

Согласовано:

Заведующий МБДОУ №

03



**Примерное циклическое меню для воспитанников МБДОУ
младших возрастных групп с 1 до 3 лет
(с 12-ти часовым пребыванием)
Весна-лето**

День 1:
Неделя: первая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Питательные вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K	
	Завтрак																	
СБ.Москва 2017г. ТК №181**	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/145/5	150,00	178,81	4,36	7,65	23,13	0,08	0,83	41,43	0,12	95,55	84,43	14,50	0,33	0,01	34,06	
СБ.Москва 2016г. ТК №410*	Чай без сахара	1/160	160,00	0,25	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,68	1,65	0,94	0,17	0,00	5,28	
СБ.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с помидором	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00	48,87	
			350,00	292,51	6,20	10,52	43,17	0,12	0,90	55,97	0,14	105,56	107,46	23,66	1,13	0,01	88,21	
	2-й завтрак																	
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
	Обед																	
СБ.Москва 2016г. ТК №23*	Салат из картофеля с салатными овощами	1/30	30,00	25,98	0,41	1,56	2,57	0,02	3,60	0,00	0,02	6,40	12,80	6,57	0,22	0,01	96,74	
СБ.Москва 2016г. ТК №63,* ТК №1036	Борщ с картофелем с куриными фрикадельками со сметаной	1/130/12,5/12	154,5	94,00	3,7	4,32	5,08	0,04	5,38	0,00	0,05	38,38	55,03	18,58	6,31	0,01	22,12	
ГТК №5 (0,4л) МУП КП	Котлеты "Нежная" с мясом свиным	1/70/5	75,0	121,00	13,20	3,20	9,70	0,15	0,10	21,00	0,15	12,68	1,00	1,90	2,25	0,01	21,32	
СБ.Москва 2016 г. ТК №218*	Макаронные изделия отварные	1/85	85,00	87,89	3,26	0,47	17,65	0,05	0,00	20,00	0,00	4,24	26,92	12,85	0,69	0,01	30,18	
СБ.Москва 2017г. ТК №349**	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,00	98,60	0,50	0,07	24,01	0,01	0,54	0,00	0,02	24,36	17,58	13,10	0,52	0,00	72,35	
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80	
			534,50	476,80	12,15	10,10	72,37	0,24	9,62	71,00	0,27	100,06	176,53	71,80	11,55	0,04	252,51	
	Полдник																	
Промышленный выпуск	Молоко кипяченное	1/160	160,00	96,00	4,64	5,12	7,52	0,06	2,08	32,00	0,24	192,00	144,00	22,40	0,16	0,00	23,36	
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (пряник глазированный)	1/40	40,00	146,36	2,36	1,88	30,00	0,03	0,00	5,00	0,03	4,40	20,00	3,60	0,32	0,01	80,00	
			200,00	217,36	7,00	7,00	37,52	0,09	2,08	37,00	0,27	196,40	164,00	26,00	0,48	0,01	103,36	
	Ужин																	
СБ.Москва 2004г. ТК №576****	Отулец свежий	1/30	30,0	29,80	0,86	1,85	2,40	0,03	2,79	0,00	0,01	5,60	17,33	5,86	0,20	0,00	27,64	
СБ.Москва 2016г. ТК №229*	Омлет натуральный	1/85/5	90,00	166,23	7,96	14,25	1,60	0,05	0,15	202,24	0,33	66,50	146,75	11,01	1,63	0,01	12,74	
СБ.Москва 2016г. ТК №411*	Чай с сахаром	1/150	150,00	29,86	0,04	0,01	7,46	0,00	0,02	0,00	0,00	8,53	1,71	0,96	0,20	0,00	5,55	
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99	
****	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,02	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	27,80	
			400,00	283,89	11,63	16,81	35,75	0,16	12,96	232,24	0,38	103,53	202,89	36,73	4,83	0,01	77,72	
				1250,56	30,88	40,87	175,81	0,62	27,56	537,46	1,07	640,99	557,88	162,19	12,39	0,07	541,80	



