

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

12-18 лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г	1										Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
Хлеб ржаной	72	75	76	77	70	61	60	90	60	77	76	722	72		100	4,8	0,6	30,4	146,5
Хлеб пшеничный	120	130	143	97	90	121	105	138	131	138	105	1198	120	26,9	100	9,1	0,7	58,4	275,8
Мука	12	76,4	20	21,7	87,5	94,4	5,4	18,2	1,3	64,4	389,3	52,2	52,2	22,2	324	4,3	2,3	27,7	153,6
Крупа (злаки), бобовые	30	62,4	46,7	27	47,6	34,7	47,6	56,9	82,5	126,6	522	142,4	14,2	2,2	174	4,9	0,8	35,0	166,0
Макаронные изделия	12		61,2		61,2	20					50	142,4	134,4	22,2	119	1,5	0,2	9,7	46,7
Картофель	112,2	174,1	50	194,2	154,1	50	164,3	125	230	152,5	50	1344,2	134,4	36,7	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	278,9	273,6	2287,3	228,7	111	100	3,3	2,8	14,1	89,8
Фрукты свежие	111	100	100	207	200	100	100	100	207	100	100	1114	111		100	1,2	2,3	15,4	95,1
Фрукты сухие	12	30	20	20	200	30	20	20			120	120	12		100	0,6	0,1	11,8	50,3
Соки фруктовые (овощные)	120	200			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		92,3	96	467,2	46,7	14,9	147	8,3	8,4		107,9
Рыба	46,2				144			72,6		82,3		216,6	21,7	-24,5	47	3,3	0,2		15,1
Молоко	210	248	200	140	28	412	125	200	127	200	300	1980	198	-12	94	5,4	4,8	10,5	107,6
Кисломолочные продукты	108			200		400	400		200	200		1000	100	-8	93	2,8	2,5	4,5	56,5
Творог	36	60		184	78	30	60	16,5	12,6	16,5	78	460	46	10	128	8,2	4,1	1,4	76,9
Сыр	9	32,6	16,5									124,7	12,5	3,5	139	2,9	3,7	0,2	45,4
Сметана	6	5		24,2			31			5	24	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	23,3	24	209,8	21	100	0,6	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	12,1	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	30,4		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	0,1	0,4	2,5
Какао	0,72	7,2										7,2	0,72	100	0,2	0,1	0,1	0,6	2,0
Кофейный напиток	1,2					6					6	12	1,2		100	0,1	1,9	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	0,6	1,9	3,8	7,4
Соль	3	3,8	4,1	2,5	3,5	2,7	3,6	0,7	2,8	1,8	4,5	30	3	-1,2	100	0,6	1,9	3,8	39,2
Специи	1,2														0	81,6	91,8	293,0	2 368,2

