

Каша молочная гречневая со сливоч. маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сб.р.ц. 2004
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб.р.ц. 2004
Сыр	15	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№1511сб.р.ц. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Фрукты свежие	140	0,52	0,52	12,74	61,10	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	
Итого завтрак:		19,84	16,84	83,18	509,20	0,33	8,87	0,06	0,88	781,81	113,95	339,00	2,19	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб.р.ц. 2004
Итого:		25,64	23,24	92,58	627,20	0,41	10,07	30,06	0,88	1034,61	295,95	367,00	2,39	
4-ой день														
Икра овощная (консервированная)	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76 сб.р.ц. 1994
Плов с мясом	200	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№104сб.р.ц. 2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб.р.ц. 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	3,22	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,3	6,9	25,2	9,9	5,58	гост31805-2012
Сыр	15	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№1511сб.р.ц. 2004
Итого завтрак:		18,69	23,66	76,64	561,75	0,154	3,9	52,079	0,575	239,08	99,83	169,54	9,91	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб.р.ц. 2004
Итого:		24,49	30,06	86,04	679,75	0,234	5,1	82,079	0,575	491,88	281,83	197,54	10,11	
5-ой день														
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками и маслом сливоч.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№116сб.р.ц.2004
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб.р.ц. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	15	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	0	3	0,02	№14сб.р.ц.2004
Фрукты свежие	140	0,52	0,52	12,74	61,10	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	
Итого завтрак:		14,42	21,07	85,19	586,1	0,34	8,76	0,06	0,91	649,21	108,7	267	2,06	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб.р.ц. 2004
Итого:		20,22	27,47	94,59	704,1	0,42	9,96	30,06	0,91	902,01	290,7	295	2,26	
6-ой день														
Кукуруза консервированная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№274 сб.р.ц. 1994
Макаронные отварные со слив. мас с сыром	200	8,37	11,3	40,83	242,18	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№397сб.р.ц. 2004
Какао на молоке	200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54	№1511сб.р.ц. 2004
Сыр	15	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	гост31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Итого завтрак:		22,51	25,58	83,23	574,24	0,124	2,91	0,089	0,295	333,11	91,25	109,11	1,37	

Снежок	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		28,31	31,98	92,63	692,24	0,204	4,11	30,089	0,295	585,91	273,25	137,11	1,57	
7-ой день														
Фрукты консервированные	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№469 сб рец 2005
Запеканка из творога	150	2,28	3,10	10,80	93,20	0,03	0,25	0,11	0	75,47	16,3	114,97	0,28	
Соус яблочный	30	0,52	0,52	12,74	61,10	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№136сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	гост31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Итого завтрак:		8,90	7,22	60,52	351,53	0,21	17,63	0,12	0,50	427,75	84,55	288,77	2,57	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		14,70	13,62	69,92	469,53	0,29	18,83	30,12	0,50	680,55	266,55	316,77	2,77	
8-ой день														
Зеленый горошек консервированный	60	0,22	1,04	3,76	24,45	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№10 сб рец 2010
Омлет натуральный	150	9,3	11,25	43,13	349,01	0,154	0,39	0,39	4,55	105,43	18,72	0,26	2,99	№255сбрец2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	25/25	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Фрукты свежие	140	0,52	0,52	12,74	61,10	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	
Итого завтрак:		15,44	13,61	97,95	593,76	0,35	6,91	0,40	5,09	439,41	84,47	144,46	4,72	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		21,24	20,01	107,35	711,76	0,426	8,11	30,4	5,09	692,21	266,47	172,46	4,92	
9-ой день														
Салат из свежих огурцов	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№325 сб рец 1994
Котлета рыбная любительская	90	8,2	3,95	9,22	187,26	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0	0,59	№315сбрец2004
Рис отварной со сливочным маслом	150	3,65	5,37	26,69	209,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	528 сб рец 1994
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	11,7	54,25	1,05	№136сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№14сбрец2004
Масло сливочное	15	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	гост31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	25/25	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Итого завтрак:		20,045	20,17	72,59	481,53	0,176	10,8	0,44	0,21	94,415	14,7	54,25	2,725	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		25,845	26,57	81,99	599,53	0,256	12	30,44	0,21	347,215	196,7	82,25	2,925	
10-ой день														
Салат из свежих помидор	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	
		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Mg мг.	Р мг.	Fe мг.	
	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	

Тефтели мясные в соусе.	90/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№79сб. рец. 2004
Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	168,2	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№472 сб. рец. 1994
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец. 1994
Сыр	15	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№151сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	25/25	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		13,18	11,31	80,62	363,8	0,064	1,75	0,039	0,075	150,115	11,45	83,2	1,475	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		18,98	17,71	90,02	481,8	0,144	2,95	30,039	0,075	402,915	193,45	111,2	1,675	

Директор _____

Технолог: _____

Бухгалтер: _____