День 2:
Неделя: первая

№ Рацион	Наименование блюда	Выход	Объемы прие-мов пи-тия	Ккал	Полезные вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I	К	
	Завтрак																	
СБ.Москва 2017г. ТК №173**	Каша пшеничная из овсяной крупы с маслом сливочным	1/145/5	150,00	227,14	6,46	9,60	28,68	0,15	0,68	39,14	0,13	113,32	89,20	11,46	1,50	0,01	23,36	
СБ. Москва 2016г. ТК №416*	Какао с маслом натуральным	1/165	165,00	98,08	3,30	2,80	14,00	0,04	1,30	19,50	0,15	121,70	99,50	17,00	0,40	0,00	77,31	
СБ.Москва 2016г. ТК №1*	Вутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	136,41	2,36	7,50	14,90	0,03	0,00	40,00	0,02	8,40	22,50	4,20	0,33	0,00	73,07	
			350,00	371,63	12,1	19,90	57,58	0,22	1,98	98,64	0,30	243,42	211,30	32,66	2,25	0,01	173,74	
	2-й Завтрак																	
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
	Обед																	
ТТК№6020	Салат из отварной моркови с яблоком	1/30	30,0	38,61	0,39	2,58	3,23	0,02	2,09	0,00	0,02	5,81	10,19	7,21	0,40	0,01	34,59	
СБ.Москва 2012г. ТК №81, ТК №115,*** н/ф/МУП КИ* ТТК №1005	Суп картофельный с бобовыми мясными фрикадельками и гречихой	1/130/12,5/10	152,5	129,93	4,08	3,68	17,04	0,20	2,95	0,00	0,21	25,51	59,88	26,92	2,96	0,01	24,00	
ТТК №2062 н/ф МУП КИ	Пшеница рыбный (горбуша) натуральный с маслом сливочным	1/70/5	75,00	166,88	12,64	9,43	7,70	0,08	2,56	56,69	0,10	93,47	0,03	15,10	6,03	0,01	2,50	
СБ.Москва 2016г. ТК №339*	Пюре картофельное	1/85	85,00	125,80	1,70	5,00	18,46	0,07	9,76	27,41	0,06	22,84	47,70	15,02	0,56	0,01	36,74	
СБ.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)	1/150	150,00	84,75	0,33	0,00	20,83	0,00	0,30	0,00	0,00	23,86	11,53	4,50	0,94	0,00	8,74	
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80	
			532,50	595,30	16,78	21,17	80,62	0,44	17,66	114,10	0,42	185,49	192,55	87,55	12,45	0,04	116,37	
	Подник																	
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/130	130,00	76,35	4,35	3,75	6,30	0,03	0,19	30,00	0,00	189,00	138,00	21,00	0,15	0,00	21,09	
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	1/50	50,00	208,50	3,75	4,90	37,20	0,04	0,00	25,00	0,03	14,50	45,00	10,00	1,05	0,01	55,00	
			200,00	259,85	8,1	8,65	43,50	0,07	0,19	55,00	0,03	203,50	183,00	31,00	1,20	0,01	76,09	
	Ужин																	
ТТК №907, н/ф МУП КИ	Сырники из творога со ступенным молоком	2/60/20	140,0	265,60	19,06	2,40	41,94	0,10	0,56	0,01	0,12	162,40	240,00	38,00	1,12	0,01	19,74	
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/150	150,00	65,66	0,14	0,05	14,97	0,07	0,20	0,00	0,20	5,08	4,76	4,10	0,17	0,00	0,00	
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99	
****	Фрукт (мандарин)	1/80	80,00	30,40	0,64	0,16	6,00	0,06	30,40	0,00	0,02	28,00	13,60	8,80	0,08	0,00	12,40	
			400,00	372,66	22,21	2,91	77,40	0,28	31,16	30,01	0,56	202,38	285,06	60,80	1,97	0,01	36,13	
				1547,29	53,11	49,07	246,10	0,93	52,99	459,60	1,32	970,23	678,91	71,01	12,27	0,07	422,32	

День 3:
Неделя: первая

№ Ресурса	Наименование блюда	Выход	Объемы присоединения	Ккал	Питательные вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K
	Завтрак																
Сб.Москва 2016г. ТК №174**	Каши рисовая молочная каша с маслом сливочным	1/145/5	150,00	224,00	4,6	8,27	32,72	0,05	0,73	41,75	0,01	99,56	120,00	27,78	0,46	0,01	14,58
Сб.Москва 2016г. ТК №112*	Чай с лимоном	1/165	165,00	29,00	0,07	0,01	7,10	0,00	1,42	0,00	0,00	9,40	2,40	1,30	0,21	0,00	10,90
Сб.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд батон с сыром	1/25/10	55,00	99,50	4,48	2,21	12,53	0,04	0,06	26,05	0,00	64,90	71,25	11,75	0,60	0,00	21,80
			350,00	352,50	9,12	10,49	52,35	0,09	2,21	67,80	0,01	173,86	193,65	40,83	1,27	0,01	47,28
	2-й Завтрак																
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
			100,00	70,00	2,1	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
	Обед																
Сб.Москва 2016г. ТК №16*	Салат "Легкий"	1/00	30,00	23,25	0,37	1,56	1,93	0,02	5,61	0,00	0,02	7,11	11,46	5,40	0,23	0,01	90,86
Сб.Москва 2016г. ТК №82*	Расольник Ленинградский со сметаной на мясном бульоне	1/140/12	152,00	67,87	2,18	3,31	9,74	0,11	4,27	0,00	0,44	23,81	46,30	15,50	0,54	0,01	27,13
Сб.Москва 2016г. ТК №290*	Мясное (говядина) тушеное с овощами в соусе	1/150	150,00	201,18	14,30	11,72	9,73	0,09	3,27	17,65	0,12	28,06	132,44	31,50	1,34	0,01	38,53
Сб.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из яблок или ягод сушеных (изюм)	1/150	150,00	84,75	0,33	0,00	20,77	0,00	0,30	0,00	0,00	23,86	11,55	4,50	0,94	0,00	87,40
Промышленный выпуск	Хлеб ржачий	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,60	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80
			522,00	421,38	14,82	17,07	55,53	0,29	13,45	47,65	0,61	96,84	264,95	75,70	4,61	0,03	253,72
	Полдник																
Промышленный выпуск	Кисло-молочный напиток (сметана)	1/150	150,00	75,00	4,35	3,75	6,00	0,03	1,05	30,00	0,13	109,00	85,00	13,00	0,10	0,00	12,30
Промышленный выпуск	Булочка с посыпкой	1/50	50,00	181,00	3,39	0,02	26,07	0,06	0,00	20,00	0,03	9,30	32,10	13,10	0,60	0,01	49,40
			200,00	231,00	7,74	3,77	32,07	0,09	1,05	50,00	0,16	118,30	117,10	26,10	0,70	0,01	61,70
	Ужин																
Сб.Москва 2016г. ТК №223*	Макаронник	1/110	110,00	171,03	4,53	5,65	25,53	0,06	0,00	24,84	0,04	9,65	40,10	16,18	0,97	0,01	40,95
Сб.Москва 2016г. ТК №413*	Чай с молоком и сахаром	1/150	150,00	77,00	2,65	2,33	11,31	0,04	1,19	18,00	0,14	112,00	82,60	13,50	0,28	0,00	13,66
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,67	3,16	0,40	19,32	0,07	0,00	30,00	0,02	9,20	34,80	13,20	0,80	0,00	5,32
***	Фрукт (груша)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,30	10,30	0,03	5,00	0,00	0,03	19,00	16,00	12,00	2,30	0,00	15,50
			400,00	329,70	10,74	8,68	66,46	0,20	6,19	72,84	0,23	149,85	173,50	54,88	4,35	0,01	75,43
				1404,58	36,32	36,45	193,41	0,58	24,90	400,14	0,42	674,29	556,20	56,51	13,33	0,06	458,13

