39	0,23	4,44	0,21	3,13	0,89	0,44	333,64	51,72	404,85	5,79	579,81	12,06	0,08	0,05	2008								

2 День

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав											Минеральные вещества											№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	L, мг	F, мг	Na, мг	№ рецептур								
																					Завтрак	Обед	Ужин					
ЖИРА КАЧАЮЩАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	91,00	0,02	7,00	0,19	0,00	0,00	0,05	41,00	15,00	37,00	0,70	315,00	0,00	0,00	0,00	2008								
КОТЛЕТЫ ДРОМЛАННЕ С МАКСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	12,89	23,32	9,47	299,20	0,13	0,10	0,03	2,74	0,10	0,06	17,34	20,18	128,77	2,29	252,07	5,86	0,04	0,00	271								
МАКАРОНЫ ИЗ ДРЕВНЯ ОВЧАРЬНЕ С МАКСЛОМ	180	6,57	7,58	41,93	282,32	0,08	0,00	0,04	1,48	0,13	0,03	31,43	13,35	50,36	1,16	77,78	0,92	0,01	0,02	203								
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,80	0,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	10								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,26	20,07	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00	2021								
Итого за прием пищи:	625	24,41	40,05	88,85	785,95	0,29	7,10	0,26	5,00	0,23	0,19	107,25	62,53	248,73	4,92	697,35	6,78	0,06	0,02	2008								
САЛАТ ИЗ СВЕДЫ ОВАРНОЙ	100	1,41	6,09	8,28	93,46	0,01	3,88	0,00	2,66	0,00	0,03	32,30	18,21	37,86	1,22	279,36	6,79	0,02	0,00	52								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРЕЦКАМИ	250	3,55	4,59	18,79	144,00	0,09	4,80	0,23	1,34	0,15	0,07	29,88	20,65	62,45	0,97	354,82	4,73	0,03	0,01	108								
ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,90	10,50	35,70	305,30	0,10	2,49	0,30	4,47	0,00	0,16	25,90	44,42	220,03	2,13	329,25	7,83	0,14	0,00	2011								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,39	0,00	10,49	43,51	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,02	17,36	9,78	14,83	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	81								
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,10	0,00	0,00	1,18	0,00	0,03	13,80	19,80	50,40	1,20	77,40	0,00	0,01	0,00	2021								
Итого за прием пищи:	870	39,40	22,08	128,80	850,74	0,41	11,05	0,53	10,97	0,15	0,36	128,84	125,24	437,57	9,40	1 172,94	22,71	0,20	0,04	2008								
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	6,37	9,61	16,60	179,35	0,06	1,12	0,09	0,82	0,08	0,07	153,45	16,67	111,27	0,84	57,92	0,00	0,01	0,01	3								
МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	0,05	1,04	0,03	0,00	0,00	0,21	204,00	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	83								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	100	0,60	0,60	15,40	72,00	0,05	6,00	0,01	0,00	0,00	0,02	30,00	17,00	22,00	1,00	255,00	8,00	0,00	0,00	2022								
Итого за прием пищи:	356	13,60	15,06	41,31	356,11	0,16	7,16	0,13	0,82	0,08	0,30	387,45	56,07	277,27	2,00	604,92	26,00	0,02	0,01	2011								
Всего за день:	67,81	77,19	256,96	1 992,80	0,86	25,31	0,92	16,79	0,46	0,85	624,54	243,84	964,57	16,32	2 475,21	55,49	0,28	0,07	2011									

