День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			1 неделя																		
			Понедельник																		
			Завтрак																		
1	з	17	Омлет натуральный	150	10,78	11,62	4,29	144,90	179,63	123,74	17,19	173,46	1,44	17,88	18,33	45,59	0,46	0,06	0,33	1,41	53,91
1	з	ГП	Бутерброд с маслом (25/5)	30	2,28	0,36	17,70	51,63	27,90	6,00	4,20	19,50	0,33	0,96	1,80	4,35	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
1	з	108	Какао с молоком	180	3,03	2,40	12,58	64,07	138,87	109,22	16,86	86,70	0,35	8,08	1,80	20,54	0,53	0,03	0,12	0,00	6,13
1	**из**		**Итого завтрак:**	360	16,09	14,38	34,57	260,60	346,40	238,96	38,25	279,66	2,11	26,92	21,93	70,48	0,99	0,12	0,46	1,41	60,04
			2 завтрак																		
1	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
1	**и2з**		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
1	о	36	Салат Рубин	40	0,65	2,73	7,21	55,85	137,51	16,70	11,52	20,15	0,62	2,14	0,24	14,36	1,41	0,01	0,02	0,00	0,36
1	о	50	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	2,61	12,14	90,15	300,46	21,08	23,86	75,47	1,33	3,12	1,64	22,65	3,19	0,11	0,05	0,02	42,80
1	о	28	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,38	0,06	2,46	11,72	4,65	1,00	0,70	3,25	0,06	0,16	0,30	0,73	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00
1	о	68	Говядина в кисло-сладком соусе	50	11,56	11,47	7,67	124,41	231,61	10,21	16,62	114,75	1,72	4,27	0,18	37,95	1,23	0,04	0,08	0,05	9,27
1	о	97	Рис отварной	110	2,73	2,28	27,63	161,93	34,78	3,52	17,84	54,29	0,36	0,50	5,48	18,11	0,00	0,02	0,02	0,04	3,68
1	о	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	0,00	0,00	16,49	63,75	10,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,00	0,26	0,29	0,00	0,05
1	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
1	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
1	**ио**		**Итого обед:**	540	22,54	19,57	91,13	563,78	782,29	62,51	82,03	309,26	5,03	10,68	14,92	95,97	22,83	0,50	0,48	0,11	56,16
			Полдник																		
1	п	124	Сушка на сметане	50	4,57	5,12	29,83	152,51	57,36	20,92	6,65	43,43	0,52	2,61	3,27	11,64	0,03	0,05	0,04	0,14	10,67
1	п	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
1	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
1	**ип**		**Итого полдник:**	325	10,17	10,00	46,34	290,14	584,26	252,12	40,40	215,88	2,79	20,71	7,16	55,24	10,79	0,15	0,37	0,14	31,26
			Ужин																		
1	у	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	0,68
1	у	80	Рыба, запеченная с картофелем "по-русски"	130	12,99	2,85	12,87	128,62	524,86	33,19	47,84	190,51	1,04	101,53	11,10	477,79	4,47	0,12	0,10	0,19	13,57
1	у	122	Кисель из свежемороженной ягоды	180	0,12	0,08	13,04	52,92	23,70	5,11	3,00	6,22	0,14	0,01	0,02	2,02	1,38	0,00	0,00	0,00	0,00
1	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
1	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
1	**иу**		**Итого ужин:**	400	16,35	3,45	47,14	251,13	674,68	59,42	69,13	251,77	2,44	102,18	18,50	482,72	6,85	0,18	0,14	0,19	14,25
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1805	70,3	51,6	227,5	1436,7	2616,7	812,6	252,8	1204,6	12,6	175,5	65,8	737,7	42,4	1,0	1,7	1,9	173,1
			Суточная потребность:		42,0	47,0	203,0	1400,0	400,0	800,0	80,0	700,0	10,0	70,0	1,5	1400,0	45,0	0,8	0,9	10,0	450,0
			Процент удовлетворения суточной потребности:		167,3	109,7	112,1	102,6	654,2	101,6	316,0	172,1	125,5	250,7	4388,8	52,7	94,3	125,6	185,5	18,5	38,5

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			1 неделя																		
			Вторник																		
			Завтрак																		
2	з	11	Каша ячневая молочная жидкая с фруктами	150	5,15	5,22	21,28	175,72	191,83	132,39	23,86	155,10	0,64	8,71	9,59	37,96	0,92	0,08	0,15	0,05	10,13
2	з	ГП	Бутерброд с маслом (25/5)	30	2,28	0,36	17,70	51,63	27,90	6,00	4,20	19,50	0,33	0,96	1,80	4,35	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
2	з	112	Чай с сахаром и лимоном	180	0,16	0,09	6,19	25,70	20,65	4,85	2,92	5,45	0,48	0,01	0,02	0,53	0,98	0,00	0,01	0,00	0,10
2	из		**Итого завтрак:**	360	7,59	5,66	45,17	253,06	240,38	143,24	30,99	180,06	1,45	9,68	11,41	42,83	1,91	0,11	0,16	0,05	10,23
			2 завтрак																		
2	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
2	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
2	о	42	Салат с кальмарами "Морской" с яблоком	30	4,35	2,45	3,53	53,54	131,65	15,94	15,34	62,40	0,74	28,41	4,31	115,03	0,40	0,05	0,04	0,12	3,48
2	о	46	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	150	3,53	4,17	8,34	83,78	315,53	26,50	18,77	56,63	0,85	4,16	0,24	26,01	9,37	0,05	0,05	0,00	57,11
2	о	84	Котлеты рыбные	50	8,54	1,73	5,80	102,56	188,66	29,34	25,42	118,49	0,55	63,73	8,47	294,48	0,14	0,05	0,07	0,20	5,83
2	о	94	Картофель тушеный	110	2,70	2,48	20,41	184,00	643,10	19,87	30,09	74,73	1,15	41,49	0,38	40,98	11,12	0,12	0,08	0,04	49,43
2	о	115	Компот из смеси сухофруктов	150	0,29	0,00	17,04	69,27	0,27	29,84	1,27	2,58	0,07	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	4,09
2	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
2	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
2	ио		**Итого обед:**	525	21,87	11,25	72,64	549,12	1342,16	131,49	102,39	356,19	4,30	138,27	20,47	478,68	21,04	0,33	0,27	0,36	119,94
			Полдник																		
2	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00

2	п	128	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени или мяса	50	7,25	4,38	17,07	135,98	95,60	9,88	8,23	90,55	2,01	23,38	11,48	62,31	3,77	0,09	0,51	0,09	644,28
2	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
2	ип		**Итого полдник:**	325	7,80	4,76	45,82	278,69	359,70	69,42	42,36	170,92	6,82	25,28	11,76	69,91	30,32	0,12	0,53	0,09	646,87
			Ужин																		
2	у	62	Голубцы ленивые в сметанном соусе	180	21,97	25,21	17,66	236,47	595,68	68,91	43,17	240,13	3,44	12,61	6,67	80,59	21,18	0,09	0,22	0,37	28,59
2	у	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
2	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
2	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
2	иу		**Итого ужин:**	400	24,90	25,75	47,15	337,68	673,84	82,26	57,29	288,32	4,82	13,25	14,05	83,49	21,20	0,15	0,24	0,37	28,65
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1790,00	67,38	51,93	217,99	1488,73	2878,89	642,41	258,22	1157,48	17,57	202,67	61,30	710,92	75,72	0,78	1,51	0,87	823,69