День 4:
Неделя: первая

№ Ресептур	Наименование блюда	Выход	Объемы присланных ингредиентов	Ккал	Показатели пищевой ценности (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K
	Завтрак																
СБ.Москва 2017г. ТК №174**	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	1/145/5	150,00	217,90	5,57	8,37	29,87	0,09	0,73	41,75	0,12	123,46	184,01	27,78	0,72	0,01	18,06
СБ.Москва 2016г. ТК №414*	Кофейный напиток	1/160	160,00	70,00	2,53	2,13	11,33	0,02	0,82	12,63	0,10	100,91	60,63	9,43	0,08	0,00	11,70
СБ.Москва 2016г. ТК №2*	Вутерброд: батон с помидором	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00	48,87
			350,00	311,35	7,90	13,36	61,24	0,15	1,62	68,92	0,24	232,30	266,02	45,43	1,43	0,01	78,64
	2-й Завтрак																
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
	Обед																
ТТК №2096	Салат "Ермачин"	1/30	30,00	65,47	1,87	1,72	10,70	0,04	2,40	0,00	0,03	6,66	20,70	15,00	0,48	0,01	62,50
СБ.Москва 2012г. ТК №87***	Суп картофельный с рыбными консервами	1/130	150,0	100,35	5,16	5,04	8,60	0,06	5,47	9,00	0,09	27,18	105,92	28,41	0,76	0,01	34,55
ТТК №190, п/ф МУП КП	Котлета куриная "Петушок" с маслом сливочным	1/70/5	75,0	98,00	12,50	0,12	6,20	0,05	0,00	8,20	0,04	8,28	90,88	17,15	0,97	0,01	16,60
СБ.Москва 2016г. ТК №143*	Канюта тушеная	1/85	85,00	67,20	1,68	3,15	8,10	0,03	13,92	0,00	0,03	47,43	34,34	16,75	0,64	0,01	26,21
ТТК №2097	Напиток из свежемороженой ягоды горячей (сморородина)	1/150	150,00	66,15	0,11	0,05	12,20	0,00	3,56	0,00	0,00	4,88	3,96	3,44	0,07	0,00	15,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80
			530,00	446,50	16,32	10,08	45,80	0,18	25,35	17,20	0,19	94,43	255,80	80,75	2,92	0,04	164,65
	Полдник																
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (биокефир)	1/160	160,00	108,80	6,00	2,25	21,45	0,04	0,02	64,00	0,06	168,00	129,00	19,50	0,15	0,00	21,90
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (баранка)	1/50	50,00	124,08	4,16	0,52	25,68	0,09	0,00	10,00	0,03	11,20	55,50	17,60	1,04	0,01	45,20
			210,00	207,88	10,16	2,77	47,13	0,13	0,02	74,00	0,03	179,20	184,50	37,10	1,19	0,01	67,10
	Ужин																
СБ.Москва 2016г. ТК №423*	Пельмени отварные с маслом сливочным	1/120/5	125,00	207,93	12,86	7,60	21,98	0,10	0,24	25,61	0,10	14,88	78,17	22,68	0,60	0,01	13,97
СБ.Москва 2016г. ТК №410*	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	1,53	0,88	0,16	0,00	0,01	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99
****	Фрукт(банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00	0,04	10,00	0,00	0,05	8,00	28,00	42,00	0,60	0,00	34,80
			405,00	314,95	16,76	8,40	57,47	0,21	10,24	55,61	0,17	31,33	133,15	74,74	1,80	0,02	52,76
				1350,68	45,04	31,05	198,64	0,58	39,23	372,58	0,64	672,70	696,47	97,02	9,74	0,08	383,15