3 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Ф, мг	Se, мг								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	35,59	24,65	29,38	402,05	0,08	0,38	0,14	0,64	0,20	0,40	272,98	44,53	377,63	1,48	269,67	2,34	0,06	0,05	223	2005						
МОЛОКО СТУДЕННЕ	35	2,44	2,89	18,94	111,36	0,02	0,14	0,02	0,08	0,02	0,11	96,71	10,71	68,99	0,08	127,75	2,45	0,01	0,00								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,63	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,00	2,00	0,01	0,00	338	2011						
ЧИП С САХАРОМ	200	0,39	0,00	10,49	43,31	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,02	17,36	9,76	14,83	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	338	2011						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,05	0,00	0,00	0,59	0,00	0,02	6,90	9,90	25,20	0,60	39,70	0,00	0,00	0,00	8/1	2021						
Итого за прием пищи:	565	41,11	28,13	83,56	764,97	0,18	10,00	0,17	1,94	0,32	0,57	409,95	82,30	497,55	5,82	794,63	6,79	0,08	0,05		2008						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	71	2011						
СУЛТАКОВОУЛЬНИЙ С КРАПОМ И ТОМАТОМ	250	2,76	2,76	24,11	136,51	0,08	6,89	0,33	0,36	0,03	0,07	32,56	31,44	75,86	1,12	476,60	5,51	0,04	0,00	4	2022						
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	12,52	18,08	9,86	252,02	0,06	0,05	0,02	2,84	0,08	0,08	15,80	18,43	120,77	2,29	236,55	5,28	0,03	0,00	4	2022						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,93	12,73	27,52	246,25	0,15	12,94	0,03	4,79	0,00	0,11	34,28	35,78	99,70	1,69	876,45	9,21	0,05	0,00	145	2011						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,80	0,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	10	2021						
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,05	0,25	0,00	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00	0,00	10	2021						
Итого за прием пищи:	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,20	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00		2008						
Итого за прием пищи:	935	27,30	34,45	119,17	904,59	0,49	29,86	0,39	10,19	0,11	0,37	133,92	128,05	424,13	9,30	1 864,70	26,36	0,15	0,00		2008						
СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ	70	3,76	10,24	18,96	206,75	0,04	0,01	0,03	2,02	0,25	0,40	14,29	6,81	47,23	0,63	75,86	2,79	0,01	0,01	63	2023						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (МОЗГ)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,06	1,40	0,05	0,00	0,00	0,34	240,00	28,00	190,00	0,00	292,00	0,00	0,04	0,00	386	2011						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	60,00	0,01	0,22	0,00	0,03	13,00	13,00	23,00	0,30	197,00	2,00	0,02	0,00	338	2011						
Итого за прием пищи:	370	10,26	15,44	35,08	362,77	0,14	61,41	0,09	2,24	0,25	0,77	288,29	47,81	260,23	0,93	564,86	4,79	0,07	0,01		2011						
Итого за день:		78,67	78,02	238,81	2 032,33	0,81	101,89	0,65	14,37	0,68	1,71	832,16	256,76	1 182,01	16,05	3 194,19	37,94	0,30	0,06								

4 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Ф, мг	Se, мг								
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	71	2011						
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20)	120	22,73	7,10	2,16	164,39	0,13	3,92	0,17	3,05	0,00	0,15	64,23	78,87	323,11	1,32	689,09	217,02	0,92	0,07	81	2023						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	3,82	6,17	25,73	174,23	0,15	12,48	0,04	0,29	0,09	0,13	50,48	36,21	102,36	1,44	918,06	10,26	0,04	0,00	312	2011						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	12,60	7,20	12,60	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2011						
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,05	0,25	0,00	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00		2008						
Итого за прием пищи:	670	33,36	14,07	82,77	591,96	0,44	28,00	0,22	4,88	0,09	0,38	164,91	155,16	539,77	8,28	2 090,55	233,96	0,99	0,02		2008						
СТРАДАША ДУМАШЯЯ	100	1,90	8,90	7,70	91,00	0,02	7,00	0,19	0,00	0,00	0,05	41,00	15,00	37,00	0,70	315,00	0,00	0,00	0,00		2008						
ЧАХХЕБИЛИ ИЗ КУР	250	2,87	5,69	14,33	120,07	0,02	0,40	0,02	2,22	0,12	0,03	21,69	7,08	30,44	0,42	49,91	1,65	0,00	0,00	113	2011						
РИС С ОВОЩАМИ	100	18,09	19,18	4,02	200,89	0,06	1,64	0,08	0,91	0,00	0,13	23,91	19,49	157,87	1,64	239,27	6,49	0,12	0,02	12	2023						
ЧИП С САХАРОМ	180	4,04	5,15	37,99	215,31	0,05	2,27	0,42	0,56	0,09	0,04	18,11	32,86	86,89	0,89	175,30	2,70	0,03	0,01	3/1	2021						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,39	0,00	10,49	43,31	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,02	17,36	9,76	14,83	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	8/1	2021						
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,08	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	11,50	16,50	42,00	1,00	64,50	0,00	0,01	0,00		2008						
Итого за прием пищи:	420	2,65	0,35	16,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008						
ПИРОЖКИ СЛОЕНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	150	10,20	3,33	32,10	283,10	0,14	0,39	0,20	1,21	1,08	0,41	165,42	32,70	304,42	1,88	231,72	9,76	0,07	0,06	101	2023						
ЧИП С САХАРОМ	200	0,39	0,00	10,49	43,31	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,02	17,36	9,76	14,83	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	8/1	2021						
Итого за прием пищи:	350	10,59	3,33	42,59	326,61	0,14	0,47	0,20	1,21	1,08	0,43	182,78	42,46	319,25	3,46	292,23	9,76	0,07	0,06		2021						
Итого за день:		77,71	56,98	241,94	1 849,28	0,88	39,86	1,13	11,64	1,38	1,14	488,46	306,03	1 282,85	19,47	3 321,67	266,79	1,22	0,12								

