

"Согласовано"
Заведующий МДОУ детский сад №

Маслова Наталья В.

"10" 01. 2011 г.

"Утверждаю"

Генеральный директор
ООО "Комбинат социального питания"

Ивченко С.В.

"10" 01 2011 г.



Основное меню для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях возрастной группы 3-7 лет.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша "Дружба" молочная жидкая	180	5.6	3.3	30.3	180.2	0.10	0.50	11.20	0.00	0.10	105.90	31.10	125.00	0.70	0.90	189.50	37.40	0.00	0.00	38	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Кекс чайный	30	2.6	3.8	16.3	110.1	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		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	400	11.7	17.8	59.1	458.4	0.10	1.10	65.80	0.20	0.20	238.20	47.50	219.10	1.20	1.40	381.00	48.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.0	0.0	18.2	79.2	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	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.0	0.0	18.2	79.2	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		
Обед																					
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)	200	4.7	3.9	15.5	115.3	0.10	3.70	0.20	0.00	0.00	32.10	26.30	62.50	1.60	0.70	374.70	51.40	0.00	0.00	102	2015
Биточек мясной	70	8.3	13.4	8.5	198.9	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	8.10	7.40	22.80	0.50	0.20	41.40	16.30	0.00	0.00	ттк	
Капуста тушеная	150	3.0	5.5	11.8	115.1	0.05	25.56	0.00	0.00	0.06	87.91	31.25	60.85	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	139	2015
Напиток из яблок сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	645	19.2	23.3	61.7	552.9	0.25	29.76	0.20	0.00	0.06	154.41	78.05	191.85	5.60	1.40	532.60	70.20	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Тефтели рыбные с соусом	90/50	11.1	6.9	15.0	172.5	0.10	1.50	4.30	0.00	0.10	39.90	38.10	144.80	0.90	1.00	336.00	129.50	0.00	0.00	239	2015
Рис с овощами	130	3.7	4.6	37.5	211.7	0.00	0.60	15.80	0.10	0.00	21.60	27.70	76.70	0.70	0.80	81.80	43.00	0.00	0.00	450	2003
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	485	17.5	12.5	70.5	476.4	0.20	2.10	20.10	0.10	0.10	79.30	81.10	255.00	2.70	2.10	476.70	173.80	0.00	0.00		
Всего за день:		48.4	53.6	209.5	1 566.9	0.55	32.96	86.10	0.30	0.36	471.91	206.65	665.95	9.50	4.90	1 390.30	292.30	0.00	0.00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	4.9	3.9	19.0	138.3	0.10	0.50	12.10	0.00	0.10	116.50	33.00	126.20	0.70	1.00	207.00	38.20	0.00	0.00	34	2010	
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.80	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00				
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015	
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015	
Итого за прием пищи:	445	16.9	20.7	52.8	488.8	0.30	1.30	70.90	1.10	0.30	309.10	70.10	341.40	2.60	2.30	550.90	61.50	0.00	0.00			
II Завтрак																						
Кефир	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015	
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, свиной	200/10	3.5	7.5	7.6	118.9	0.00	9.60	4.40	0.00	0.00	42.30	16.90	36.50	0.80	0.40	250.10	51.60	0.00	0.00	88	2015	
Суфле рыбное	70	12.0	7.6	1.0	134.2	0.10	0.50	18.80	0.80	0.20	50.10	30.40	162.90	0.90	1.00	307.50	111.80	0.00	0.00	400	2004	
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.20	28.60	88.10	1.10	0.50	721.00	56.90	0.00	0.00	128	2015	
Огурцы консервированные	20	0.2	0.0	0.3	2.6	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	4.60	2.80	4.80	0.10	0.00	28.20	0.00	0.00	0.00	70	2015	
Напиток из шиповника с изюмом	180	0.5	0.1	17.4	79.6	0.00	39.60	0.10	0.00	0.00	18.80	6.40	11.80	0.60	0.00	79.90	0.00	0.00	0.00	388	2015	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	675	22.5	20.5	62.2	659.8	0.30	60.30	40.10	0.70	0.40	174.10	93.70	343.30	5.30	2.40	1 447.90	222.80	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																						
Запеканка творожная	140	28.4	11.1	24.4	337.8	0.10	0.30	43.00	0.30	0.20	198.60	32.00	272.90	1.10	0.70	198.00	6.10	0.00	0.00	223	2015	
Молоко сгущенное	30	2.2	2.8	16.7	98.4	0.00	0.30	0.00	0.00	0.10	92.10	10.20	65.70	0.10	0.30	109.50	2.10	0.00	0.00			
Кисель из вишни	200	0.2	0.0	21.1	86.5	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	17.80	6.50	11.60	0.10	0.00	53.60	0.40	0.00	0.00	350	2015	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00			
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	535	33.9	15.2	92.9	675.5	0.20	14.80	43.00	0.30	0.30	337.00	70.70	394.30	4.90	1.50	768.40	12.50	0.00	0.00			
Всего за день:		78.5	62.2	215.1	1 830.3	0.90	77.70	190.00	2.10	1.30	1 036.20	259.70	1 250.00	13.00	6.20	2 767.20	295.80	0.00	0.00			