День 5:
Неделя: первая

№ Рецензентур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Калл	Витаминные вещества (г)			Липиды (г)				Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K
	Завтрак																
Сб.Москва 2016г.ТК №100*	Суп молочный с макаронами изделиями	1/150	150,00	108,90	4,31	3,90	14,13	0,06	0,68	22,95	0,12	121,22	103,48	18,11	0,38	0,01	17,52
Сб.Москва 2016 г.ТК №411*	Чай с сахаром	1/165	165,0	45,34	0,05	0,01	11,25	0,00	0,02	0,00	0,00	8,30	2,10	1,05	0,21	0,00	0,00
Сб.Москва 2016г.ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	136,41	2,36	7,50	14,90	0,03	0,00	40,00	0,02	8,40	22,50	4,30	0,35	0,00	17,31
Сб.Москва 2016г.ТК №227*	Яйца вареные	1/50	50,00	78,75	6,35	5,75	0,35	0,04	0,60	125,00	0,23	27,50	96,00	6,00	1,25	0,00	0,00
			400,00	369,40	13,07	17,16	40,63	0,13	0,70	187,95	0,37	165,42	224,08	29,36	2,19	0,01	34,82
	2-й Завтрак																
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
	Обед																
Сб.Москва 2004г. ТК №576*****	Помидор свежий	1/30	30,00	6,42	0,33	0,60	1,14	0,02	5,25	0,00	0,01	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	72,00
Сб.Москва 2016г.ТК №73*	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	1/140/12	152,0	59,46	1,22	20,54	5,20	0,04	10,39	0,00	0,08	33,26	32,67	13,46	0,45	0,01	21,26
Сб.Москва 2017г.ТК №244**	Два из отварной говядины	1/150	150,00	297,00	15,30	14,33	24,38	0,04	0,26	0,00	0,07	21,69	155,68	32,00	2,15	0,01	15,72
ТТК №5а-20	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/150	150,00	78,90	0,07	0,03	19,61	0,00	1,37	0,00	0,00	12,00	2,70	1,60	0,10	0,00	20,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80
			522,00	491,11	14,56	35,98	63,69	0,17	17,27	30,00	0,19	85,15	261,55	71,86	4,53	0,03	138,78
	Полдник																
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/160	150,00	81,44	4,64	4,00	6,72	0,03	0,20	32,00	0,00	201,60	147,20	22,40	0,16	0,00	0,01
Промышленный выпуск	Булочка воздушная	1/50	50,00	131,00	3,88	2,36	23,55	0,07	1,65	20,00	0,04	54,80	14,50	11,00	0,37	0,01	17,03
			200,00	187,44	8,52	6,36	30,27	0,10	1,85	52,00	0,04	256,40	161,70	33,40	0,53	0,01	17,04
	Ужин																
ТТК №2054 в/ф МУП КП	Пудинг из творога со ступенным молоком	1/100/20	120,00	330,96	15,53	12,15	39,79	0,09	0,36	71,50	0,33	217,73	240,97	32,38	0,98	0,01	29,01
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/150	150,00	65,66	0,14	0,05	14,97	0,07	1,20	0,00	0,20	5,08	4,76	4,10	0,17	0,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99
****	Фрукт(яблоко)	1/100	100,00	43,00	0,90	0,20	8,10	0,04	30,00	0,00	0,03	34,00	23,00	13,00	0,30	0,00	19,70
			400,00	450,56	18,94	12,70	77,35	0,25	31,56	101,50	0,58	263,71	224,83	59,38	2,05	0,01	52,70
				1545,01	48,99	68,64	198,94	0,57	53,38	422,95	1,19	906,12	849,16	53,00	11,70	0,06	263,35