5 День

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецеп-тур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	Na, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг
Каша жидкая молочная из манной крупы	235	6,97	12,01	35,55	276,55	0,07	0,58	0,07	1,13	0,17	0,14	125,04	18,91	108,92	0,42	210,62	10,07	0,01	0,00	181	2011									
Ковбейный напиток с молоком	200	3,41	2,43	21,33	121,46	0,04	0,52	0,02	0,00	0,00	0,11	112,13	20,38	91,06	0,46	173,96	9,00	0,00	0,00	117	2011									
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,63	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,00	2,00	0,01	0,00	338	2011									
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,08	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	11,50	16,50	42,00	1,00	64,50	0,00	0,01	0,00	2011										
Итого за прием пищи:	585	14,30	15,15	91,77	563,42	0,22	11,10	0,10	2,74	0,17	0,30	264,67	63,79	252,88	4,08	727,08	21,07	0,03	0,00	2008										
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,17	0,39	0,00	0,04	14,00	20,00	26,00	1,00	290,00	2,00	0,00	0,00	71	2011									
Супляки овсяные	250	1,81	5,10	10,75	96,66	0,06	8,50	0,20	2,34	0,00	0,05	32,78	21,21	46,80	0,88	386,58	3,90	0,02	0,00	99	2011									
Витонки освяне с маслом сливочным (100/5)	105	15,76	24,46	12,56	333,32	0,15	0,00	0,02	2,46	0,08	0,11	13,94	26,56	161,02	2,94	306,53	6,51	0,04	0,00	289	2011									
Мякaronные изделия отварные с маслом	180	6,57	7,68	41,93	262,32	0,08	0,00	0,04	1,48	0,13	0,03	31,43	12,35	50,36	1,16	77,78	0,92	0,01	0,02	203	2011									
Хлеб пшеничный	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	12,60	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	0,00	389	2011										
Хлеб ржаной	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,08	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	11,50	16,50	42,00	1,00	64,50	0,00	0,01	0,00	2008										
Итого за прием пищи:	915	32,02	38,10	126,46	979,32	0,50	35,10	0,43	8,31	0,21	0,30	121,65	109,52	364,88	10,60	1386,19	17,01	0,09	0,02	2008										
РЫБА ВАРЕНЫЕ	40	4,98	4,49	0,27	61,30	0,02	0,00	0,10	0,81	0,89	0,15	19,92	4,35	69,55	0,91	56,35	8,05	0,02	0,01	209	2011									
Сыр (порезанный)	30	8,96	8,85	0,00	109,20	0,01	0,21	0,10	0,09	0,00	0,09	264,00	10,50	150,00	0,30	26,40	0,00	0,01	0,01	15	2011									
Молоко в промывленной упаковке	200	5,63	4,85	9,31	104,76	0,05	1,04	0,03	0,00	0,00	0,21	204,00	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	83	2022									
Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,36	0,00	0,03	19,00	12,00	16,00	2,00	155,00	1,00	0,01	0,00	338	2011									
Хлеб ржаной	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,03	0,00	0,00	0,33	0,00	0,01	2,70	2,85	13,05	0,60	20,40	0,84	0,00	0,00	2008										
Итого за прием пищи:	385	18,94	18,62	26,24	382,85	0,13	6,25	0,23	1,59	0,89	0,49	500,62	52,10	392,60	3,97	550,15	27,89	0,04	0,02	2008										
Всего за день:	65,26	71,87	244,47	1895,69	0,86	52,45	0,76	12,64	1,27	1,09	895,94	225,41	1010,38	18,65	2663,42	65,97	0,15	0,04												