3 день

Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества Жиры, г	Углевод М, г	Зеленый чеснок, мл	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур
					В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	F, мг	Br, мг	Ca, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	
Итого за прием пищи:	350	35,59	24,65	482,04	0,08	0,38	0,14	0,04	0,30	0,40	272,98	44,53	377,63	1,48	206,67	2,34	0,06	0,04	223	2005							
ЗАПЕКАЧА ИЗ ТВОРОГА	250	2,44	2,86	18,34	0,01	0,14	0,02	0,08	0,02	0,11	96,71	10,71	68,99	0,06	1,27,75	2,48	0,01	0,00	335	2011							
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	25	6,40	8,60	47,00	0,03	0,19	0,01	0,00	0,02	0,02	18,00	8,00	2,22	278,60	2,00	0,01	0,00	335	2011								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,40	0,37	10,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	17,30	9,70	14,33	1,48	50,51	0,01	0,00	81	2021								
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,38	0,37	15,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	5,00	9,50	28,20	0,50	38,70	0,01	0,00	0,00	2008								
Итого за прием пищи:	595	2,29	26,13	83,56	0,18	10,50	0,17	1,34	0,32	0,57	409,56	82,90	497,03	5,32	704,63	0,79	0,08	0,08	2008								
Итого за прием пищи:	100	0,80	1,20	14,00	0,01	0,03	0,01	0,10	0,03	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,02	0,00	71	2011							
ПОСЫЛКА НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ КОПУЛЦЕ СВЕЖИЕ	210	3,03	2,70	24,11	0,01	0,09	0,01	0,36	0,03	0,07	30,26	31,44	75,86	1,12	479,60	5,51	0,04	0,00	4	2022							
КОТЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ С КРИГОМ ТОМАТОМ	105	12,52	18,00	9,80	0,00	0,00	0,02	2,94	0,08	0,08	15,80	18,43	120,77	2,20	238,55	5,20	0,03	0,00	270	2011							
КОТЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ С ЛУКОМ	180	3,83	12,73	27,52	0,00	0,19	0,03	4,78	0,00	0,11	34,28	35,78	98,70	1,80	878,45	9,21	0,00	0,00	145	2011							
КОРТОПЕЛЬ ТРИШКАЯ С ЛУКОМ	280	0,01	0,01	9,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,20	1,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10	2021							
КОМОЛТ ТЭС СВЕЖЕ СХУЩЕРАУТОБ	40	3,85	0,21	20,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,25	33,05	0,00	51,80	0,00	0,01	0,00	0,00	2008								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,87	0,53	25,43	0,00	0,00	0,00	1,32	0,00	0,05	10,80	11,40	52,25	2,40	81,60	0,00	0,01	0,00	0,00	2008							
Итого за прием пищи:	815	27,20	34,46	119,17	0,48	28,88	0,29	10,19	0,11	0,37	133,92	126,05	424,13	9,30	1 884,70	26,36	0,16	0,00	63	2023							
Итого за прием пищи:	70	3,74	18,24	18,59	0,04	0,03	0,03	2,02	0,25	0,40	14,20	6,81	47,23	0,63	75,88	2,20	0,01	0,01	63	2023							
САЛДИКА С КЛУБНИ	200	5,60	3,08	11,00	0,00	1,40	0,05	0,05	0,00	0,00	240,00	28,80	190,00	0,00	292,00	0,00	0,04	0,00	386	2011							
КАС ПОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КОУЛЭТ)	100	0,20	0,10	4,10	0,00	0,00	0,01	0,22	0,00	0,00	34,00	13,60	23,00	0,30	197,00	2,00	0,02	0,00	386	2011							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	370	18,26	36,88	382,77	0,14	81,41	0,09	2,28	0,25	0,77	208,38	47,21	1 192,01	18,05	3 194,38	37,94	0,20	0,00	2011								
Итого за прием пищи:	710,67	79,02	238,81	2 032,23	0,81	101,98	0,68	14,37	0,68	1,21	832,76	259,70	1 192,01	18,05	3 194,38	37,94	0,20	0,00	2011								