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		160,42	110,48	107,38	106,34	719,72	80,30	322,78	165,35	175,75	289,53	4086,34	50,78	168,27	97,74	167,97	8,70	183,04
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			1 неделя																		
			Среда																		
			Завтрак																		
3	з	8	Каша "Рябчик"	150	4,82	4,16	19,78	105,86	171,96	122,73	31,15	124,55	0,66	9,44	3,25	25,27	0,59	0,07	0,15	0,03	8,20
3	з	24 •	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
3	з	107	Кофейный напиток с молоком	180	3,30	2,24	12,70	47,04	153,90	110,58	21,30	93,54	0,58	8,08	1,80	17,95	0,53	0,03	0,13	0,00	6,14
3	из		**Итого завтрак:**	370	12,24	12,50	44,83	242,68	357,67	316,81	58,99	279,15	1,61	18,31	7,86	46,97	1,15	0,14	0,31	0,19	27,57
			2 завтрак																		
3	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
3	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед:																		
3	о	37	Винегрет овощной	40	0,58	2,72	3,54	40,90	104,53	9,02	8,97	18,54	0,32	1,63	0,11	11,85	1,78	0,02	0,02	0,00	65,65
3	о	51	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	150	3,02	3,32	11,80	88,26	302,68	14,14	18,22	55,94	0,77	3,73	0,74	26,44	4,70	0,06	0,05	0,03	51,23
3	о	59	Тефтели из говядины	50	9,38	11,01	11,19	107,10	156,43	10,32	13,89	96,22	1,32	3,72	1,75	33,40	0,60	0,04	0,07	0,04	1,42
3	о	85	Капуста тушеная	120	3,19	2,77	13,59	91,59	431,92	71,50	27,30	55,46	1,02	4,77	0,61	21,52	28,45	0,05	0,06	0,05	62,34
3	о	120	Напиток лимонный	150	0,15	0,02	13,49	54,77	26,10	6,95	1,98	3,64	0,14	0,02	0,07	1,67	3,04	0,01	0,00	0,00	0,10
3	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
3	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
3	ио		**Итого обед:**	545	18,79	20,26	71,15	438,58	1084,61	121,93	81,86	271,15	4,51	14,35	10,36	97,05	38,58	0,22	0,22	0,12	180,75
			Полдник																		
3	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
3	п	127	Расстегай с рыбой	50	6,26	4,08	25,83	104,51	117,98	16,45	15,55	76,60	0,52	46,68	5,34	154,31	0,17	0,05	0,05	0,17	7,69
3	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
3	ип		**Итого полдник:**	325	6,81	4,46	54,58	247,23	382,08	75,98	49,67	156,97	5,34	48,58	5,62	161,91	26,72	0,08	0,07	0,17	10,28
			Ужин																		
3	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	0,68
3	у	66	Плов с мясом	130	13,39	18,30	42,13	201,97	255,53	20,57	41,91	181,50	2,02	5,35	7,63	67,97	1,61	0,07	0,09	0,03	126,75
3	у	110	Чай без сахара	180	0,09	0,07	0,03	0,70	10,29	2,18	1,91	3,59	0,36	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
3	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
3	у	ГП	Кондитерское изделия (зефир и (или) пастила и (или) мармелад)	20	0,16	0,02	17,56	35,20	0,00	1,60	1,20	8,40	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00
3	иу		**Итого ужин:**	400	15,37	18,68	69,15	273,03	373,34	41,47	60,51	235,53	3,54	5,35	13,81	67,97	2,63	0,13	0,12	0,03	127,49
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1820	58	60	248	1273	2427	756	274	1091	15	102	41	407	70	0,61	0,95	0,51	357
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		138,83	127,78	122,18	90,90	606,68	94,47	342,56	155,83	151,59	145,08	2731,65	29,08	155,67	76,68	105,37	5,08	79,43
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			1 неделя																		
			Четверг																		
			Завтрак																		
4	з	5	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,81	4,59	17,42	130,12	178,64	126,69	30,60	131,81	0,59	9,74	5,82	25,88	0,59	0,08	0,15	0,03	8,13
4	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	30,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,14
4	з	109	Чай с молоком	180	1,79	1,44	11,75	66,66	80,57	61,99	9,12	48,15	0,51	4,44	0,99	9,86	0,32	0,02	0,07	0,00	3,03

4	из		**Итого завтрак:**	360	8,52	6,33	45,06	269,86	290,06	194,28	43,67	197,11	1,40	15,14	8,61	40,08	1,02	0,13	0,23	0,03	12,29
			2 завтрак																		
4	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
4	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
4	о	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	0,68
4	о	49	Суп крестьянский с крупой с мясом	150	3,12	3,64	7,25	73,04	150,63	10,28	12,64	46,28	0,71	2,29	0,85	17,24	6,26	0,04	0,04	0,04	42,12
4	о	72	Печень "по-строгановски"	60	10,39	7,26	4,28	133,77	149,39	16,33	10,42	148,77	3,60	21,76	20,79	121,52	7,81	0,13	1,05	0,08	1356,90
4	о	95	Картофельное пюре	120	2,27	2,66	14,70	141,45	464,50	26,86	20,88	61,53	0,75	5,48	0,55	27,88	7,61	0,09	0,08	0,04	5,47
4	о	118	Компот из свежих плодов (яблок или груш)	150	0,12	0,12	11,65	48,02	69,49	4,40	2,35	2,87	0,60	0,53	0,08	2,11	1,20	0,01	0,00	0,00	0,41
4	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
4	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
4	ио		**Итого обед:**	565	18,7512	14,15	56,16	457,25	955,48	77,99	63,88	311,24	6,87	30,54	29,35	170,93	23,87	0,32	1,20	0,16	1405,58
			Полдник																		
4	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	0,00	0,00	16,49	63,75	10,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,00	0,26	0,29	0,00	0,05
4	п	125	Твороженник песочный	50	6,12	7,70	21,97	200,97	47,27	32,72	6,91	59,50	0,45	2,76	7,03	11,97	0,04	0,03	0,07	0,24	16,10
4	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
4	ип		**Итого полдник:**	295	6,50	8,08	47,77	332,17	321,70	47,92	15,46	69,95	2,54	4,66	7,32	19,57	26,54	0,32	0,38	0,24	18,73
			Ужин																		
4	у	29	Горошек зеленый консервированный	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	1,50
4	у	76	Рагу из мяса птицы	150	17,00	15,12	18,22	184,64	537,32	31,78	37,61	174,70	1,80	49,56	9,97	131,56	7,02	0,13	0,16	0,05	128,85
4	у	110	Чай без сахара	180	0,09	0,07	0,03	0,70	10,29	2,18	1,91	3,59	0,36	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
4	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
4	иу		**Итого ужин:**	400	18,82	15,47	27,68	220,51	655,13	51,08	55,02	220,33	3,19	49,56	16,15	131,56	8,04	0,17	0,19	0,05	130,41
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1800,00	57,69	48,19	184,99	1350,88	2451,39	570,86	201,04	946,62	14,16	114,86	64,75	395,41	60,46	0,99	2,22	0,47	1578,35
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		137,37	102,53	91,13	96,49	612,85	71,36	251,30	135,23	141,60	164,09	4316,45	28,24	134,35	123,96	247,14	4,70	350,75

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг	D, мкг	А, мкг рет. экв.