6 День

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецеп-тур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	Na, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,66	4,80	20,96	150,64	0,06	0,65	0,03	0,46	0,03	0,14	140,36	18,12	106,96	0,50	207,88	11,55	0,00	0,00	120	2011									
Кисломолочный продукт (йогурт)	45	3,38	4,41	33,48	187,65	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	13,05	9,00	40,50	0,95	49,50	0,00	0,00	0,00	2011										
Фрукты свежие (яблоко)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,06	1,40	0,03	0,00	0,00	0,34	240,00	28,00	190,00	0,00	292,00	0,00	0,04	0,00	386	2011									
Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,63	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,00	2,00	0,01	0,00	338	2011									
Итого за прием пищи:	40	3,05	0,26	20,07	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00	2008										
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,17	0,39	0,00	0,04	14,00	20,00	26,00	1,00	290,00	2,00	0,00	0,00	71	2011									
Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,59	18,79	144,00	0,09	4,60	0,23	1,34	0,15	0,07	29,60	20,65	62,45	0,97	354,62	4,73	0,03	0,01	108	2011									
Жаркое по-домашнему	200	18,99	21,75	20,25	353,08	0,15	10,84	0,02	3,87	0,00	0,17	23,94	44,23	206,26	3,24	1023,99	13,18	0,08	0,00	259	2011									
Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	9,66	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,80	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	10	2021										
Хлеб пшеничный	65	4,96	0,40	32,62	153,83	0,10	0,00	0,00	1,27	0,00	0,03	14,95	21,45	54,60	1,30	83,85	0,00	0,01	0,00	2008										
Хлеб ржаной	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,20	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	2008										
Итого за прием пищи:	875	32,57	27,47	110,57	836,09	0,51	40,44	0,42	8,19	0,15	0,36	101,65	119,53	401,51	8,91	1835,16	23,27	0,12	0,01	2008										
ВАРУШКА С ТВОРОГОМ И ЯГОМ	140	10,00	3,10	41,20	301,00	0,17	0,30	0,15	2,74	0,98	0,35	140,04	33,87	277,80	2,19	301,81	9,22	0,07	0,05	55	2023									
Кисломолочный продукт (йогурт)	20	1,96	14,88	83,40	83,40	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,80	4,00	18,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00	2008										
Итого за прием пищи:	360	17,10	10,06	65,10	497,42	0,25	1,70	0,20	2,74	0,98	0,70	386,74	65,87	485,80	2,61	615,81	9,22	0,11	0,05	2011										
Всего за день:	67,76	62,39	269,00	1926,55	1,01	54,19	0,72	12,80	1,07	1,60	907,00	261,72	1289,37	15,97	3329,95	46,04	0,20	0,06												