4 день

Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества Жиры, г	Углевод М, г	Зеленый чеснок, мл	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур
					В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	F, мг	Br, мг	Ca, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	
Итого за прием пищи:	100	1,00	8,90	7,70	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	113	2011							
ИЖРА КАЛУЖСКАЯ КОМПЕРИОВАНИИ	250	2,87	6,69	14,33	0,01	1,40	0,02	2,22	0,12	0,00	0,00	7,08	30,44	0,42	49,31	1,55	0,00	0,00	0,01	113	2011						
САЛДИКА НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ КОПУЛЦЕ СВЕЖИЕ	100	18,09	19,18	4,02	0,00	1,64	0,01	0,00	0,00	0,19	23,31	19,50	157,27	1,54	239,27	6,48	0,12	0,02	12	2023							
ЧАКХОБИЛИ ИЗ ТЫ	180	4,84	8,16	37,08	0,01	0,42	0,06	0,26	0,09	0,04	16,11	32,05	86,69	0,69	175,30	2,70	0,03	0,01	511	2021							
РИС С СЫРАМИ	200	0,39	0,00	10,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,28	8,78	14,83	1,48	60,51	0,00	0,00	0,00	811	2021							
ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,82	0,31	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,20	7,92	42,00	1,00	64,40	0,00	0,01	0,00	2008								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,85	0,38	16,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	34,80	1,80	54,40	2,24	0,00	0,00	0,00	0,00	2008								
Итого за прием пищи:	920	31,76	39,46	116,68	0,02	11,30	0,21	5,65	0,21	0,23	140,77	100,39	403,83	7,71	948,89	13,07	0,16	0,04	101	2023							
Итого за прием пищи:	150	10,55	3,33	32,18	0,14	0,39	0,20	1,31	1,08	0,41	163,42	32,70	304,42	1,08	231,72	8,78	0,07	0,00	101	2023							
ПАРОВОЙ СЛОБЕНЕ ПЕЧЕНЬЕ С ТВОРОГОМ	200	0,28	0,02	10,45	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	17,36	5,76	14,89	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	81	2021							
ЧАЙ С САХАРОМ	350	16,79	42,39	128,51	0,14	0,47	0,20	1,21	1,08	0,41	102,78	42,46	319,28	3,46	282,23	8,78	0,07	0,00	81	2021							
Итого за прием пищи:	350	77,71	58,88	241,04	0,88	30,86	1,13	11,64	1,38	1,44	488,46	386,03	1 868,08	19,47	3 321,87	29,79	1,22	0,12	2021								