			1 неделя																		
			Пятница																		
			Завтрак																		
5	з	2	Суп молочный с крупой	130	3,90	4,08	10,70	98,07	152,42	115,44	22,89	108,42	0,38	8,79	4,15	22,09	0,55	0,06	0,14	0,03	7,70
5	з	16	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	46,48	19,36	4,18	66,82	0,87	7,04	10,81	19,36	0,00	0,02	0,14	0,88	28,36
5	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	24,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	6,14
5	з	108	Какао с молоком	180	3,03	2,40	12,58	64,07	138,87	109,22	16,86	86,70	0,35	8,08	1,80	20,54	0,53	0,03	0,12	0,00	6,13
5	из		**Итого завтрак:**	380	13,62	14,01	35,88	296,39	362,27	250,08	47,43	279,49	1,88	24,71	18,30	65,74	1,08	0,14	0,41	0,97	48,33
			2 завтрак																		
5	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
5	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
5	о	41	Салат из морской капусты с яйцом	30	0,89	2,19	1,23	28,14	62,75	11,90	3,83	14,40	0,22	1,36	1,15	4,88	3,94	0,01	0,02	0,09	6,62
5	о	43	Суп "Волна" со сметаной	150	3,45	3,60	13,58	100,24	435,16	21,70	21,85	74,09	1,04	6,87	3,78	34,78	7,09	0,09	0,10	0,31	57,45
5	о	78	Зразы из мяса птицы с луком и яйцом	50	8,52	3,57	4,88	105,31	116,24	18,63	27,24	73,55	0,68	3,87	8,47	44,11	0,74	0,03	0,05	0,16	7,95
5	о	86	Рагу из овощей	110	2,07	5,31	11,24	140,91	323,09	26,80	24,70	49,25	0,86	14,11	0,41	26,21	18,53	0,06	0,06	0,10	184,42
5	о	116	Компот из кураги	150	0,69	0,08	14,48	61,00	199,75	19,87	12,79	17,78	0,41	0,00	0,00	0,00	0,22	0,01	0,00	0,00	22,26
5	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
5	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
5	ио		**Итого обед:**	525	18,07	15,18	62,93	491,58	1199,94	108,90	101,91	270,42	4,16	26,69	20,89	112,15	30,53	0,24	0,26	0,66	278,69
			Полдник:																		
5	п	129	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным или картофельным фаршем	50	3,10	3,92	16,85	114,39	97,81	18,80	7,64	33,59	0,49	15,68	2,04	8,91	4,66	0,04	0,03	0,12	7,24
5	п	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
5	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
5	ип		**Итого полдник:**	325	8,59	8,45	34,48	252,94	590,94	233,58	39,21	192,02	2,75	32,55	5,65	49,77	15,14	0,12	0,28	0,12	21,17
			Ужин																		
5	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	0,68
5	у	63	Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	130	18,38	19,50	25,00	200,23	636,38	18,16	34,40	201,14	2,91	10,01	1,20	74,64	6,40	0,11	0,18	0,18	13,83
5	у	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
5	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
5	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
5	иу		**Итого ужин:**	400	21,71	20,10	55,24	306,44	773,06	41,64	54,61	259,77	4,56	10,65	8,58	77,54	7,42	0,18	0,21	0,18	14,57
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1810,00	67,21	62,25	195,74	1417,52	3189,00	850,20	268,34	1163,71	13,53	110,80	57,03	341,21	55,43	0,75	1,47	1,93	380,77
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		160,02	132,45	96,42	101,25	797,25	106,27	335,43	166,24	135,26	158,29	3801,76	24,37	123,17	94,31	163,33	19,34	84,61
			Среднее значение по 1-ой неделе завтрак		11,61	10,58	41,10	264,51	319,35	228,67	43,86	243,09	1,69	18,95	13,62	53,22	1,23	0,13	0,32	0,53	31,69
			Среднее значение по 1-ой неделе 2 завтрак		5,15	4,29	7,87	70,73	242,54	206,15	23,89	153,59	0,17	15,46	3,44	34,36	1,09	0,06	0,26	0,00	14,00
			Среднее значение по 1-ой неделе обед		20,00	16,08	70,80	500,06	1072,90	100,56	86,41	303,65	4,97	44,11	19,20	190,96	27,37	0,32	0,49	0,28	408,22
			Среднее значение по 1-ой неделе уплотненный полдник		7,97	7,15	45,80	280,23	447,74	135,80	37,42	161,15	4,05	26,35	7,50	71,28	21,90	0,16	0,32	0,15	145,66
			Среднее значение по 1-ой неделе за день		64,17	54,80	214,85	1393,30	2712,54	726,37	250,90	1112,63	14,59	141,07	57,97	518,47	60,82	0,83	1,56	1,13	662,66
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**К, мг**	**Са, мг**	**Mg, мг**	**Р, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**С, мг**	**В1, мг**	**В2, мг**	**D, мкг**	**А, мкг рет. экв.**
			2 неделя																		
			Понедельник																		
			Завтрак																		
6	з	4	Каша манная молочная жидкая	150	4,52	3,90	18,62	129,61	153,74	122,47	16,11	100,09	0,25	8,95	2,01	22,58	0,59	0,05	0,14	0,03	8,13
6	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
6	з	107	Кофейный напиток с молоком	180	3,30	2,24	12,70	47,04	153,90	110,58	21,30	93,54	0,58	8,08	1,80	17,95	0,53	0,03	0,13	0,00	6,14
6	из		**Итого завтрак:**	370	11,94	12,23	43,67	266,43	339,44	316,54	43,96	254,69	1,19	17,83	6,62	44,28	1,15	0,11	0,30	0,19	27,49
			2 завтрак																		
6	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
6	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
6	о	32	Икра кабачковая или баклажанная	40	0,44	0,04	1,64	8,68	79,02	5,28	3,13	11,83	0,14	0,70	0,10	4,93	0,80	0,01	0,02	0,00	0,33
6	о	57	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	3,35	1,79	9,79	68,25	349,42	16,22	21,31	65,87	0,68	48,57	2,24	101,17	5,23	0,07	0,05	0,05	34,21
6	о	70	Мясо тушеное	50	10,20	11,60	2,30	109,02	184,40	10,97	13,44	100,70	1,48	39,08	0,06	34,33	0,69	0,03	0,07	0,00	1,53

6	о	100	Макаронные изделия отварные	110	3,84	2,32	23,79	131,53	38,52	6,82	5,15	28,79	0,52	0,49	0,03	7,56	0,00	0,05	0,01	0,04	3,68
6	о	114	Напиток из шиповника	150	0,00	0,08	20,94	83,77	159,69	24,64	16,97	19,58	0,95	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00
6	о	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
6	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
6	ио		**Итого обед:**	540	20,66	16,31	78,94	465,83	878,64	74,93	72,20	271,37	4,77	89,48	9,81	150,89	7,92	0,22	0,19	0,08	39,75
			Полдник																		
6	п	ГП	Вафли	40	1,56	12,24	25,00	96,00	19,20	3,20	2,40	16,80	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	2,40
6	п	110	Чай без сахара	150	0,08	0,05	0,03	0,56	8,23	1,74	1,53	2,87	0,29	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,05
6	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
6	ип		**Итого полдник:**	285	2,02	12,67	34,34	164,01	291,53	20,14	12,48	30,12	2,62	1,90	0,29	7,60	9,52	0,05	0,03	0,00	5,05
			Ужин																		
6	у	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	40	0,32	0,04	0,60	4,00	46,81	8,10	4,87	8,35	0,21	0,00	0,00	0,00	0,80	0,01	0,01	0,00	0,55
6	у	58	Суп-уха	150	6,67	2,26	9,29	74,07	334,84	19,80	29,96	108,09	0,68	51,03	5,83	244,52	3,55	0,07	0,06	0,07	34,06
6	у	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
6	у	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
6	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