День 6:
Неделя: вторая

№ Регистур	Наименование блюда	Выход	Объемы применен пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K
	Завтрак																
СБ Москва 2017г. ТК №173**	Капша из кислого молока с маслом сливочным	1/145/5	150,00	234,71	6,67	9,92	29,64	0,15	0,71	10,52	0,13	117,10	89,20	53,18	1,54	0,02	24,11
СБ Москва 2016г. ТК №412*	Чай с лимоном	1/155	155,00	29,00	0,07	0,01	7,10	0,00	1,42	0,00	0,00	9,40	2,40	1,30	0,21	0,60	10,90
СБ Москва 2016г. ТК №3*	Булгур с маслом и сыром	1/257/10/10	45,00	157,00	5,80	8,30	14,83	0,04	0,01	59,00	0,07	139,20	71,25	9,45	0,49	0,00	42,60
			350,00	330,71	10,54	18,23	51,57	0,19	2,14	69,92	0,20	265,70	162,85	63,93	2,24	0,02	77,61
	2-й завтрак																
Промышленный выпуск	Сок яблочный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
	Обед																
ГТК №552	Салат "Морской"	1/50	30,00	34,93	0,45	2,56	2,52	0,02	2,86	0,00	0,05	7,07	11,49	6,54	0,20	0,01	85,60
СБ Москва 2016г. ТК №88,* ГТК №1005	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясным фаршем	1/140/12,5	152,50	82,48	1,53	2,37	10,61	0,08	4,55	0,00	0,05	138,34	38,69	18,70	1,05	0,01	30,01
ГТК №626	Колобки мясные (гусиные) с маслом сливочным	1/70/5	75,00	85,88	5,09	5,65	6,44	0,03	0,28	22,50	0,05	16,13	56,69	11,25	0,46	0,01	10,34
СБ Москва 2017г. ТК №302 **	Капша гречневая рассыпчатая	1/85	85,00	138,13	4,87	3,45	22,00	0,12	0,00	0,00	0,06	8,40	115,56	76,97	2,58	0,01	14,71
СБ Москва 2016г. ТК №394*	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	1/150	150,00	88,80	0,33	0,01	20,83	0,00	0,30	0,00	0,00	23,86	11,55	4,50	0,94	0,00	87,36
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80
			532,50	480,55	9,91	14,52	75,76	0,32	7,99	52,50	0,24	207,80	297,18	136,76	6,79	0,04	237,82
	Полдник																
Промышленный выпуск	Молоко кипяченое	1/150	150,00	90,00	4,35	4,80	7,05	0,06	1,95	30,00	0,23	180,00	135,00	21,00	0,15	0,00	21,90
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье овсяное)	1/50	50,00	226,40	2,80	7,40	37,15	0,23	0,00	15,00	0,10	26,00	164,00	64,50	1,80	0,01	95,00
			206,00	291,40	7,15	12,20	44,20	0,29	1,95	45,00	0,33	206,00	299,00	85,50	1,95	0,01	116,90
	Ужин																
ГТК №2006, и/ф МУП КП	Котлета рыбная "Рыбачья" (минтай) с маслом сливочным	1/70/5	75,00	125,83	8,9	6,20	4,10	0,06	0,21	21,17	0,06	18,35	115,10	18,90	0,51	0,01	20,18
СБ Москва 2016г. ТК №339*	Картофельное пюре	1/85	85,00	77,78	1,74	2,72	11,58	0,08	10,30	14,45	0,06	20,95	49,10	15,73	0,57	0,01	36,75
СБ Москва 2016г. ТК №417*	Напиток из плодов шиповника	1/150	150,00	79,00	0,61	0,25	18,67	0,01	45,00	0,00	0,05	19,20	3,10	3,00	0,57	0,00	9,30
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99
****	Фрукт (груша)	1/80	80,00	37,60	0,32	0,24	8,24	0,02	4,00	0,00	0,02	15,20	12,80	9,60	1,84	0,00	12,40
			420,00	329,21	13,92	9,47	57,08	0,22	59,51	65,62	0,21	80,60	206,20	57,13	4,09	0,02	82,61
				1403,97	35,4	50,86	215,61	0,93	73,59	394,89	0,99	895,54	872,23	57,32	9,47	0,09	534,94

День 7:
Неделя: вторая

№ Рецензур	Наименование блюда	Выход	Объемы примов печи	Кал	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K	
	Завтрак																	
Сб.Пермь. 2001г.№44*****	Каша "Дружба" с маслом сливочным	1/145/5	150,00	185,71	4,79	6,09	26,27	0,70	0,68	39,14	0,10	95,27	111,94	26,58	0,58	0,01	14,38	
Сб.Москва 2016г. ТК №116*	Какао с молоком натуральным	1/160	160,00	94,88	5,30	2,80	14,00	0,04	1,30	19,50	0,15	121,70	99,60	17,00	0,40	0,00	77,31	
Сб.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с помидором	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00	48,87	
			350,00	394,04	7,89	11,75	60,31	0,78	2,65	73,18	0,27	224,90	232,92	51,80	1,61	0,01	140,56	
	2-й завтрак																	
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
			100,00	70,00	2,1	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
	Обед																	
Сб.Москва 2016г. ТК №46*	Винегрет овощной	1/30	30,00	28,44	0,41	1,85	2,53	0,12	3,10	0,00	0,01	6,96	13,50	6,22	0,26	0,01	8,52	
Сб.Москва 2017г. ТК №99**	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	1/140/12	152,00	98,60	0,50	0,07	24,01	0,01	0,54	0,00	0,02	24,36	17,58	13,10	0,52	0,01	17,24	
Сб.Москва 2016г. ТК №293**	Гуляш из откормленной говядины	1/70	70,00	154,70	10,19	11,75	2,02	0,02	0,64	0,00	0,07	15,27	108,00	15,42	2,14	0,01	21,81	
Сб.Москва 2016г. ТК №335*	Макаронные изделия отварные	1/85	85,00	95,46	3,13	2,56	14,98	0,03	0,00	11,90	0,01	2,75	21,06	11,97	0,63	0,01	17,20	
Сб.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,6	98,60	0,50	0,07	24,01	0,01	0,54	0,00	0,02	24,36	17,58	13,10	0,52	0,00	17,24	
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80	
			377,60	525,13	12,37	16,78	67,55	0,19	4,82	11,90	0,13	73,70	177,72	59,81	4,87	0,04	91,80	
	Полдник																	
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (биокефир)	1/130	130,00	88,40	7,88	1,95	18,59	0,08	0,02	52,00	0,00	136,50	104,81	22,35	0,12	0,00	24,29	
Промышленный выпуск	Булочки слоенка "Свердловская"	1/75	75,0	131,00	3,90	2,36	26,15	0,06	1,65	21,00	0,03	43,84	11,60	8,80	0,30	0,01	47,00	
			205,00	194,46	11,78	4,31	44,74	0,14	1,67	73,00	0,03	180,34	116,41	31,15	0,42	0,01	71,29	
	Ужин																	
Сб.Москва 2017г. ТК №67**	Горячий бутерброд с мясом и сыром	1/50	50,00	157,00	5,58	8,32	14,84	0,04	0,06	63,00	0,07	139,44	96,30	9,45	0,49	0,00	42,90	
Сб.Москва 2016г. ТК №229*	Омлет натуральный	1/95/5	100,00	195,38	8,82	16,98	1,70	0,06	0,15	230,77	0,37	71,38	61,70	12,00	1,82	0,01	13,87	
ТТК № 2097	Напиток из свежемороженой ягоды черники (облепиха)	1/150	150,00	70,67	0,16	0,71	17,1	0,00	21,12	0,00	0,01	17,78	13,80	10,10	0,53	0,00	13,81	
****	Фрукт (банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00	0,04	10,00	0,00	0,05	8,00	28,00	2,00	0,60	0,00	34,80	
			400,00	459,05	16,06	26,51	54,64	0,14	31,33	293,77	0,50	236,60	199,80	33,55	3,44	0,01	105,28	
				1452,62	42,09	55,79	214,24	1,16	41,87	613,70	0,94	850,98	633,85	75,31	11,94	0,07	429,02	