5 День

Премия пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Витаминны						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур				
				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	Ш, мг		
Каша манная молочная на манной муке	233	3,67	12,01	33,55	279,56	0,07	0,91	0,07	1,13	0,17	0,14	125,04	18,91	104,82	0,42	210,07	10,07	0,01	0,02	111	2011
Косинский напиток с йогуртом	200	3,41	2,43	21,33	121,46	0,04	0,24	0,02	0,02	0,02	0,11	112,13	20,32	61,06	0,46	113,66	9,02	0,02	0,02	1171	2011
Крем-суп с овощами	100	0,48	8,60	47,00	116,41	0,02	0,02	0,02	0,63	0,02	0,02	16,00	9,00	11,00	2,00	278,50	2,00	0,01	0,02	338	2008
Крем-суп с овощами (продолжение)	50	0,48	8,60	47,00	116,41	0,02	0,02	0,02	0,63	0,02	0,02	11,50	16,50	44,00	1,00	64,50	1,00	0,01	0,01	0,00	2008
Крем-суп с овощами (продолжение)	50	3,82	0,21	28,09	66,42	0,22	11,10	0,10	2,24	0,17	0,30	204,87	63,70	224,88	4,00	727,08	21,07	0,01	0,01	0,00	2008
Крем-суп с овощами (продолжение)	855	14,30	15,10	91,77	664,42																2011
Крем-суп с овощами (продолжение)	100	1,10	0,20	3,60	24,00	0,02	0,02	0,17	0,39	0,02	0,04	14,00	20,00	26,00	1,00	250,00	2,00	0,02	0,02	71	2011
Крем-суп с овощами (продолжение)	250	1,81	5,10	10,75	96,00	0,05	0,20	0,20	2,34	0,02	0,05	32,78	21,21	46,60	0,88	306,58	3,00	0,02	0,02	99	2011
Крем-суп с овощами (продолжение)	100	15,76	24,46	12,59	333,32	0,12	0,02	0,04	2,46	0,02	0,11	13,94	26,56	161,02	2,84	306,53	6,21	0,64	0,02	269	2011
Крем-суп с овощами (продолжение)	100	6,97	7,46	41,33	202,22	0,02	0,02	0,04	1,48	0,13	0,02	31,23	12,26	50,25	1,16	77,78	0,22	0,01	0,02	201	2011
Крем-суп с овощами (продолжение)	100	0,97	0,19	19,39	83,42	0,02	1,62	0,00	0,00	0,00	0,02	12,00	7,20	12,00	2,82	240,00	2,00	0,00	0,00	200	2008
Крем-суп с овощами (продолжение)	200	3,82	0,21	28,09	66,42	0,22	11,10	0,10	2,24	0,17	0,30	204,87	63,70	224,88	4,00	727,08	21,07	0,01	0,01	0,00	2008
Крем-суп с овощами (продолжение)	50	1,26	0,26	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,66	0,00	0,02	5,40	8,70	26,10	1,20	40,61	1,68	0,02	0,02		
Крем-суп с овощами (продолжение)	915	32,02	34,10	126,48	979,24	0,50	35,10	0,43	8,31	0,21	0,30	121,61	109,32	364,88	10,66	1.308,18	17,01	0,06	0,02		
Молоко заправка пища:																					
Молоко заправка пища:	40	4,36	4,48	4,48	61,30	0,02	0,02	0,10	0,31	0,00	0,15	19,02	4,33	60,55	0,01	56,35	8,02	0,02	0,01	15	2011
Молоко заправка пища:	30	6,86	8,20	8,20	108,20	0,01	0,21	0,10	0,02	0,00	0,00	26,40	10,50	150,00	0,20	56,40	0,02	0,01	0,01	63	2011
Молоко заправка пища:	260	5,69	4,05	9,31	104,76	0,05	1,24	0,03	0,02	0,02	0,21	294,00	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	338	2011
Молоко заправка пища:	100	0,40	0,20	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,26	0,00	0,03	19,00	12,00	16,00	2,00	155,00	1,00	0,01	0,00	338	2011
Молоко заправка пища:	15	0,99	0,13	6,26	30,38	0,02	0,00	0,00	0,33	0,00	0,01	2,70	2,65	13,00	0,04	226,46	0,84	0,00	0,00		
Молоко заправка пища:	365	18,94	18,62	26,34	322,38	0,13	6,25	0,23	1,29	0,09	0,48	600,82	52,10	392,66	3,97	850,15	27,88	0,04	0,02		
Молоко заправка пища:	65,28	71,97	244,47	1.893,09	0,86	52,45	0,78	12,64	1,27	1,06	693,84	225,41	1.010,26	18,88	2.803,42	86,87	0,18	0,04			