6	иу		**Итого ужин:**	405	9,62	2,72	46,86	209,31	444,60	82,23	71,91	227,71	4,56	51,51	12,91	246,69	21,41	0,13	0,09	0,07	34,60
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1780,00	49,46	48,43	211,01	1175,76	2217,02	709,85	225,75	945,89	13,32	176,91	33,23	485,46	41,25	0,58	0,92	0,35	124,89
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		117,76	103,05	103,95	83,98	554,25	88,73	282,18	135,13	133,20	252,73	2215,58	34,68	91,66	72,50	102,05	3,46	27,75
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**К, мг**	**Са, мг**	**Mg, мг**	**Р, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**С, мг**	**В1, мг**	**В2, мг**	**D, мкг**	**А, мкг рет. экв.**
			2 неделя																		
			Вторник																		
			Завтрак																		
7	з	9	Каша "Дружба"	150	4,66	4,09	21,23	140,38	160,69	122,51	24,33	119,57	0,40	9,40	3,66	26,75	0,59	0,06	0,14	0,03	8,18
7	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	30,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,14
7	з	110	Чай без сахара	180	0,09	0,07	0,03	0,70	10,29	2,18	1,91	3,59	0,36	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
7	из		**Итого завтрак:**	360	6,68	4,46	37,16	214,16	201,83	130,28	30,19	140,31	1,05	10,36	5,46	31,10	0,73	0,09	0,16	0,03	9,38
			2 завтарк																		
7	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
7	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
7	о	37	Винегрет овощной	40	0,58	2,72	3,54	40,90	104,53	9,02	8,97	18,54	0,32	1,63	0,11	11,85	1,78	0,02	0,02	0,00	65,65
7	о	48	Суп из овощей со сметаной и мясом	150	3,21	3,66	7,46	74,47	262,03	19,73	16,98	52,77	0,75	3,79	0,20	26,28	5,79	0,05	0,05	0,03	86,12
7	о	60	Котлеты из говядины	50	10,33	11,43	7,50	169,09	171,76	20,18	13,49	103,92	1,39	4,72	0,90	33,71	0,23	0,04	0,08	0,00	0,72
7	о	89	Овощи тушеные в сметанном соусе	110	2,16	14,08	8,80	169,98	435,05	36,46	23,55	48,30	1,05	17,35	0,63	24,46	12,46	0,07	0,07	0,01	32,25
7	о	120	Напиток лимонный	150	0,15	0,02	13,49	54,77	26,10	6,95	1,98	3,64	0,14	0,02	0,07	1,67	3,04	0,01	0,00	0,00	0,10
7	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
7	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
7	ио		**Итого обед:**	535	18,90	32,33	58,32	565,18	1062,42	102,33	76,48	268,51	4,58	27,97	8,99	100,16	23,30	0,23	0,25	0,04	184,84
			Полдник																		
7	п	125	Творожденник песочный	50	6,12	7,70	21,97	200,97	47,27	32,72	6,91	59,50	0,45	2,76	7,03	11,97	0,04	0,03	0,07	0,24	16,10
7	п	121	Напиток из свежемороженных ягод	180	0,12	0,07	14,25	58,08	13,09	4,00	1,04	2,37	0,10	0,00	0,00	0,00	1,02	0,00	0,00	0,00	0,37
7	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
7	ип		**Итого полдник:**	325	6,62	8,14	45,53	326,50	324,46	51,92	16,49	72,32	2,63	4,66	7,32	19,57	10,56	0,06	0,09	0,24	19,06
			Ужин																		
7	у	ГП	Йогурт	100	3,40	2,50	5,50	58,10	129,00	108,00	16,00	94,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,70	0,24	0,20	0,00	22,00
7	у	14	Плов с сухофруктами	130	3,40	0,45	51,06	151,46	427,39	42,31	37,78	85,91	1,29	0,51	4,22	52,74	0,30	0,05	0,03	0,00	30,52
7	у	109	Чай с молоком	150	1,36	1,10	11,08	55,29	67,52	51,99	7,64	40,39	0,43	3,72	0,83	8,27	0,26	0,01	0,06	0,00	2,89
7	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
7	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
7	иу		**Итого ужин:**	420	11,00	4,53	88,12	329,42	691,51	213,30	73,62	264,90	2,82	4,88	12,43	63,91	1,27	0,36	0,31	0,00	55,41
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1820,00	48,29	53,62	237,44	1506,37	2509,24	697,42	219,80	894,04	11,26	62,84	37,52	248,01	36,83	0,80	1,03	0,30	280,03
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		114,99	114,09	116,97	107,60	627,31	87,18	274,76	127,72	112,58	89,77	2501,14	17,71	81,85	100,56	114,35	3,01	62,23
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**К, мг**	**Са, мг**	**Mg, мг**	**Р, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**С, мг**	**В1, мг**	**В2, мг**	**D, мкг**	**А, мкг рет. экв.**
			2 неделя																		
			Среда																		

			Завтрак																			
8	з	12	Каша пшенная молочная с фруктами	130	4,75	4,59	18,98	106,25	168,20	105,82	26,52	115,69	0,72	8,38	2,18	22,11	0,81	0,09	0,12	0,04	9,59
8	з	16	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	46,48	19,36	4,18	66,82	0,87	7,04	10,81	19,36	0,00	0,02	0,14	0,88	28,36
8	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	24,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	6,14
8	з	112	Чай с сахаром и лимоном	150	0,13	0,07	5,16	21,42	17,21	4,04	2,44	4,55	0,40	0,00	0,02	0,44	0,82	0,00	0,00	0,00	0,10
8	из		**Итого завтрак:**	350	7,59	5,66	45,17	253,06	240,38	143,24	30,99	180,06	1,45	9,68	11,41	42,83	1,91	0,11	0,16	0,05	10,23
			2 завтрак																			
8	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
8	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																			
8	о	40	Салат «Сытный» (из кукурузы с яйцом и огурчиками)	40	1,54	35,63	1,98	38,60	81,90	16,35	9,20	36,86	0,50	6,66	2,57	16,02	3,78	0,02	0,05	0,20	51,52
8	о	44	Суп с домашней лапшой и мясом птицы	150	5,46	5,28	10,54	110,99	266,06	11,80	15,99	66,22	0,83	3,36	2,73	44,15	3,99	0,06	0,06	0,03	45,75
8	о	69	Гуляш из говядины или субпродуктов	50	10,64	9,36	2,15	129,94	169,25	5,51	12,28	100,19	1,44	3,89	0,06	34,21	0,11	0,03	0,07	0,00	5,73
8	о	98	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,76	4,21	29,69	123,67	180,79	11,52	99,22	148,95	3,33	8,69	2,90	11,64	0,00	0,18	0,10	0,05	11,48
8	о	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	0,00	0,00	16,49	63,75	10,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,00	0,26	0,29	0,00	0,05
8	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
8	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
8	ио		**Итого обед:**	535	26,86	54,90	78,37	522,93	771,29	55,19	148,18	393,57	7,06	23,07	15,34	108,19	24,88	0,59	0,59	0,28	114,53
			Полдник																			
8	п	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
8	п	130	Пирожок печеный из дрожжевого теста с морковным фаршем	50	2,89	3,27	17,12	178,81	67,69	12,41	11,27	35,57	0,47	15,93	1,97	16,72	0,46	0,04	0,04	0,11	131,26
8	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
8	ип		**Итого полдник:**	325	8,38	7,81	34,74	317,36	560,82	227,19	42,84	194,01	2,73	32,79	5,58	57,59	10,94	0,12	0,28	0,11	145,19
			Ужин																			
8	у	21	Фрукты консервированные	50	0,20	0,20	4,90	35,50	139,00	8,00	4,50	5,50	1,10	1,00	0,15	4,00	5,00	0,02	0,01	0,00	2,59
8	у	19	Запеканка творожная со сгущеным молоком	130	23,95	9,16	25,73	171,52	203,65	236,03	31,43	272,68	0,62	12,61	29,84	43,82	0,43	0,06	0,30	0,14	20,76