День 8:
Неделя: вторая

№ Рецензентур	Наименование блюда	Выход	Объемы присланных паци	Ккал	Полезные вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I	К	
	Завтрак																	
СБ Москва 2017г. ТК №173**	Каша вязкая молочная шпённая с маслом сливочным	1/145/5	150,00	179,29	4,36	7,65	23,13	0,08	0,83	41,43	0,12	95,55	84,43	14,50	0,33	0,02	13,46	
СБ Москва 2016г. ТК № 413*	Чай с молоком и сахаром	1/165	165,00	84,70	2,92	2,56	12,44	0,04	1,31	19,80	0,15	123,20	90,86	14,85	0,31	0,00	15,26	
СБ Москва 2016г. ТК №7*	Бутерброд (батон с сыром)	1/25/10	35,00	99,50	4,48	2,21	12,53	0,04	0,06	26,05	0,00	64,90	71,25	11,75	0,60	0,00	21,80	
			350,00	273,49	9,76	12,42	48,10	0,16	2,20	87,28	0,27	283,65	246,54	41,10	1,24	0,02	50,52	
	2-й Завтрак																	
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,60	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
			100,00	76,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00	
	Обед																	
ТТК №2	Маринад овощной	1/30	30,00	25,51	0,33	1,84	1,80	0,01	0,57	0,00	0,02	2,60	15,84	0,00	0,00	0,01	21,00	
СБ Москва 2004г. ТК №111*****	Борщ сибирский на мясном бульоне со сметаной	1/140/12	152,00	78,08	2,43	3,58	9,41	0,05	3,75	0,00	0,03	39,34	55,72	19,30	0,97	0,01	26,07	
СБ Москва 2016 г.ТК №292*	Жаркое по-домашнему из отварной говядины	1/150	150,00	180,88	18,35	4,70	16,32	0,15	6,40	14,12	0,23	21,18	228,35	44,30	2,70	0,01	137,61	
ТТК № 2097	Нашпик из свекломороженой ягоды горький (слива)	1/150	150,0	41,80	0,10	0,03	10,30	0,00	1,32	0,00	0,00	3,17	2,64	1,19	0,06	0,00	12,00	
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80	
			522,00	375,60	18,85	10,63	51,19	0,28	12,04	44,12	0,31	80,29	365,75	83,59	5,29	0,03	185,48	
	Полдник																	
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/130	130,00	66,18	3,53	3,25	5,91	0,02	0,16	30,00	0,00	163,80	119,60	18,20	0,13	0,30	2,00	
Промышленный выпуск	Булочка слоёная "Самочка"	1/75	75,00	131,00	3,90	2,36	26,15	0,06	0,00	19,00	0,04	16,00	44,00	6,00	0,60	0,01	57,00	
			205,00	172,18	7,43	5,61	32,06	0,08	0,16	49,00	0,04	179,80	163,60	24,20	0,73	0,01	59,00	
	Ужин																	
СБ Москва 2016г. ТК №426*	Вареники с творогом с маслом сливочным	1/120/5	125,00	249,25	14,63	8,40	28,76	0,12	0,07	54,92	0,20	82,82	137,10	26,34	0,73	0,02	21,00	
СБ Москва 2016г. ТК №410*	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	1,55	0,88	0,16	0,00	0,00	0,00	
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99	
****	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,02	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	27,80	
			405,00	307,27	17,43	9,10	53,05	0,22	10,07	84,92	0,24	107,27	175,08	45,40	3,53	0,02	52,79	
				1198,54	47,37	36,03	171,40	0,66	32,47	427,17	0,87	898,13	857,97	53,29	8,19	0,08	367,79	