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша рисовая молочная жидкая	180	4.2	2.9	25.1	150.6	0.00	0.50	11.60	0.00	0.10	105.80	22.10	102.10	0.30	0.70	165.70	37.00	0.00	0.00	33	2010
Какво с молоком	180	4.9	4.8	14.1	130.2	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	164.10	28.30	128.30	0.70	0.80	268.90	14.00	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	68.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Сыр (порциями)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015
Итого за прием пищи:	415	14.4	18.6	57.3	473.0	0.20	1.40	93.30	0.20	0.20	380.00	67.00	324.20	1.80	2.20	491.50	52.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молочный ванильный напиток	180	5.2	5.4	15.3	142.7	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.80	0.20	0.80	277.60	17.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	15.3	142.7	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.80	0.20	0.80	277.60	17.10	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	225	6.5	2.1	16.0	108.6	0.10	7.70	0.20	0.00	0.10	23.80	23.90	55.90	1.00	0.40	541.70	53.10	0.00	0.00	97	2015
Гуляш из птицы	40/40	9.7	9.9	3.9	155.7	0.10	1.60	11.00	0.00	0.10	18.70	17.60	99.20	1.10	0.10	65.40	21.10	0.00	0.00	ттк	
Каша гречневая рассыпчатая	130	7.8	4.9	35.4	221.1	0.20	0.00	11.00	0.10	0.10	18.90	112.40	167.80	3.90	1.30	236.30	38.00	0.00	0.00	171	2015
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	660	27.5	17.5	86.4	631.6	0.50	9.30	22.20	0.10	0.30	76.90	164.10	362.10	7.80	2.30	905.30	114.70	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Жаркое по-домашнему со свининой	200	7.8	18.2	25.1	310.6	0.20	12.10	0.30	0.00	0.10	34.00	37.00	91.40	1.80	0.80	849.20	88.30	0.00	0.00	ттк	
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Печенье	23	1.3	7.9	13.7	127.7	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		
Итого за прием пищи:	438	11.8	27.1	56.8	530.6	0.30	12.10	0.30	0.00	0.10	51.80	52.30	124.90	2.90	1.10	908.10	89.60	0.00	0.00		
Всего за день:		58.9	68.6	215.8	1 777.8	1.10	23.80	138.80	0.30	0.80	702.60	304.70	948.00	12.70	4.10	2 582.50	279.70	0.00	0.00		

ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша ячневая молочная жидкая	180	4.9	3.4	20.2	138.7	0.00	0.60	13.60	0.00	0.10	134.20	21.70	137.70	0.50	0.70	202.90	38.20	0.00	0.00	36	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	405	11.0	15.1	50.7	398.5	0.10	1.20	68.20	0.20	0.20	274.20	49.70	261.60	1.70	1.50	440.30	50.40	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с яйцом	200	4.5	6.0	14.5	134.3	0.10	6.90	0.30	0.50	0.20	33.60	24.10	66.00	1.40	0.70	517.00	57.20	0.00	0.00	97	2015
Печень по-строгановски	40/40	10.7	7.8	3.4	148.4	0.10	8.30	12.20	0.00	0.90	19.80	11.80	162.50	3.40	3.00	201.10	24.30	0.00	0.00	255	2015
Макаронные изделия отварные	130	5.4	3.5	34.8	196.7	0.10	0.00	11.00	0.10	0.00	24.30	9.80	40.50	0.90	0.30	62.10	52.70	0.00	0.00	309	2015
Напиток из яблок сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	635	23.8	17.8	78.6	603.0	0.40	15.30	23.50	0.60	1.10	104.00	58.80	334.70	8.00	4.50	896.70	136.70	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Пудинг творожный	140	21.5	7.7	21.7	261.3	0.00	0.40	26.50	0.30	0.30	179.30	28.90	232.50	1.00	0.80	212.10	6.70	0.00	0.00	222	2015
Молоко сгущенное	30	2.2	2.6	16.7	98.4	0.00	0.10	0.00	0.00	0.10	82.90	9.20	58.10	0.10	0.30	109.50	2.10	0.00	0.00		
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Плюшка российская	50	4.6	6.6	35.0	220.1	0.10	0.10	1.80	0.00	0.00	24.20	7.40	45.00	0.40	0.30	72.70	21.30	0.00	0.00	767	2004
Итого за прием пищи:	400	28.4	16.9	73.4	580.3	0.10	0.60	28.30	0.30	0.40	296.50	49.20	340.30	1.90	1.40	407.30	30.10	0.00	0.00		
Всего за день:		63.7	50.3	215.4	1 642.9	0.60	30.10	120.00	1.10	1.70	695.50	168.10	950.90	14.50	12.70	2 105.70	219.80	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг				
Завтрак																							
Омлет натуральный	160	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.80	2.00	0.40	118.80	16.60	186.90	1.90	1.30	227.20	67.80	0.00	0.00	210	2015		
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015		
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00				
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015		
Сыр (порциями)	15	3.9	3.9	0.0	51.6	0.00	0.10	34.50	0.00	0.00	150.00	7.50	91.50	0.10	0.50	14.30	0.00	0.00	0.00	15	2015		
Итого за прием пищи:	400	23.4	31.9	37.2	564.4	0.30	1.30	118.80	2.20	0.50	442.70	57.40	432.20	3.10	2.70	529.40	83.10	0.00	0.00				
II Завтрак																							
Молоко кипяченое	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	385	2015		
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00				
Обед																							
Суп картофельный с клецками и свиной	200/10	5.5	7.2	23.2	185.3	0.00	3.70	0.20	0.10	0.00	26.10	17.30	50.70	0.90	0.30	288.20	59.00	0.00	0.00	108/108	2015		
"Ёжики" мясные со сметанным соусом	120/50	16.7	14.0	12.4	261.4	0.00	1.40	16.80	0.10	0.10	40.80	25.20	165.70	2.30	3.00	351.10	69.30	0.00	0.00	287	2015		
Свекла, тушеная в сметанном соусе	130	2.2	5.7	5.5	111.7	0.00	4.90	10.50	0.00	0.00	52.10	25.60	55.20	1.50	0.50	368.90	17.70	0.00	0.00	140	2015		
Компот из компотной смеси с/м	180	0.1	0.0	16.1	64.7	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	10.10	2.80	3.20	0.10	0.00	39.30	0.70	0.00	0.00	343	2015		
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00				
Итого за прием пищи:	735	27.5	27.4	72.2	701.4	0.10	10.70	27.50	0.20	0.10	137.20	79.50	314.00	6.60	4.30	1 108.70	149.20	0.00	0.00				
Уплотненный полдник																							
Котлета рыбная	70	9.4	5.7	6.2	116.9	0.10	0.40	0.00	0.10	0.10	20.90	20.30	121.60	0.80	0.70	207.50	104.00	0.30	0.00	ттк			
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.50	28.60	88.20	1.10	0.50	721.00	60.90	0.00	0.00	128	2015		
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015		
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00				
Пирог "Манник"	50	2.0	7.6	19.4	156.5	0.00	0.00	1.60	0.10	0.00	18.10	4.20	26.40	0.20	0.10	21.70	0.80	0.00	0.00	ттк			
Итого за прием пищи:	485	17.4	19.1	64.5	511.8	0.30	10.00	18.40	0.30	0.30	107.30	68.40	269.70	3.20	1.60	1 009.10	167.00	0.30	0.00				
Всего за день:		73.5	83.8	182.0	1 891.7	0.80	23.00	187.50	2.70	1.10	881.10	226.60	1 152.80	13.10	6.40	2 824.10	416.40	0.30	0.00				

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Комбинат социального питания»
ИНН 7602088809
г. Ярославль