8	у	110	Чай без сахара	180	0,09	0,07	0,03	0,70	10,29	2,18	1,91	3,59	0,36	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
8	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
8	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
8	иу		**Итого ужин:**	400	27,09	9,91	51,14	272,30	420,54	257,20	50,05	326,37	3,08	14,25	37,37	50,72	5,45	0,13	0,34	0,14	23,42
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1790,00	75,13	82,78	216,63	1435,82	2255,83	898,82	297,26	1256,01	14,49	95,99	73,30	295,34	44,43	1,03	1,68	0,57	311,37
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		178,87	176,12	106,71	102,56	563,96	112,35	371,58	179,43	144,92	137,13	4886,95	21,10	98,74	129,06	186,95	5,73	69,19

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			2 неделя																		
			Четверг																		
			Завтрак																		
9	з	13	Каша рисовая молочная с изюмом	130	2,47	5,76	19,31	118,88	123,91	63,29	14,60	67,56	0,37	14,89	2,74	29,45	0,27	0,03	0,08	0,09	11,83
9	з	132	Гренки	50	4,76	4,21	18,60	130,35	68,34	32,24	8,05	61,24	0,72	5,30	6,69	15,57	0,09	0,05	0,09	0,37	28,76
9	з	107	Кофейный напиток с молоком	180	3,30	2,24	12,70	47,04	153,90	110,58	21,30	93,54	0,58	8,08	1,80	17,95	0,53	0,03	0,13	0,00	6,14
9	из		**Итого завтрак:**	360	10,54	12,21	50,61	296,27	346,16	206,10	43,95	222,34	1,67	28,26	11,23	62,97	0,89	0,11	0,29	0,47	46,73
			2 завтрак																		
9	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
9	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
9	о	38	Маринад овощной	30	0,65	4,45	4,30	59,82	88,92	11,66	13,57	23,76	0,34	1,77	0,10	19,25	1,45	0,02	0,02	0,00	181,64
9	о	50	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	2,61	12,14	90,15	300,46	21,08	23,86	75,47	1,33	3,12	1,64	22,65	3,19	0,11	0,05	0,02	42,80
9	о	59	Тефтели из говядины	50	9,38	11,01	11,19	107,10	156,43	10,32	13,89	96,22	1,32	3,72	1,75	33,40	0,60	0,04	0,07	0,04	1,42
9	о	90	Овощи тушеные в молочном соусе	110	3,00	7,35	19,13	134,24	563,96	37,15	27,29	80,06	0,97	7,03	0,79	37,20	9,22	0,11	0,09	0,02	31,40
9	о	118	Компот из свежих плодов (яблок или груш)	150	0,12	0,12	11,65	48,02	69,49	4,40	2,35	2,87	0,60	0,53	0,08	2,11	1,20	0,01	0,00	0,00	0,41
9	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
9	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
9	ио		**Итого обед:**	525	20,38	25,96	75,95	495,29	1242,22	94,62	92,46	319,73	5,50	16,65	11,43	116,78	15,66	0,34	0,26	0,09	257,66
			Полдник																		
9	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	0,00	0,00	16,49	63,75	10,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,00	0,26	0,29	0,00	0,05
9	п	129	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным или картофельным фаршем	50	3,10	3,92	16,85	114,39	97,81	18,80	7,64	33,59	0,49	15,68	2,04	8,91	4,66	0,04	0,03	0,12	7,24
9	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
9	ип		**Итого полдник:**	295	3,48	4,30	42,65	245,59	372,25	34,00	16,19	44,04	2,58	17,58	2,32	16,51	31,16	0,32	0,34	0,12	9,88
			Ужин																		

9	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	30	0,24	0,03	0,45	3,00	35,11	6,07	3,65	6,26	0,16	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,41
9	у	83	Поджарка из рыбы	50	8,04	3,15	4,38	77,79	221,81	28,02	27,96	121,52	0,62	79,67	7,16	311,42	1,42	0,05	0,05	0,10	2,94
9	у	95	Картофельное пюре	120	2,27	2,66	14,70	141,45	464,50	26,86	20,88	61,53	0,75	5,48	0,55	27,88	7,61	0,09	0,08	0,04	5,47
9	у	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
9	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
9	иу		**Итого ужин:**	400	11,96	6,15	37,22	289,03	780,99	70,31	63,81	224,50	2,69	85,15	13,89	339,31	9,65	0,18	0,15	0,14	8,88
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1760	51,46	52,77	214,75	1397,27	2970,64	604,61	239,42	958,60	12,61	162,62	42,20	568,83	58,34	1,00	1,27	0,81	334,49
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		122,52	112,28	105,79	99,81	742,66	75,58	299,27	136,94	126,08	232,31	2813,22	40,63	129,64	125,61	141,27	8,06	74,33
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			2 неделя																		
			Пятница																		
			Завтрак																		
10	з	10	Каша пшенная молочная с морковью (тыквой)	130	2,93	6,00	14,51	103,69	99,53	62,39	16,65	70,68	0,41	18,77	1,30	17,83	0,49	0,06	0,08	0,09	16,59
10	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
10	з	108	Какао с молоком	180	3,03	2,40	12,58	64,07	138,87	109,22	16,86	86,70	0,35	8,08	1,80	20,54	0,53	0,03	0,12	0,00	6,13
10	из		**Итого завтрак:**	350	10,07	14,50	39,45	257,54	270,20	255,11	40,06	218,44	1,13	27,65	5,92	42,11	1,05	0,12	0,24	0,25	35,95
			2 завтрак																		
10	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
10	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед:																		
10	о	39	Салат "Полевой"	30	0,53	2,07	3,61	35,13	112,24	5,34	7,71	16,08	0,24	1,31	0,06	10,28	1,86	0,02	0,02	0,00	53,39
10	о	45	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	150	3,24	3,00	8,06	81,03	281,59	21,51	18,48	53,05	0,97	4,48	0,31	25,37	6,02	0,04	0,05	0,03	57,48
10	о	71	Бефстроганов из мяса	50	7,59	8,99	2,77	110,23	130,29	11,35	9,55	75,78	1,04	3,40	0,15	26,13	0,31	0,02	0,06	0,00	2,19
10	о	99	Каша перловая рассыпчатая	110	3,17	3,55	21,98	132,49	52,64	13,09	12,53	102,47	0,57	0,00	11,99	0,12	0,00	0,03	0,02	0,07	6,14
10	о	115	Компот из смеси сухофруктов	150	0,29	0,00	17,04	69,27	0,27	29,84	1,27	2,58	0,07	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	4,09
10	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
10	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
10	ио		**Итого обед:**	525	17,29	18,02	70,99	484,13	639,97	91,13	61,03	291,32	3,83	9,68	19,59	64,08	8,20	0,17	0,17	0,09	123,29
			Полдник																		
10	п	ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряник)	35	1,37	10,71	21,88	133,70	0,00	2,80	2,10	14,70	0,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
10	п	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
10	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
10	ип		**Итого полдник:**	310	6,85	15,25	39,50	272,25	493,13	217,58	33,67	173,14	2,47	16,87	3,61	40,86	10,48	0,10	0,25	0,00	13,93
			Ужин																		
10	у	29	Горошек зеленый консервированный	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	1,50
10	у	65	Азу	130	7,49	5,83	16,68	145,77	558,19	19,21	27,93	106,63	1,63	37,96	0,39	44,30	8,23	0,10	0,09	0,02	4,09
10	у	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
10	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
10	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