День 9:
Неделя: вторая

№ Ресурс	Наименование блюда	Выход	Объемы примени пшени	Кисл	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe	I	K
	Завтрак																
СБ.Москва 2017г. ТК №182**	Каши рисовая, молочная жидкая с маслом сливочным	1/145/5	150,00	191,24	3,9	8,16	25,46	0,05	0,73	44,20	0,61	99,11	105,00	27,78	0,46	0,02	11,00
ТТК №021	Чай с молоком без сахара	1/165	165,00	72,23	0,15	0,06	16,47	0,08	0,23	0,00	0,20	5,60	5,24	4,51	0,19	0,00	0,00
СБ.Москва 2016г. ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	136,41	2,36	7,50	14,50	0,03	0,00	40,60	0,02	8,40	22,50	4,20	0,35	0,00	17,30
СБ.Москва 2016г. ТК №227*	Яйца вареные	1/50	50,00	78,75	6,35	5,75	0,35	0,04	0,00	125,00	0,23	27,50	96,00	6,00	1,25	0,00	0,00
			400,00	478,63	12,74	21,47	57,18	0,20	0,96	209,20	0,46	140,61	228,74	42,49	2,25	0,02	28,30
	2-й Завтрак																
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
	Обед																
СБ.Москва 2004г. ТК №25*****	Салат "Степной"	1/20	30,00	28,26	0,59	1,58	2,93	0,70	4,70	0,00	0,01	7,91	7,00	6,22	0,26	0,01	8,20
СБ.Москва 2016 г. ТК №91*, ТТК1000	Суп картофельный с клецками и куриными фрикадельками	1/130/12,5/12,5	155,0	77,01	1,38	2,70	7,40	0,04	3,22	5,73	0,03	19,23	47,92	14,14	0,57	0,01	18,25
ТТК №522-1	Котлета по-хмельски с маслом сливочным	1/70/5	75,0	207,2	5,60	18,20	5,32	0,07	13,12	18,90	0,07	76,93	14,88	1,27	0,02	0,01	13,04
СБ.Пермь 2001г. №107*****	Пюре из гороха	1/85	85,0	131,58	9,77	0,68	21,59	0,43	0,00	0,00	0,66	35,70	90,10	35,70	2,80	0,01	29,58
ТТК №5н-20	Кнели из плодово-ягодного отвара	1/150	150,00	67,50	0,00	0,00	16,50	0,00	0,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/80	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	5,80
			535,00	560,88	14,98	23,64	67,10	1,31	21,60	54,63	0,20	153,77	223,10	76,13	5,21	0,04	78,87
	Полдник																
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (свежий)	1/150	150,00	75,00	4,35	3,75	6,00	0,03	1,05	30,00	0,13	109,00	85,00	13,00	0,10	0,00	12,30
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	1/50	50,00	208,50	3,75	4,90	37,20	0,04	0,00	25,00	0,03	14,50	45,00	10,00	1,05	0,01	55,00
			200,00	258,50	8,10	8,65	43,20	0,07	1,05	55,00	0,16	123,50	130,00	23,00	1,15	0,01	67,30
	Ужин																
СБ.Москва 2016г. ТК №308*	Запеканка картофельная с мясом	1/125/5	130,00	177,00	9,65	7,14	22,13	0,09	0,10	19,34	0,11	19,72	112,56	32,07	1,50	0,02	41,61
СБ.Москва 2016г. ТК №111*	Чай с сахаром	1/150	150,00	45,34	0,05	0,01	11,25	0,00	0,02	0,00	0,00	8,30	2,10	1,05	0,21	0,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99
****	Фрукт(ягоды)	1/90	90,00	38,07	0,72	0,36	7,29	0,02	22,00	0,00	0,36	36,00	22,50	22,50	0,72	0,00	27,06
			400,00	275,64	12,79	7,81	55,16	0,16	22,12	49,34	0,49	70,92	171,36	65,52	3,03	0,02	72,66
				1543,65	42,51	53,87	209,64	1,66	47,73	390,67	1,32	724,24	760,20	66,14	9,04	0,09	285,23