6 День

Премия пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Витаминны						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур				
				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	Ш, мг		
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	250	5,66	4,60	20,96	150,64	0,05	0,62	0,01	0,46	0,01	0,14	140,38	18,12	106,96	0,50	207,68	11,56	0,00	0,00	120	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	43	3,39	3,34	10,70	87,05	0,04	0,06	0,00	0,00	0,00	0,02	13,01	9,00	40,50	0,46	49,50	0,02	0,00	0,00	366	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	200	5,60	6,00	9,02	113,02	0,05	1,40	0,01	0,02	0,00	0,04	240,00	28,00	180,00	0,00	292,00	0,00	0,04	0,00	366	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	100	0,40	0,20	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,26	0,00	0,03	19,00	12,00	16,00	2,00	155,00	1,00	0,01	0,00	338	2008
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	40	3,05	0,25	20,07	84,73	0,01	0,00	0,00	0,78	0,00	0,04	18,00	76,32	382,00	4,46	678,06	13,55	0,06	0,00		
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	635	18,09	14,06	61,33	593,04	0,26	12,00	0,10	1,87	0,03	0,14	140,38	28,00	106,96	1,00	207,68	11,56	0,00	0,00	71	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	100	1,10	0,20	3,93	24,00	0,01	0,01	0,17	0,39	0,02	0,04	14,00	20,00	26,00	1,00	250,00	2,00	0,02	0,02	108	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	250	3,25	4,59	18,72	144,00	0,08	4,90	0,23	1,34	0,15	0,07	28,68	20,68	62,45	0,97	354,02	4,73	0,01	0,01	108	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	200	18,99	21,75	20,26	353,08	0,15	10,84	0,02	3,87	0,00	0,17	23,94	44,23	286,26	3,24	1.024,89	13,18	0,04	0,00	259	2011
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	200	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	0,00	0,00	0,00	0,00	10	2021
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	200	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	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	55	4,66	0,40	32,02	153,30	0,10	0,00	0,00	1,27	0,00	0,05	10,20	11,40	52,20	2,40	81,60	3,32	0,00	0,00		
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	80	3,07	0,63	25,43	122,38	0,11	0,00	0,00	0,96	0,15	0,36	101,85	110,55	401,33	8,91	1.805,46	23,27	0,12	0,01		
Суп молочный с мажорановыми изюбирами	875	32,57	27,47	110,87	836,99	0,51	40,44	0,42	1,76	0,15	0,36	101,85	110,55	401,33	8,91	1.805,46	23,27	0,12	0,01		
Углево заправка пища:																					
Углево заправка пища:	140	10,00	3,10	41,20	301,30	0,17	0,30	0,15	2,24	0,00	0,35	140,54	33,87	272,40	2,19	301,81	8,22	0,07	0,01	55	2008
Углево заправка пища:	20	1,96	1,56	1,96	14,40	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,01	6,86	4,00	18,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
Углево заправка пища:	200	5,60	5,00	9,02	84,72	0,05	1,40	0,00	0,02	0,00	0,04	240,00	28,00	180,00	0,00	292,00	0,00	0,04	0,00	366	2011
Углево заправка пища:	380	17,10	18,05	64,10	487,42	0,25	1,70	0,00	2,24	0,00	0,70	240,00	62,87	489,80	2,81	815,81	9,27	0,11	0,00		
Углево заправка пища:	380	52,29	289,00	1.896,95	1,81	54,19	0,72	12,60	1,07	1,80	997,00	281,73	1.269,37	15,97	3.309,95	48,64	0,25	0,00			