10	иу		**Итого ужин:**	400	10,90	6,36	57,35	290,61	684,30	84,67	71,80	231,59	5,62	38,60	7,77	47,20	26,28	0,17	0,12	0,02	5,59
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1765	50,33	58,63	214,50	1374,71	2350,40	864,50	231,75	1076,48	13,23	109,00	40,49	230,26	47,28	0,63	1,08	0,37	196,75
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		119,82	124,74	105,66	98,19	587,60	108,06	289,69	153,78	132,28	155,72	2699,50	16,45	105,07	78,53	120,04	3,66	43,72
			Среднее значение по 2-ой неделе завтрак		46,82	49,06	216,06	1287,46	1398,01	1051,28	189,13	1015,84	6,50	93,78	40,64	223,30	5,72	0,54	1,16	0,98	129,78
			Среднее значение по 2-ой неделе 2 завтрак		25,87	21,82	38,23	352,74	1246,46	1047,17	121,64	781,97	0,88	78,54	17,45	174,53	5,75	0,33	1,37	0,00	76,68
			Среднее значение по 2-ой неделе обед		90,28	119,35	312,57	2039,27	3761,15	515,46	396,88	1423,98	21,34	153,85	59,50	473,20	57,64	1,38	1,43	0,54	546,56
			Среднее значение по 2-ой неделе уплотненный полдник		27,34	48,17	196,76	1325,71	2042,19	550,84	121,67	513,62	13,03	73,80	19,11	142,13	72,66	0,66	0,99	0,46	193,11
			Среднее значение по 2-ой неделе за день		274,66	296,23	1094,32	6889,94	12303,13	3775,20	1213,98	5131,02	64,91	607,36	226,75	1827,88	228,13	4,05	5,98	2,39	1247,52
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			3 неделя																		
			Понедельник																		
			Завтрак																		

11	з	18	Омлет натуральный с зеленым горошком	150	8,05	10,44	4,89	185,94	179,40	119,89	18,95	152,88	1,15	15,58	14,06	42,92	0,66	0,05	0,28	1,09	99,87
11	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	24,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	6,14
11	з	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
11	из		**Итого завтрак:**	360	10,08	14,00	26,27	300,26	214,45	128,31	24,36	174,02	1,82	16,38	15,60	46,66	0,68	0,08	0,30	1,16	106,06
			2 завтрак																		
11	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
11	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
11	о	34	Салат из соленых (свежих) огурцов с луком	40	0,40	39,58	1,53	31,89	63,79	10,69	6,15	19,63	0,28	1,32	0,15	8,47	4,02	0,01	0,02	0,00	1,68
11	о	55	Суп картофельный с клецками и мясом	150	3,37	2,85	11,97	85,73	195,63	10,00	12,50	46,09	0,66	2,74	1,06	20,86	2,80	0,05	0,04	0,06	47,39
11	о	79	Котлеты куриные	50	10,79	4,71	6,24	109,90	132,62	21,07	35,54	82,94	0,66	3,81	9,55	53,43	0,39	0,04	0,05	0,00	1,96
11	о	96	Гратен из картофеля с сыром	110	3,42	4,67	16,43	130,69	527,76	59,47	24,23	82,82	0,94	40,08	1,03	29,30	8,90	0,10	0,08	0,06	5,16
11	о	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
11	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
11	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
11	ио		**Итого обед:**	565	20,60	52,22	73,13	489,44	982,75	155,57	115,50	342,74	6,21	48,44	18,87	114,24	33,16	0,25	0,20	0,12	56,19
			Полдник																		
11	п	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
11	п	124	Сушка на сметане	50	4,57	5,12	29,83	152,51	57,36	20,92	6,65	43,43	0,52	2,61	3,27	11,64	0,03	0,05	0,04	0,14	10,67
11	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
11	ип		**Итого полдник:**	325	10,05	9,66	47,45	291,06	550,49	235,70	38,22	201,86	2,78	19,48	6,88	52,50	10,51	0,13	0,29	0,14	24,60
			Ужин																		
11	у	ГП	Йогурт	100	3,40	2,50	5,50	58,10	129,00	108,00	16,00	94,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,70	0,24	0,20	0,00	22,00
11	у	20	Вареники ленивые с маслом сливочным	130	23,25	8,23	34,14	153,55	131,25	150,66	24,54	222,85	0,85	9,38	29,37	36,91	0,20	0,07	0,24	0,21	19,05
11	у	112	Чай с сахаром и лимоном	150	0,13	0,07	5,16	21,42	17,21	4,04	2,44	4,55	0,40	0,00	0,02	0,44	0,82	0,00	0,00	0,00	0,10
11	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
11	иу		**Итого ужин:**	400	28,10	11,04	53,48	263,23	326,46	269,69	52,38	353,00	2,13	9,38	35,57	37,35	1,72	0,35	0,46	0,21	41,14
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1830	74,05	91,42	207,53	1414,17	2336,96	1005,27	255,66	1233,62	13,13	109,88	80,52	286,76	47,32	0,88	1,55	1,62	246,00
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		176,30	194,50	102,23	101,01	584,24	125,66	319,58	176,23	131,30	156,97	5368,09	20,48	105,16	110,26	172,78	16,16	54,67
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			3 неделя																		
			Вторник																		
			Завтрак																		
12	з	3	Каша гречневая на молоке с маслом	130	7,22	8,23	25,92	206,60	257,17	144,29	69,77	183,99	1,95	11,20	3,91	29,33	0,68	0,13	0,21	0,09	16,56
12	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
12	з	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
12	из	ГП	**Итого завтрак:**	350	11,44	14,38	47,29	333,01	299,53	230,15	78,23	248,63	2,70	12,00	6,73	33,08	0,72	0,17	0,25	0,25	29,85
			2 завтрак																		
12	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
12	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
12	о	35	Салат из соленых (свежих) помидоров с луком	40	0,47	2,73	1,90	33,92	100,68	6,74	7,41	12,46	0,34	0,86	0,16	8,69	4,02	0,02	0,01	0,00	13,42
12	о	56	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	5,21	4,88	13,88	118,07	475,10	16,90	24,21	83,48	1,27	40,82	0,79	37,95	7,29	0,09	0,08	0,04	35,92
12	о	82	Рыба тушеная в томате с овощами	60	6,02	2,11	3,86	108,48	160,60	16,63	21,72	86,12	0,40	49,29	5,37	232,98	0,58	0,04	0,04	0,07	40,28
12	о	95	Картофельное пюре	120	2,27	2,66	14,70	141,45	464,50	26,86	20,88	61,53	0,75	5,48	0,55	27,88	7,61	0,09	0,08	0,04	5,47
12	о	119	Компот из свежемороженой ягоды	150	0,12	0,07	14,25	58,08	13,09	4,00	1,04	2,37	0,10	0,00	0,00	0,00	1,02	0,00	0,00	0,00	0,37
12	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
12	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
12	ио		**Итого обед:**	555	16,55	12,87	66,12	515,99	1276,92	81,12	86,76	287,30	3,81	96,94	13,96	309,68	20,52	0,28	0,23	0,16	95,46
			Полдник																		
12	п	111	Чай с сахаром	150	0,08	0,05	8,01	32,50	8,47	1,90	1,53	2,87	0,31	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,05
12	п	127	Расстегай с рыбой	50	6,26	4,08	25,83	104,51	117,98	16,45	15,55	76,60	0,52	46,68	5,34	154,31	0,17	0,05	0,05	0,17	7,69
12	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
12	ип		**Итого полдник:**	295	6,72	4,52	43,15	204,46	390,55	33,55	25,63	89,92	2,92	48,58	5,62	161,91	9,68	0,08	0,07	0,17	10,34
			Ужин																		
12	у	64	Жаркое по-домашнему	130	9,52	8,97	16,70	151,37	600,92	19,70	35,47	131,33	1,92	7,94	0,29	61,17	8,24	0,11	0,12	0,00	126,74
12	у	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	0,68
12	у	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