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша пшеничная молочная жидкая	180	4.7	2.9	20.0	131.9	0.10	0.50	11.60	0.00	0.10	110.60	21.30	112.60	0.80	0.40	183.70	37.50	0.00	0.00	35	2010	
Чай с молоком	200	3.9	3.8	13.7	113.9	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	146.50	20.00	104.60	0.80	0.50	222.40	12.20	0.00	0.00	378	2015	
Кекс чайный	30	2.6	3.8	16.3	110.1	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			
Итого за прием пищи:	410	11.2	10.5	50.0	355.9	0.20	1.20	27.80	0.00	0.20	257.10	41.30	217.40	1.60	0.90	406.10	49.70	0.00	0.00			
II Завтрак																						
Кефир	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015	
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																						
Суп картофельный с фасолью	200	2.1	3.6	10.6	83.3	0.00	3.70	0.20	0.00	0.00	19.30	13.60	29.90	0.60	0.20	257.70	50.80	0.00	0.00	102	2015	
Тефтели "Сочные" с соусом	50/50	7.1	11.8	9.0	180.7	0.00	1.00	6.30	0.00	0.00	21.50	12.70	53.60	0.80	0.80	135.90	35.10	0.00	0.00	ттк		
Рис радужный	130	3.6	5.5	35.6	210.6	0.00	1.20	9.60	0.10	0.00	27.70	30.10	79.80	0.70	0.90	102.10	43.20	0.00	0.00	450/гтк	2003	
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	655	16.3	21.5	86.3	620.8	0.10	5.90	16.10	0.10	0.00	64.00	66.60	202.50	3.90	2.40	557.60	131.40	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																						
Капуста цветная запеченная в омлете	150	8.4	10.0	4.9	158.2	0.00	0.20	19.10	1.20	0.10	57.90	8.20	97.70	1.00	0.60	112.10	56.30	0.00	0.00	210	2015	
Чай с сахаром	200	0.1	0.0	12.0	48.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.70	3.60	3.00	0.30	0.00	10.90	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00			
Ватрушка с творогом	50	6.8	2.8	24.1	151.9	0.00	0.00	7.10	0.00	0.00	38.70	9.10	63.80	0.40	0.30	77.10	18.10	0.00	0.00	108	2010	
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	565	18.4	14.3	71.7	611.2	0.10	13.20	26.20	1.20	0.10	135.80	42.90	208.60	5.30	1.40	607.40	78.30	0.00	0.00			
Всего за день:		51.1	52.1	215.2	1 594.1	0.50	21.60	106.10	1.30	0.80	692.90	176.00	799.50	11.00	4.70	1 571.10	259.40	0.00	0.00			