9 ДЕНЬ

Премь пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мкг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	В6, мг	В12, мкг	В7, мкг	В9, мкг					
СВИНИНА НАТУРАЛЬНАЯ ПО СЕЗОНУ (ГОТОВИТЬ СВЕЖЕЙ)	100	0,00	0,10	2,60	14,00	0,01	10,00	0,01	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 ЛАПШАСОВЫЕ С ДЫМКОМ СЛИВОЧНЫМ (100%)	105	12,50	18,00	9,90	292,02	0,08	0,64	0,02	2,44	0,16	0,06	0,06	16,60	18,43	124,71	2,29	229,55	6,28	0,01	0,00	0,00	51	2011			
КАША КРУПЯНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	7,58	0,49	44,94	231,77	0,15	0,60	0,05	0,24	0,16	0,05	0,02	37,58	100,33	2,79	157,25	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	399	2008			
СОМ ПИЩЕВЫЙ	200	0,97	0,19	18,69	83,42	0,01	1,60	0,00	0,00	0,05	0,00	0,02	6,90	9,30	23,20	0,80	30,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,28	0,19	15,05	71,95	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,22	65,28	97,11	390,90	9,11	813,50	10,28	0,05	0,04	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	616	24,16	28,01	91,24	714,28	0,31	11,81	0,08	3,77	0,24	0,10	0,24	144,00	30,00	230,00	1,00	200,00	2,09	0,00	0,00	71	2011				
Итого за преем пища:	100	1,16	0,20	3,90	24,00	0,00	25,90	0,17	0,39	0,30	0,00	0,04	14,00	30,00	75,96	1,12	476,40	5,51	0,04	0,00	0,00	4	2022			
СВИНИНА НАТУРАЛЬНАЯ ПО СЕЗОНУ (ГОТОВИТЬ СВЕЖЕЙ)	260	3,03	2,16	24,11	136,51	0,08	6,85	0,31	3,30	0,20	0,00	0,07	32,26	31,44	75,96	1,12	476,40	5,51	0,04	0,00	0,00	288	2011			
СУП ЛАПШАСОВЫЙ С ВЯЛОМ И ТОМАТОМ	200	17,15	22,16	18,30	344,03	0,15	9,97	0,47	0,16	0,16	0,00	0,04	31,76	41,50	190,47	2,44	736,72	11,46	0,13	0,00	0,00	386	2011			
РАГУ МАШЕНАЯ	200	5,60	3,00	8,20	113,92	0,06	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	240,00	28,00	196,00	0,50	292,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399	2008			
КАСЛОВИЧНАЯ ПРОБИТ (КОЛЕР)	60	4,95	0,40	32,60	153,00	0,11	0,00	0,00	1,32	0,90	0,00	0,00	14,50	21,45	53,20	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	0,00	0,00	2008			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,97	0,23	29,40	122,38	0,02	0,26	0,00	0,24	0,00	0,00	0,21	34,97	165,88	8,20	2622,71	22,31	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	875	35,91	31,97	113,78	893,87	0,26	43,26	1,02	8,87	0,00	0,00	0,07	153,48	163,87	111,27	0,94	57,02	0,00	0,00	0,00	0,00	3	2011			
Итого за преем пища:	56	0,37	9,61	16,60	179,33	0,05	1,24	0,00	0,63	0,00	0,00	0,21	204,02	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	0,00	338	2011			
БОТЕРВОД С СЫРОМ	200	6,83	4,85	9,31	104,19	0,05	6,00	0,00	0,32	0,00	0,00	0,03	34,00	13,00	29,00	0,30	697,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			
МОЛОЖО В ПРОЦЕССИОННОМ УПАКОВКЕ	100	0,50	14,66	34,07	327,14	0,01	61,16	0,13	1,04	0,09	0,31	391,45	62,07	278,27	1,39	566,02	20,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			
ГРУШКИ СВЕЖИЕ (АТЕКСИЯ)	335	42,98	73,79	238,33	1388,24	1,02	110,07	-1,25	11,66	0,35	1,24	826,70	295,06	1228,30	18,67	3383,19	52,61	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	723,7	72,87	131,97	338,33	1388,24	1,02	110,07	-1,25	11,66	0,35	1,24	826,70	295,06	1228,30	18,67	3383,19	52,61	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			