12	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00

12	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
12	иу		**Итого ужин:**	400	12,93	9,50	57,37	296,21	727,04	85,16	79,34	256,28	5,91	8,58	7,67	64,07	26,30	0,18	0,15	0,00	127,43
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1780,00	52,86	45,76	221,12	1419,85	2956,84	645,98	295,16	1044,14	15,52	182,29	37,58	604,73	58,48	0,78	1,01	0,58	281,07
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		125,85	97,37	108,93	101,42	739,21	80,75	368,95	149,16	155,22	260,42	2505,04	43,20	129,96	96,89	111,68	5,75	62,46

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			3 неделя																		
			Среда																		
			Завтрак																		
13	з	19	Запеканка творожная со сгущеным молоком	130	23,95	9,16	25,73	171,52	203,65	236,03	31,43	272,68	0,62	12,61	29,84	43,82	0,43	0,06	0,30	0,14	20,76
13	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
13	з	108	Какао с молоком	180	3,03	2,40	12,58	64,07	138,87	109,22	16,86	86,70	0,35	8,08	1,80	20,54	0,53	0,03	0,12	0,00	6,13
13	из		**Итого завтрак:**	350	31,10	17,66	50,67	325,37	374,32	428,75	54,84	420,44	1,33	21,49	34,46	68,11	0,99	0,12	0,46	0,30	40,12
			2 завтрак																		
13	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
13	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
13	о	42	Салат с кальмарами "Морской" с яблоком	30	4,35	2,45	3,53	53,54	131,65	15,94	15,34	62,40	0,74	28,41	4,31	115,03	0,40	0,05	0,04	0,12	3,48
13	о	48	Суп из овощей со сметаной и мясом	150	3,21	3,66	7,46	74,47	262,03	19,73	16,98	52,77	0,75	3,79	0,20	26,28	5,79	0,05	0,05	0,03	86,12
13	о	60	Котлеты из говядины	50	10,33	11,43	7,50	169,09	171,76	20,18	13,49	103,92	1,39	4,72	0,90	33,71	0,23	0,04	0,08	0,00	0,72
13	о	85	Капуста тушеная	120	3,19	2,77	13,59	91,59	431,92	71,50	27,30	55,46	1,02	4,77	0,61	21,52	28,45	0,05	0,06	0,05	62,34
13	о	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	0,00	0,00	16,49	63,75	10,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,00	0,26	0,29	0,00	0,05
13	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
13	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
13	ио		**Итого обед:**	535	23,54	20,73	66,10	508,41	1070,64	137,34	84,62	315,90	4,84	42,16	13,11	198,72	51,87	0,49	0,54	0,20	152,71
			Полдник																		
13	п	ГП	Кондитерское изделия (зефир и (или) пастила и (или) мармелад)	35	1,96	1,75	26,71	154,70	0,00	2,80	2,10	14,70	0,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
13	п	109	Чай с молоком	180	1,79	1,44	11,75	66,66	80,57	61,99	9,12	48,15	0,51	4,44	0,99	9,86	0,32	0,02	0,07	0,00	3,03
13	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
13	ип		**Итого полдник:**	310	4,13	3,57	47,77	288,81	344,67	79,99	19,77	73,30	2,81	6,34	1,27	17,46	9,82	0,06	0,09	0,00	5,62
			Ужин																		
13	у	87	Овощи на пару	50	1,24	4,54	3,13	40,35	108,12	14,18	11,75	26,07	0,60	6,41	0,23	9,01	20,63	0,04	0,05	0,00	216,09
13	у	15	Макароны запеченые с сыром	130	6,96	6,30	29,59	153,00	55,51	86,19	9,45	79,62	0,73	0,61	1,32	9,43	0,03	0,06	0,04	0,16	13,23
13	у	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
13	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
13	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
13	иу		**Итого ужин:**	400	11,13	11,38	62,22	294,56	241,79	113,72	35,31	153,88	2,72	7,66	8,93	21,35	20,67	0,16	0,12	0,16	229,38
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1775,00	75,01	57,50	235,06	1488,25	2260,46	959,38	217,55	1111,52	11,88	92,61	61,09	338,90	84,32	0,89	1,44	0,66	439,17
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		178,59	122,33	115,79	106,30	565,11	119,92	271,94	158,79	118,83	132,30	4072,57	24,21	187,39	110,75	160,04	6,64	97,59

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			3 неделя																		
			Четверг																		
			Завтрак																		
14	з	11	Каша ячневая молочная жидкая с фруктами	130	4,75	4,59	18,98	106,25	168,20	105,82	26,52	115,69	0,72	8,38	2,18	22,11	0,81	0,09	0,12	0,04	9,59
14	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	30,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,14
14	з	16	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	46,48	19,36	4,18	66,82	0,87	7,04	10,81	19,36	0,00	0,02	0,14	0,88	28,36
		110	Чай без сахара	150	0,08	0,05	0,03	0,56	8,23	1,74	1,53	2,87	0,29	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,05
14	из		**Итого завтрак:**	350	11,51	8,99	35,14	236,46	253,77	132,52	36,17	202,53	2,17	16,38	14,79	45,82	0,94	0,14	0,28	0,92	39,15
			2 завтрак																		
14	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
14	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
14	о	40	Салат «Сытный» (из кукурузы с яйцом и огурчиками)	30	1,15	26,72	1,49	28,95	61,42	12,26	6,90	27,64	0,38	4,99	1,93	12,02	2,84	0,02	0,04	0,15	38,64
14	о	47	Щи с курицей со сметаной	150	5,24	6,18	5,58	98,40	237,95	28,76	16,37	63,61	0,76	3,63	2,79	41,30	7,76	0,04	0,06	0,03	59,34
14	о	69	Гуляш из говядины или субпродуктов	50	10,64	9,36	2,15	129,94	169,25	5,51	12,28	100,19	1,44	3,89	0,06	34,21	0,11	0,03	0,07	0,00	5,73
14	о	100	Макаронные изделия отварные (вермишель)	110	3,84	2,32	23,79	131,53	38,52	6,82	5,15	28,79	0,52	0,49	0,03	7,56	0,00	0,05	0,01	0,04	3,68
14	о	115	Компот из смеси сухофруктов	150	0,29	0,00	17,04	69,27	0,27	29,84	1,27	2,58	0,07	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	4,09
14	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
14	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
14	ио		**Итого обед:**	525	23,62	45,00	67,57	514,07	570,37	93,19	53,46	264,16	4,11	13,48	11,89	97,27	10,72	0,18	0,21	0,21	111,48
			Полдник																		
14	п	133	Булочка домашняя	50	4,74	5,64	33,30	203,40	68,40	18,60	7,80	53,40	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,05	0,00	10,80

14	п	112	Чай с сахаром и лимоном	150	0,13	0,07	5,16	21,42	17,21	4,04	2,44	4,55	0,40	0,00	0,02	0,44	0,82	0,00	0,00	0,00	0,10
14	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
14	ип		**Итого полдник:**	295	5,25	6,09	47,77	292,27	349,71	37,84	18,79	68,40	3,27	1,90	0,30	8,04	10,32	0,10	0,07	0,00	13,49
			Ужин																		
14	у	41	Салат из морской капусты с яйцом	40	1,14	3,18	1,61	39,56	82,79	15,61	5,03	18,48	0,29	1,75	1,45	6,25	5,24	0,01	0,03	0,11	3,77
14	у	77	Бигус с мясом птицы (индейки)	150	12,98	3,17	10,27	150,95	466,60	61,16	57,37	114,48	1,40	6,38	9,88	71,22	23,63	0,06	0,07	0,00	39,12
14	у	122	Кисель из свежемороженной ягоды	180	0,12	0,08	13,04	52,92	23,70	5,11	3,00	6,22	0,14	0,01	0,02	2,02	1,38	0,00	0,00	0,00	0,00
14	у	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