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг					В2, мг					Са, мг							
						С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	Se, мг					
Завтрак																							
Икра казачья консервированная	100	1,90	8,90	7,70	91,00	0,02	7,00	0,19	0,00	0,00	0,05	41,00	15,00	37,00	0,70	315,00	0,00	0,00	0,00	2008			
Ратунд шпиль	230	16,50	15,42	20,01	285,07	0,18	11,44	0,54	3,89	0,00	0,20	38,24	49,79	217,87	2,79	915,15	13,12	0,15	0,03	289			
Сок фруктовый	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	12,60	7,20	12,60	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	389			
Хлеб пшеничный	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00	2008			
Хлеб ржаной	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,03	0,00	0,00	0,66	0,00	0,02	5,40	5,70	26,10	1,20	40,80	1,69	0,00	0,00	2008			
Итого за прием пищи:	600	24,41	25,02	80,09	615,41	0,33	20,04	0,73	5,33	0,00	0,31	108,44	90,89	327,17	8,01	1 562,55	16,80	0,16	0,03				
Обед																							
Полдник																							
Овощи натуральные по сезону (огурцы свежие)	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	71			
Борщ с капустой и картофелем	250	2,15	5,75	13,11	115,92	0,05	10,26	0,25	2,39	0,00	0,06	51,13	27,11	51,16	1,26	395,09	6,33	0,03	0,00	82			
Бездрожжевой	100	12,36	32,30	5,50	374,19	0,29	0,99	0,03	1,31	0,00	0,10	32,04	49,79	132,01	1,39	300,40	8,33	0,06	0,00	83			
Рис с овощами	180	4,04	5,15	37,99	215,31	0,05	2,27	0,42	0,56	0,09	0,04	18,11	32,96	86,69	1,75	30,40	2,70	0,03	0,01	3/1			
Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,80	0,00	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	10			
Хлеб пшеничный	65	0,00	0,00	32,82	153,93	0,10	0,00	0,00	1,27	0,00	0,03	14,95	21,45	54,60	1,30	63,85	0,00	0,01	0,00	2008			
Хлеб ржаной	80	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,20	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	2008			
Итого за прием пищи:	955	28,28	44,23	126,83	1 094,43	0,63	23,52	0,71	6,95	0,09	0,32	158,31	129,21	418,66	8,23	1 178,14	23,72	0,15	0,01				

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг					В2, мг					Са, мг							
						С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	Se, мг					
Завтрак																							
Ветеринар с сыром	42	4,87	7,34	12,98	136,96	0,05	0,09	0,07	0,62	0,06	0,05	117,18	12,73	84,97	0,64	44,23	0,00	0,01	0,00	3			
Каши вязкая молочная из риса и пшена	235	6,64	12,39	37,63	209,34	0,11	0,58	0,07	0,67	0,17	0,14	124,72	36,10	147,99	0,82	226,05	11,25	0,01	0,00	175			
Чай с сахаром	200	0,39	0,00	10,49	43,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	17,36	9,79	14,83	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	8/1			
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,63	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,00	2,00	0,01	0,00	338			
Хлеб пшеничный	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00	2011			
Итого за прием пищи:	617	15,35	20,38	90,67	611,54	0,29	10,75	0,15	2,90	0,23	0,25	284,48	79,79	292,39	5,94	650,39	13,25	0,04	0,00	2008			
Обед																							
Полдник																							
Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	6,84	82,04	0,02	25,30	0,00	2,12	0,00	0,02	42,05	14,38	31,01	0,59	260,61	2,73	0,01	0,00	103			
Суп картофельный с бобовыми	250	5,73	5,38	18,87	147,17	0,18	4,65	0,25	4,07	0,00	0,06	41,10	33,60	79,29	1,95	473,36	4,45	0,03	0,00	102			
Фрикадельки рыбные с маслом сливочным (100г)	105	14,09	6,12	9,54	150,04	0,09	1,22	0,05	0,81	0,27	0,13	54,22	45,13	203,66	1,18	387,37	112,52	0,47	0,01	240			
Картофель отварной	180	3,52	5,74	28,51	186,15	0,16	14,40	0,03	0,32	0,09	0,11	24,60	38,55	95,46	1,65	1 023,80	9,00	0,05	0,00	310			
Кисель	200	0,10	0,10	27,90	113,00	0,01	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	2,00	2,00	8,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	411			
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,89	118,41	0,08	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	11,50	16,50	42,00	1,00	64,50	0,00	0,01	0,00	2008			
Хлеб ржаной	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,20	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	2008			
Итого за прием пищи:	945	32,83	23,26	142,18	913,19	0,65	47,57	0,33	9,72	0,26	0,40	189,27	181,54	511,62	9,15	2 291,24	132,06	0,57	0,01				