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.5	5.1	17.8	150.0	0.10	0.80	20.70	0.00	0.10	154.10	18.70	116.00	0.40	0.70	228.30	57.20	0.00	0.00	120	2015
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Сыр (порциями)	15	3.9	3.9	0.0	51.5	0.00	0.10	34.50	0.00	0.00	150.00	7.50	91.50	0.10	0.50	14.30	0.00	0.00	0.00	15	2015
Итого за прием пищи:	410	16.5	14.5	51.2	423.2	0.30	1.70	73.90	0.00	0.20	475.60	59.50	358.30	1.60	2.10	529.00	72.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00		
Обед																					
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной	200	2.1	2.9	14.1	92.3	0.10	5.40	4.40	0.00	0.00	30.50	20.90	56.30	0.80	0.20	397.40	52.10	0.00	0.00	96	2015
Запеканка из печени с рисом	150	19.5	16.2	19.5	336.5	0.20	13.90	25.60	0.40	1.60	45.20	30.90	308.70	6.10	5.40	374.80	78.40	0.00	0.00	482	2004
Соус сметанный	30	0.4	2.4	1.2	31.3	0.00	0.00	10.10	0.00	0.00	10.80	1.30	7.20	0.00	0.00	14.90	9.10	0.00	0.00	330/тгк	2015
Икра свекольная	35	0.8	1.8	2.3	36.4	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	16.60	9.20	19.90	0.60	0.20	135.40	11.30	0.00	0.00	75	2015
Напиток из яблок сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	640	26.0	23.8	63.0	622.1	0.40	21.40	40.10	0.40	1.60	129.40	75.40	437.80	9.80	6.30	1 039.00	153.40	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Котлета рыбная	70	11.6	5.0	10.7	136.5	0.10	0.30	1.20	0.00	0.10	35.30	33.20	136.90	1.10	0.70	274.70	95.50	0.00	0.00	234	2015
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.20	28.60	88.10	1.10	0.50	721.00	56.90	0.00	0.00	128	2015
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Печенье	23	1.3	7.9	13.7	127.7	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		
Итого за прием пищи:	458	18.9	18.7	63.3	502.6	0.30	9.90	18.00	0.10	0.30	103.30	77.10	258.50	3.30	1.50	1 054.60	153.70	0.00	0.00		
Всего за день:		62.3	57.2	195.7	1 625.3	1.00	36.60	132.00	0.50	2.10	720.90	219.20	1 067.20	17.20	0.00	2 898.60	367.40	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОБЩЕСТВЕННОСТЬ
**«Коминнат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	5.3	3.5	23.4	152.7	0.10	0.50	11.60	0.00	0.10	109.80	29.10	119.60	0.70	0.80	191.70	37.80	0.00	0.00	32	2010
Какао с молоком	180	4.4	4.2	13.2	117.5	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	143.40	26.00	113.10	0.60	0.70	238.20	12.20	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	14	2015	
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	445	17.2	20.0	55.0	490.8	0.30	1.20	67.90	1.10	0.30	282.00	70.50	326.90	2.80	2.20	533.30	59.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	225	6.5	2.1	16.0	108.6	0.10	7.70	0.20	0.00	0.10	23.80	23.90	55.90	1.00	0.40	541.70	53.10	0.00	0.00	97	2015
Котлета из мяса кур	70	9.5	13.4	7.3	201.9	0.00	0.80	16.40	0.00	0.10	19.80	16.20	100.60	1.20	0.20	42.70	21.10	0.00	0.00	ттк	
Рагу из овощей с зел.гор.	150	2.9	3.2	15.4	104.3	0.10	13.80	0.30	0.00	0.00	42.20	30.20	68.50	1.30	0.70	503.10	23.60	0.00	0.00	143	2015
Напиток из шиповника с изюмом	180	0.5	0.1	17.4	79.6	0.00	39.60	0.10	0.00	0.00	18.80	6.40	11.80	0.60	0.00	79.90	0.00	0.00	0.00	388	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	670	22.4	19.3	71.1	572.7	0.30	61.90	17.00	0.00	0.20	112.70	85.30	276.00	5.90	1.80	1 228.60	100.30	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Гуляш "Болоньезе" (субпродукты)	80	14.6	9.0	5.6	160.6	0.14	3.19	0.26	0.00	0.40	16.87	22.18	139.22	3.34	1.73	295.97	29.22	0.00	0.00	ттк	
Макаронные изделия отварные	130	5.4	3.5	34.8	196.7	0.10	0.00	11.00	0.10	0.00	24.30	9.80	40.50	0.90	0.30	62.10	52.70	0.00	0.00	309	2015
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Печенье	20	1.1	6.9	11.9	111.0	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	4039475	
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	575	24.3	20.9	83.0	621.8	0.34	16.19	11.26	0.10	0.40	79.77	57.68	227.52	8.24	2.53	778.37	85.82	0.00	0.00		
Всего за день:		69.1	65.6	217.2	1 799.4	1.04	80.29	118.96	1.20	1.10	668.37	234.78	967.32	17.14	7.33	2 817.77	262.52	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	4.9	3.9	19.0	138.3	0.10	0.50	12.10	0.00	0.10	116.50	33.00	126.20	0.70	1.00	207.00	39.00	0.00	0.00	34	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	405	11.0	15.6	49.5	398.1	0.20	1.10	66.70	0.20	0.20	256.50	61.00	250.10	1.90	1.80	444.40	51.20	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ из свежей капусты с картофелем, свиной	200/10	3.3	6.5	8.9	120.0	0.00	6.40	0.20	0.00	0.00	37.20	18.70	36.10	1.10	0.40	266.00	52.30	0.00	0.00	82	2015
Азу из говядины	70	10.8	11.1	3.4	170.2	0.00	1.40	0.00	0.00	0.10	14.10	15.70	100.00	1.60	0.20	74.00	28.70	0.00	0.00	438	2004
Каша гречневая рассыпчатая	130	7.8	4.9	35.4	220.0	0.20	0.00	10.80	0.10	0.10	18.90	112.20	167.50	3.90	1.30	235.90	38.00	0.00	0.00	171	2015
Кукуруза консервированная отварная	15	0.3	0.0	1.7	8.7	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	2.70	2.90	8.40	0.10	0.10	14.90	0.00	0.00	0.00	133	2015
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	650	25.7	23.1	80.5	665.1	0.30	8.40	11.00	0.10	0.20	86.40	159.70	351.20	8.50	2.50	652.70	121.50	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	140	28.3	11.0	24.1	336.0	0.10	0.30	42.80	0.30	0.20	196.60	31.90	271.30	1.10	0.70	195.00	1.90	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	30	2.2	2.6	16.7	98.4	0.00	0.30	0.00	0.00	0.10	92.10	10.20	65.70	0.10	0.30	109.50	2.10	0.00	0.00		
Кисель из вишни	200	0.2	0.0	21.1	86.5	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	17.80	6.50	11.60	0.10	0.00	53.60	0.40	0.00	0.00	350	2015
Ватрушка с джемом	50	3.9	2.1	33.0	169.0	0.00	2.50	4.40	0.00	0.00	22.30	8.30	40.80	0.40	0.20	82.50	17.90	0.00	0.00	741	2004
Итого за прием пищи:	420	34.6	15.7	94.9	689.9	0.10	4.30	47.20	0.30	0.30	328.80	56.90	389.40	1.70	1.20	440.60	22.30	0.00	0.00		
Всего за день:		72.2	54.6	243.1	1 830.5	0.60	17.40	124.90	0.60	0.70	686.30	284.80	1 003.30	14.60	5.60	1 753.70	196.80	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Комбинат социального питания»
ИНН 7602088809