День 10:
Неделя: вторая

№ Рецензур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Полезные вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I	К
	Завтрак																
СБ.Москва 2017г. ТК №174**	Каша молочная рисовая с кукурузой и маслом сливочным	1/145/5	150,00	238,57	5,45	9,83	27,50	0,06	0,68	39,14	0,11	98,91	109,72	22,58	1,21	0,01	16,48
СБ.Москва 2016г. ТК №414*	Кофейный напиток	1/160	160,00	70,00	2,53	2,13	11,33	0,02	0,82	12,63	0,10	100,91	60,63	9,43	0,08	0,00	11,71
СБ.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с помидором	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,67	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00	4,88
			350,00	322,02	9,78	14,82	58,87	0,12	1,57	66,31	0,23	207,75	191,73	40,23	1,92	0,01	33,07
	2-й Завтрак																
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
			100,00	70,00	2,10	2,30	10,10	0,01	2,00	22,50	0,01	7,00	7,00	4,00	2,40	0,00	20,00
	Обед																
СБ.Москва 2016г. ТК №37*	Икра кабачковая	1/50	30,00	20,88	0,27	1,41	1,78	0,00	1,65	0,00	0,00	5,44	6,84	3,96	0,18	0,01	7,75
СБ.Москва 2016г. ТК №82*, ТК1005	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками со сметаной	1/130/12,5/12	154,50	98,48	1,38	4,77	10,09	0,07	3,91	0,00	0,06	25,10	44,74	18,07	0,95	0,01	28,24
ТТК №2068	Рыба запеченная "Золотая рыбка" (горбуша)	1/70	70,0	219,80	15,44	17,68	0,34	0,04	3,29	63,84	0,11	40,32	87,85	3,78	1,05	0,01	25,20
СБ.Москва 2016г. ТК №339*	Пюре картофельное	1/85	85,00	125,80	1,70	5,00	18,46	0,07	9,76	27,41	0,06	22,84	47,70	15,02	0,56	0,01	36,74
СБ.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,00	98,60	0,50	0,07	24,01	0,01	0,54	0,00	0,02	24,36	17,58	13,10	0,52	0,00	17,23
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	69,33	2,64	0,48	13,36	0,07	0,00	30,00	0,03	14,00	63,20	18,80	1,56	0,00	9,80
			529,50	612,89	16,93	29,41	68,04	0,26	19,16	121,25	0,28	132,06	267,91	72,73	4,82	0,04	124,96
	Полдник																
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (биокефир)	1/150	150,00	102,00	9,09	2,25	21,45	0,09	0,02	60,00	0,00	157,50	120,93	25,79	0,14	0,00	28,00
Промышленный выпуск	Булочки дрожжевые	1/50	50,00	131,00	3,88	2,36	23,55	0,07	1,65	20,00	0,04	54,80	14,50	11,00	0,37	0,01	17,33
			209,00	208,00	12,97	4,61	45,00	0,16	1,67	80,00	0,04	212,30	135,43	36,79	0,51	0,01	45,33
	Ужин																
ТТК №517, №ф МЭП КП	Тофтели куриные "Лунтик"	1/70	70,00	124,00	12,66	8,16	0,00	0,02	0,00	12,00	0,08	23,40	85,80	12,00	1,08	0,01	10,68
СБ.Москва 2016г. ТК №367*	Суп томатный с овощами	1/20	20,00	23,98	0,29	1,42	2,52	0,00	0,47	8,32	0,00	4,72	7,35	3,70	0,13	0,01	33,90
СБ.Москва 2017г. ТК №302**	Каша гречневая рассыпчатая	1/80	80,00	136,00	4,58	3,25	20,61	0,11	0,00	0,00	0,06	7,90	108,76	72,44	2,43	0,01	13,85
СБ.Москва 2016г. ТК №412*	Чай с лимоном	1/150	150,00	28,06	0,06	0,00	6,87	0,00	1,37	0,00	0,00	9,10	2,32	1,25	0,20	0,00	10,90
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00	3,99
****	Фрукт (апельсин)	1/100	100,00	43,00	0,90	0,20	8,10	0,04	30,00	0,00	0,03	34,00	23,00	13,00	0,30	0,00	19,70
			450,00	360,04	20,86	13,33	52,59	0,22	31,84	50,32	0,19	79,23	253,33	112,29	4,74	0,01	93,02
				1572,95	54,44	64,47	211,50	0,68	56,24	479,73	0,75	766,78	755,40	121,04	6,39	0,08	316,38

		Энергетическая ценность Ккал	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I	К
20%	Норма завтрака	280,00	8,40	9,40	40,60	0,160	9,00	90,00	0,180	160,00	140,00	16,00	2,00	0,0140	80,00
	<i>Средняя за 10 дней завтрак</i>	296,82	9,91	9,96	40,70	0,19	9,03	91,52	0,22	160,32	159,52	17,20	2,15	0,0140	80,01
5%	Норма 2-й завтрак	70,00	2,1	2,35	10,15	0,040	2,25	22,50	0,045	40,00	35,00	4,00	0,50	0,0035	20,00
	<i>Средняя за 10 дней 2-й завтрак</i>	70,00	2,10	2,30	10,10	0,04	2,25	22,50	0,045	40,00	35,00	4,00	0,50	0,0035	20,00
35%	Норма обед	490,00	14,70	16,45	71,05	0,280	15,75	157,50	0,315	280,00	245,00	28,00	3,50	0,0240	140,00
	<i>Средняя за 10 дней обед</i>	493,61	14,75	16,54	71,27	0,28	15,90	156,44	0,316	280,96	245,33	28,00	3,50	0,0240	140,07
15%	Норма полдник	210,00	6,30	7,05	30,45	0,120	6,75	67,50	0,135	120,00	105,00	12,00	1,5	0,0110	60,00
	<i>Средняя за 10 дней полдник</i>	212,97	6,32	7,09	30,65	0,12	6,77	67,00	0,135	120,74	105,47	12,04	1,59	0,0110	60,00
25%	Норма ужин	350,00	10,50	11,75	50,75	0,200	11,25	112,50	0,225	200,00	175,00	20,00	2,50	0,0175	100,00
	<i>Средняя за 10 дней ужин</i>	353,55	10,53	11,82	50,82	0,21	11,05	112,92	0,225	197,98	176,51	20,04	2,56	0,0176	100,12
	Итого за 10 дней норма	1400,00	42,00	47,00	203,00	0,80	45,00	450,00	0,90	800,00	700,00	80,00	10,00	0,070	400,00
	Итого за 10 дней факт	1426,95	43,61	47,71	203,53	0,84	45,00	450,38	0,94	800,00	721,83	81,28	10,32	0,07	400,2

*Сборник рецептов на продукты для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Москва 2016 г.

** Сборник рецептов ресторанов Москва 2017г.

***Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях, Москва 2012год

****Химический состав и калорийность российских продуктов питания Сборник, Москва 2012 год, Тутельян В.А.

***** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва 2004 год

*****Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь, 2001