9 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур														
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, ккал		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг																						
																				В12, мкг	В5, мг	В6, мг	В9, мкг	В10, мкг	В11, мкг			В15, мкг	В17, мкг	В18, мкг	В19, мкг	В20, мкг	В21, мкг	В22, мкг	В23, мкг	В24, мкг	В25, мкг	В26, мкг	В27, мкг	В28, мкг	В29, мкг
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)																				100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	0,00	71	2011
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)																				105	12,52	18,08	9,86	252,02	0,06	0,05	0,02	2,84	0,08	0,08	15,80	18,43	120,77	2,29	236,55	5,28	0,03	0,00	0,00	270	2011
КАЛА ВЯЗАЯ ПЛЕННИЧНАЯ																				180	7,58	9,49	44,54	293,77	0,15	0,00	0,05	0,24	0,16	0,06	30,98	37,56	160,33	2,70	157,25	0,00	0,00	0,04	0,00	51	2023
СОК ФРУКТОВЫЙ																				200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	12,60	7,20	12,60	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
ХЛЕБ ПЛЕННИЧНЫЙ																				30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,05	0,00	0,00	0,59	0,00	0,02	6,90	9,90	25,20	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	208	2011
Итого за прием пищи:																				616	24,16	28,05	91,84	714,28	0,31	11,65	0,08	3,77	0,24	0,22	89,28	87,11	360,90	9,11	813,50	10,28	0,05	0,04	0,04		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)																				100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,17	0,39	0,00	0,04	14,00	20,00	26,00	1,00	290,00	2,00	0,00	0,00	0,00	71	2011
СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой И ТОМАТОМ																				360	3,03	2,76	24,11	136,51	0,08	6,89	0,33	0,36	0,03	0,07	32,56	31,44	75,86	1,12	476,60	5,51	0,04	0,00	0,00	4	2022
РАУЧ ИЯ ПИЦЦА																				200	17,15	22,18	18,80	344,03	0,15	9,97	0,47	3,53	0,00	0,18	33,66	43,58	190,87	2,44	79,72	11,48	0,13	0,02	0,00	289	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)																				200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,06	1,40	0,05	0,00	0,00	0,34	240,00	28,00	190,00	0,00	292,00	0,00	0,04	0,00	0,00	386	2011
ХЛЕБ ПЛЕННИЧНЫЙ																				65	4,96	0,40	32,62	153,93	0,10	0,00	0,00	1,27	0,00	0,03	14,95	21,45	54,60	1,30	83,85	0,00	0,01	0,00	0,00	208	2008
ХЛЕБ РУЖАНОИ																				60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,20	2,40	81,80	3,36	0,00	0,00	0,00	208	2008
Итого за прием пищи:																				875	35,91	31,07	113,78	893,87	0,56	43,26	1,02	6,87	0,03	0,71	345,97	155,88	589,53	8,26	2 022,77	22,33	0,22	0,02	0,02		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ																				55	6,37	9,61	16,80	179,35	0,06	0,12	0,09	0,82	0,08	0,07	153,45	16,67	111,27	0,84	57,92	0,00	0,01	0,01	0,01	3	2011
МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ																				200	5,63	4,85	9,31	104,76	0,05	1,04	0,03	0,00	0,00	0,21	204,00	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	0,00	83	2022
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЪЕСИНИ)																				100	0,20	8,10	43,00	8,10	0,04	60,00	0,22	0,00	0,00	0,03	34,00	13,00	23,00	0,30	197,00	2,00	0,02	0,00	0,00	338	2011
Итого за прием пищи:																				355	12,30	14,66	34,91	327,11	0,15	61,18	0,13	1,04	0,08	0,31	391,45	52,07	278,27	1,30	546,92	20,00	0,03	0,01	0,01		
Всего за день:																					72,87	73,78	239,33	1 935,24	1,02	116,07	1,23	11,66	0,35	1,24	826,70	205,06	1 228,70	18,67	3 383,19	52,61	0,30	0,07	0,07		