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	l, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша манная молочная жидкая	180	4.6	3.0	20.6	134.8	0.00	0.50	12.10	0.00	0.10	111.20	15.00	86.90	0.30	0.50	171.00	37.10	0.00	0.00	31	2010	
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00			
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015	
Сыр (порциями)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015	
Итого за прием пищи:	415	14.4	18.4	54.1	456.9	0.20	1.40	93.80	0.20	0.20	385.10	53.30	301.70	1.50	1.80	468.40	52.40	0.00	0.00			
II Завтрак																						
Кефир	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015	
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																						
Суп из овощей со свиной и сметаной	200/10	3.6	7.6	9.5	126.8	0.00	6.80	4.40	0.00	0.00	34.00	17.90	41.50	0.80	0.30	302.50	51.70	0.00	0.00	99	2015	
Гуляш из рыбы	50/50	9.0	4.4	2.8	93.2	0.10	1.00	5.70	0.00	0.10	30.50	30.50	120.20	0.50	0.60	280.70	119.00	0.00	0.00	ттк		
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.50	28.60	88.20	1.10	0.50	721.00	60.90	0.00	0.00	128	2015	
Огурцы консервированные	20	0.2	0.0	0.3	2.6	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	4.60	2.80	4.80	0.10	0.00	28.20	0.00	0.00	0.00	70	2015	
Компот из компотной смеси см	180	0.1	0.0	16.1	64.7	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	10.10	2.80	3.20	0.10	0.00	39.30	0.70	0.00	0.00	343	2015	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	705	19.2	17.3	64.6	511.8	0.30	19.10	26.90	0.10	0.30	137.80	91.20	297.10	4.40	1.90	1 432.90	234.80	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																						
Капуста тушеная с мясом свинины	200	11.2	22.1	13.9	330.9	0.10	34.40	13.50	0.10	0.10	88.60	31.00	62.80	1.90	0.80	398.20	36.30	0.00	0.00	ттк		
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00			
Шанежки наливные с яйцами	50	6.1	2.9	24.5	153.3	0.10	0.00	0.00	0.30	0.00	51.60	8.20	68.90	0.60	0.60	62.20	21.50	0.00	0.00	740	2004	
Итого за прием пищи:	465	20.0	26.0	56.4	576.4	0.30	34.40	13.50	0.40	0.10	158.00	54.50	165.20	3.60	1.70	519.30	61.10	0.00	0.00			
Всего за день:		58.8	67.6	182.3	1 651.3	0.90	56.20	170.20	0.70	0.90	896.90	224.20	935.00	9.70	4.60	2 420.60	349.30	0.00	0.00			

Общая суточная энергетическая ценность
«Комбинат социального питания»
ИНН 7602083809

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	636,5	615,6	2091,3	17210,2	7.99	399.65	1 374.36	10.80	10.66	7 452.68	2 304.73	9 739.97	132.44	67.53	23 172.17	2 947.42	0,30	0.00
Среднее значение за период	63.7	61.6	209.1	1 721.0	0.80	39.97	137.44	1.10	1.07	745.27	230.47	974.00	13.24	6.75	2 317.22	294.74	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.8	32.2	53.0															

Общество с ограниченной ответственностью
«Комбинат социального питания»
 ИНН 7602088809

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
3-7 лет	415	175	667	483