10 ДЕНЬ

Преем пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мкг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	В6, мг	В12, мкг	В7, мкг	В9, мкг					
СВИНИНА НАТУРАЛЬНАЯ ПО СЕЗОНУ (ГОТОВИТЬ СВЕЖЕЙ)	100	1,41	6,59	8,28	33,40	0,01	3,98	0,00	2,60	0,00	0,00	0,03	23,00	19,21	37,60	1,20	279,36	6,79	0,02	0,00	0,00	52	2011			
КОТЛЕТЫ ЛАПШАСОВЫЕ С ДЫМКОМ СЛИВОЧНЫМ (100%)	230	16,50	10,30	36,70	305,30	0,00	0,20	0,00	0,01	0,10	0,00	0,00	16,60	18,43	91,00	0,46	173,90	9,00	0,00	0,00	0,00	171	2011			
КАША КРУПЯНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200	3,41	2,43	21,33	121,46	0,04	0,20	0,00	0,83	0,00	0,00	0,07	16,00	8,00	111,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,00	0,00	338	2008			
СОМ ПИЩЕВЫЙ	100	0,60	0,40	9,80	42,00	0,01	0,20	0,00	0,78	0,00	0,00	0,02	3,60	3,80	17,40	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	2008			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,20	0,19	8,48	40,70	0,04	0,04	0,00	0,24	0,00	0,00	0,20	17,32	84,90	100,72	9,48	810,72	18,91	0,04	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	680	28,89	19,89	100,86	792,74	0,18	14,40	0,00	4,51	0,00	0,00	0,26	713,23	84,59	190,72	9,48	810,72	18,91	0,04	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	100	0,80	0,10	2,20	14,00	0,00	16,00	0,01	0,10	0,00	0,00	0,04	23,00	14,00	42,00	1,00	141,00	3,00	0,00	0,00	0,00	71	2011			
СВИНИНА НАТУРАЛЬНАЯ ПО СЕЗОНУ (ГОТОВИТЬ СВЕЖЕЙ)	105	12,89	23,32	9,47	299,23	0,13	0,10	0,01	2,74	0,10	0,00	0,09	17,34	20,18	158,77	2,08	252,07	5,26	0,04	0,00	0,00	0,00	2011			
КОТЛЕТЫ ЛАПШАСОВЫЕ С ДЫМКОМ СЛИВОЧНЫМ (100%)	239	1,81	5,10	10,75	86,68	0,08	6,08	0,20	3,34	0,00	0,00	0,05	32,78	21,31	48,80	0,89	386,08	3,50	0,00	0,00	0,00	59	2011			
КАША КРУПЯНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	9,82	11,88	44,34	321,42	0,20	0,00	0,00	5,46	0,17	0,00	0,14	24,37	146,14	12,60	2,42	240,00	2,00	0,00	0,00	0,00	171	2011			
СОМ ПИЩЕВЫЙ	200	0,97	0,34	18,59	83,42	0,00	1,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23	12,00	7,20	12,60	2,40	240,00	2,00	0,00	0,00	0,00	388	2008			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,20	0,34	22,10	130,25	0,08	0,00	0,00	1,98	0,00	0,00	0,03	12,00	18,18	46,20	1,10	79,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008			
Итого за преем пища:	40	0,32	0,26	16,36	81,38	0,00	0,00	0,00	0,28	0,00	0,00	0,40	129,94	233,48	529,00	14,44	1430,90	19,64	0,11	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	330	33,14	41,08	131,21	1038,93	0,80	20,20	0,00	12,70	0,29	0,00	0,40	129,94	233,48	529,00	14,44	1430,90	19,64	0,11	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	150	10,20	3,33	32,16	283,10	0,30	0,20	0,20	1,21	1,80	0,00	0,41	165,42	35,70	304,42	1,38	231,72	0,76	0,00	0,00	0,00	101	2011			
МОЛОЖО В ПРОЦЕССИОННОМ УПАКОВКЕ	500	5,63	4,85	9,31	104,78	0,05	1,94	0,00	0,30	0,00	0,00	0,21	204,00	22,40	144,00	0,16	292,00	18,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			
ГРУШКИ СВЕЖИЕ (АТЕКСИЯ)	350	15,83	8,18	41,41	387,88	0,10	1,43	0,23	1,21	1,08	0,00	0,60	359,42	55,10	448,42	2,14	570,72	27,76	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			
Итого за преем пища:	280	18,46	69,11	278,28	2417,13	1,00	36,03	0,55	18,42	1,36	1,22	672,69	353,17	1187,14	22,00	2784,64	69,31	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	2011			

Итого	Пищевые вещества				Элементы															
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мкг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	В2, мкг	В6, мкг	В12, мкг	Сa, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	F, мг	Sr, мг	
Итого за весь период	700,72	890,85	2 577,08	19 783,78	9,57	596,00	4 223,00	140,50	96,80	12,54	7 538,27	2 803,07	11 443,00	182,82	7 320,00	8,00	40,20	0,00	0,00	
Среднее значение за период	70,07	89,09	257,71	1 978,38	0,96	59,60	422,30	14,05	9,70	1,25	753,83	280,31	1 144,31	18,28	722,00	0,00	4,02	0,00	0,00	
Среднее значение за период в Меню за период в % от калорийности	14,2	31,4	54,4																	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Выпуск дачей	Завтрак	Обед	Полдник
12,18 мет	614	918	363