9

10 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур														
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, ккал		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг																						
																				В12, мкг	В5, мг	В6, мг	В9, мкг	В10, мкг	В11, мкг			В15, мкг	В17, мкг	В18, мкг	В19, мкг	В20, мкг	В21, мкг	В22, мкг	В23, мкг	В24, мкг	В25, мкг	В26, мкг	В27, мкг	В28, мкг	В29, мкг
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВЩЕРАДИ																				100	1,41	6,09	8,28	93,46	0,01	3,88	0,00	2,66	0,00	0,03	32,30	19,21	37,66	1,22	279,36	6,79	0,02	0,00	0,00	52	2011
ПРОВИАЗ ПИЦЦА																				200	16,90	10,50	35,70	305,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	291	2011	
КОВБНИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ																				200	3,41	2,43	21,33	121,46	0,04	0,52	0,02	0,00	0,00	0,11	112,13	20,38	91,06	0,46	173,96	9,00	0,00	0,00	0,00	171	2021
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)																				100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,61	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	276,00	2,00	0,01	0,00	0,00	338	2011
ХЛЕБ ПЛЕННИЧНЫЙ																				40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,08	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,00	0,01	0,00	0,00	208	2008
ХЛЕБ РУЖАНОИ																				20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02	3,60	3,80	17,40	0,80	22,20	1,12	0,00	0,00	0,00	208	2008
Итого за прием пищи:																				660	25,49	19,85	103,66	702,74	0,18	14,40	0,03	4,51	0,00	0,20	173,23	64,59	190,72	5,48	810,12	18,91	0,04	0,00	0,00		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)																				100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,01	0,10	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	0,00	71	2011
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)																				105	12,89	23,32	9,47	299,20	0,13	0,10	0,03	2,74	0,10	0,09	17,34	20,18	128,77	2,26	252,07	5,86	0,04	0,00	0,00	271	2011
СУЛ ИЯ ОВЩЕИ																				250	1,81	5,10	10,75	96,66	0,08	8,50	0,20	2,34	0,00	0,05	32,78	21,21	46,80	0,86	366,58	3,90	0,02	0,00	0,00	99	2011
КАЛА РАСЫПЛАТА ГРЕЧНЕВАЯ																				180	9,82	11,66	44,34	321,42	0,28	0,00	0,05	5,56	0,17	0,14	24,37	145,14	216,93	5,09	306,80	2,64	0,02	0,00	0,00	171	2011
СОК ФРУКТОВЫЙ																				200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	12,60	7,20	12,60	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
ХЛЕБ ПЛЕННИЧНЫЙ																				55	4,20	0,34	13,05	50,25	0,09	0,00	0,00	1,08	0,00	0,03	12,60	18,15	46,20	1,10	70,95	0,00	0,01	0,00	0,00	208	2008
ХЛЕБ РУЖАНОИ																				40	2,65	0,35	16,86	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,80	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	0,00	208	2008
Итого за прием пищи:																				930	33,14	41,06	131,21	1 026,53	0,66	20,20	0,29	12,70	0,27	0,40	129,94	233,48	528,00	14,44	1 430,80	19,64	0,11	0,00	0,00		
ПИРОЖКИ С ЯБЛОНЬЕ ПЕЧЕНЬЕ С ТВОРОГОМ																				150	10,20	3,33	32,10	283,10	0,14	0,39	0,20	1,21	1,08	0,41	165,42	32,70	304,42	1,98	231,72	9,76	0,07	0,06	0,06	101	2023
МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ																				200	5,63	4,85	9,31	104,76	0,05	1,04	0,03	0,00	0,00	0,21	204,00	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	0,00	83	2022
Итого за прием пищи:																				350	15,83	8,18	41,41	387,86	0,19	1,43	0,23	1,21	1,08	0,62	369,42	55,10	448,42	2,14	523,72	27,76	0,07	0,06	0,06		
Всего за день:																					75,46	69,11	276,28	2 117,13	1,03	36,03	0,55	18,42	1,35	1,22	672,59	353,17	1 167,14	22,06	2 764,64	66,31	0,22	0,06	0,06		

10

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Итого за весь период	700,72	690,85	2 577,88	19 783,76	9,57	586,50	4 223,00	140,59	96,80	12,54	7 538,27	2 803,07	11 449,09	182,82	7 329,00	8,60	40,20	0,62		
Среднее значение за период	70,07	69,09	257,79	1 978,38	0,96	59,65	422,30	14,06	9,70	1,25	753,83	280,31	1 144,91	18,28	732,90	0,08	4,00	0,06		
Содержание белка, жира, углеводов в меню за период в % от калорийности	14,2	31,4	54,4																	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник
12-18 лет	614	918	363

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

12-18 лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г											Факт. за 10 дн., г	Факт. за День, г	Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге- тическая ценность, ккал
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
Хлеб ржаной	72	75	76	77	70	61	60	60	77	76	722	72		100	4,8	0,6	30,4	146,5	
Хлеб пшеничный	120	130	143	97	90	121	105	138	138	105	1198	120	100	9,1	0,7	58,4	275,8		
Мука	12	76,4	20	21,7	87,5		94,4	5,4	18,2	64,4	389,3	38,9	26,9	324	4,3	2,3	27,7	153,6	
Крупа (злаки), бобовые	30	52,4	46,7	27	47,6	34,7		47,6	82,5	126,6	522	52,2	22,2	174	4,9	0,8	35,0	166,0	
Макаронные изделия	12		61,2		61,2		20				142,4	14,2	2,2	119	1,5	0,2	9,7	46,7	
Картофель	112,2	174,1	50	194,2	154,1	50	164,3	125	230	50	1344,2	134,4	22,2	120	2,6	0,5	21,3	100,4	
Овощи разные, зелень	192	208	246,1	181,8	286,2	147,5	138,3	398	128,9	273,6	2287,3	228,7	36,7	119	3,3	2,8	14,1	89,8	
Фрукты свежие	111	100	100	207	200	200	100	100	100	100	1114	111		100	1,2	2,3	15,4	95,1	
Фрукты сухие	12	30	20	20			30	20			120	12		100			1,3	5,6	
Соки фруктовые (овощные)	120	200			200	200		200		200	1200	120		100	0,6	0,1	11,8	50,3	
Мясо	46,8	79	66,9	59,8		80	90,3	79	59,8	66,9	581,7	58,2	11,4	124	9,9	11,6		143,3	
Субпродукты (печень, язык, сердце)	24												-24	0					
Птица	31,8		96		98,4			94,5		96	467,2	46,7	14,9	147	8,3	8,4		107,9	
Рыба	46,2				144						216,6	21,7	-24,5	47	3,3	0,2		15,1	
Молоко	210	248	200	140	28	412	125	200	127	300	1980	198	-12	94	5,4	4,8	10,5	107,6	
Кисломолочные продукты	108			200			400		200		1000	100	-8	93	2,8	2,5	4,5	56,5	
Творог	36	60		184	78		60			78	460	46	10	128	8,2	4,1	1,4	76,9	
Сыр	9	32,6	16,5			30		16,5	12,6	16,5	124,7	12,5	3,5	139	2,9	3,7		45,4	
Сметана	6	5		24,2				31	5		65,2	6,5	0,5	109	0,2	1,0	0,2	13,0	
Масло сливочное	21	23,2	21,3	22,8	19,5	24,7	5,2	11,3	34,5	24	209,8	21		100	0,6	17,5	3,9	180,7	
Масло растительное	10,8	10,4	22,6	15,6	13	9	10,4	15,9	10	25,5	144,5	14,5	3,7	134	0,6	16,0	3,8	165,8	
Яйцо	24	80,7	6,9	15,1	49,1	40,3	46		15,9	45,1	299,1	29,9	5,9	125	4,3	5,3	4,0	85,0	
Сахарный песок	21	42,1	20	31	22,8	20,7	13,9	12,5		16,8	210,2	21		100	0,6	1,9	24,2	120,7	
Кондитерские изделия	9						65				65	7	-2	72	0,5	0,6	4,8	27,1	
Чай	1,2		2	2	4				2		10	1	-0,2	83	0,2	0,6	0,4	2,5	
Какао	0,72	7,2									7,2	0,72		100	0,2	0,1	0,1	2,0	
Кофейный напиток	1,2					6				6	12	1,2		100	0,1		0,6	3,0	
Дрожжи	0,18	0,45			0,45		0,45			0,45	1,8	0,18		100	0,6	1,9	3,8	39,3	
Крахмал	2,4								24		24	2,4		100			1,9	7,4	
Соль	3	3,8	4,1	2,5	3,5	2,7	3,6	0,7	2,8	4,5	30	3		100	0,6	1,9	3,8	39,2	
Специи	1,2												-1,2	0					
														81,6	91,8	293,0		2 368,2	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279375

Владелец Канцидал Татьяна Николаевна

Действителен с 26.03.2025 по 26.03.2026