14	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
14	иу		**Итого ужин:**	405	16,70	6,84	42,45	299,41	636,05	91,88	76,90	180,53	2,78	8,62	18,43	81,67	30,25	0,13	0,12	0,11	42,89
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1755,00	62,19	71,08	201,24	1413,30	2038,92	555,01	208,34	863,60	12,49	55,36	48,73	266,06	53,22	0,60	0,91	1,24	218,35
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		148,06	151,23	99,13	100,95	509,73	69,38	260,43	123,37	124,94	79,08	3248,64	19,00	118,26	74,89	100,99	12,43	48,52
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			3 неделя																		
			Пятница																		
			Завтрак																		
15	з	5	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,81	4,59	17,42	130,12	178,64	126,69	30,60	131,81	0,59	9,74	5,82	25,88	0,59	0,08	0,15	0,03	8,13
15	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
15	з	107	Кофейный напиток с молоком	180	3,30	2,24	12,70	47,04	153,90	110,58	21,30	93,54	0,58	8,08	1,80	17,95	0,53	0,03	0,13	0,00	6,14
15	из		**Итого завтрак:**	370	12,23	12,92	42,47	266,94	364,34	320,77	58,44	286,40	1,53	18,62	10,44	47,58	1,15	0,14	0,31	0,19	27,49
			2 завтрак																		
15	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
15	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
15	о	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	40	0,32	0,04	0,60	4,00	46,81	8,10	4,87	8,35	0,21	0,00	0,00	0,00	0,80	0,01	0,01	0,00	0,55
15	о	45	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	150	3,24	3,00	8,06	81,03	281,59	21,51	18,48	53,05	0,97	4,48	0,31	25,37	6,02	0,04	0,05	0,03	57,48
15	о	78	Зразы из мяса птицы с луком и яйцом	50	8,52	3,57	4,88	105,31	116,24	18,63	27,24	73,55	0,68	3,87	8,47	44,11	0,74	0,03	0,05	0,16	7,95
15	о	92	Рис отварной с тушеными овощами	110	3,88	4,70	22,78	148,36	347,80	60,46	33,86	76,16	1,00	39,54	3,56	31,82	21,30	0,05	0,06	0,05	114,94
15	о	116	Компот из кураги	150	0,69	0,08	14,48	61,00	199,75	19,87	12,79	17,78	0,41	0,00	0,00	0,00	0,22	0,01	0,00	0,00	22,26
15	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
15	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
15	ио		**Итого обед:**	535	19,10	11,81	68,33	455,68	1055,14	138,57	108,74	270,25	4,21	48,37	19,43	103,48	29,09	0,19	0,19	0,24	203,18
			Полдник																		
15	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
15	п	125	Твороженник песочный	50	6,12	7,70	21,97	200,97	47,27	32,72	6,91	59,50	0,45	2,76	7,03	11,97	0,04	0,03	0,07	0,24	16,10
15	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
15	ип		**Итого полдник:**	325	6,67	8,08	50,72	343,68	311,37	92,26	41,04	139,87	5,26	4,66	7,32	19,57	26,59	0,06	0,09	0,24	18,69
			Ужин																		
15	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	50	0,40	0,05	0,75	5,00	58,52	10,12	6,09	10,44	0,26	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01	0,01	0,00	0,68
15	у	81	Рыба по-польски	130	22,69	12,22	9,56	158,85	466,55	84,16	60,91	319,12	1,73	152,80	26,46	697,50	0,34	0,13	0,26	1,04	30,86
15	у	110	Чай без сахара	180	0,09	0,07	0,03	0,70	10,29	2,18	1,91	3,59	0,36	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
15	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
15	у	ГП	Кондитерское изделие (вафли, пряник)	20	0,02	0,00	15,88	30,20	0,00	1,60	1,20	8,40	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00
15	иу		**Итого ужин:**	400	24,52	12,58	34,90	224,91	584,35	105,06	79,51	373,15	3,25	152,80	32,64	697,50	1,36	0,18	0,29	1,04	31,60
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1810,00	67,74	49,88	203,62	1361,39	2578,00	872,65	312,93	1231,67	14,44	240,65	73,42	904,12	59,45	0,65	1,19	1,70	298,96
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		161,29	106,14	100,31	97,24	644,50	109,08	391,16	175,95	144,36	343,78	4894,66	64,58	132,10	81,47	132,15	16,97	66,44
			Среднее значение по 3-ей неделе завтрак		76,36	67,94	201,84	1462,03	1506,41	1240,48	252,05	1332,03	9,56	84,86	82,01	241,25	4,48	0,65	1,60	2,81	242,67
			Среднее значение по 3-ей неделе 2 завтрак		25,87	21,82	38,23	352,74	1246,46	1047,17	121,64	781,97	0,88	78,54	17,45	174,53	5,75	0,33	1,37	0,00	76,68
			Среднее значение по 3-ей неделе обед		103,42	142,63	341,24	2483,60	4955,82	605,79	449,09	1480,34	23,18	249,40	77,25	823,38	145,35	1,40	1,38	0,93	619,02
			Среднее значение по 3-ей неделе уплотненный полдник		32,82	31,91	236,86	1420,28	1946,79	479,33	143,43	573,36	17,05	80,95	21,39	259,48	66,92	0,43	0,61	0,54	72,73
			Среднее значение по 3-ей неделе за день		331,84	315,64	1068,58	7096,97	12171,17	4038,29	1289,65	5484,55	67,46	680,79	301,34	2400,57	302,80	3,79	6,10	5,80	1483,54

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			4 неделя																		
			Понедельник																		
			Завтрак																		
16	з	1	Суп молочный с макаронными изделиями	130	4,20	3,32	13,08	103,03	152,28	125,47	15,64	99,44	0,25	9,40	2,07	22,64	0,61	0,05	0,14	0,01	8,25
16	з	16	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	46,48	19,36	4,18	66,82	0,87	7,04	10,81	19,36	0,00	0,02	0,14	0,88	28,36
16	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	24,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	6,14
16	з	109	Чай с молоком	150	1,36	1,10	11,08	55,29	67,52	51,99	7,64	40,39	0,43	3,72	0,83	8,27	0,26	0,01	0,06	0,00	2,89
16	из		**Итого завтрак:**	350	12,26	11,95	36,76	292,57	290,78	202,87	30,96	224,20	1,83	20,96	15,25	54,02	0,87	0,11	0,36	0,96	45,64
			2 завтрак																		
16	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
16	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
16	о	37	Винегрет овощной	40	0,58	2,72	3,54	40,90	104,53	9,02	8,97	18,54	0,32	1,63	0,11	11,85	1,78	0,02	0,02	0,00	65,65
16	о	44	Суп с домашней лапшой и мясом птицы	150	5,46	5,28	10,54	110,99	266,06	11,80	15,99	66,22	0,83	3,36	2,73	44,15	3,99	0,06	0,06	0,03	45,75
16	о	73	Суфле из печени (мяса)	50	7,58	2,95	8,26	89,40	112,84	23,98	9,12	107,49	2,31	27,12	13,73	77,89	4,81	0,09	0,66	0,04	819,82
16	о	86	Рагу из овощей	110	2,07	5,31	11,24	140,91	323,09	26,80	24,70	49,25	0,86	14,11	0,41	26,21	18,53	0,06	0,06	0,10	184,42
16	о	114	Напиток из шиповника	150	0,00	0,08	20,94	83,77	159,69	24,64	16,97	19,58	0,95	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00
16	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
16	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
16	ио		**Итого обед:**	535	18,16	16,76	72,04	521,93	1029,16	106,23	87,24	302,42	6,21	46,70	24,06	162,28	30,31	0,29	0,83	0,17	1115,63
			Полдник																		
16	п	127	Расстегай с рыбой	50	6,26	4,08	25,83	104,51	117,98	16,45	15,55	76,60	0,52	46,68	5,34	154,31	0,17	0,05	0,05	0,17	6,77
16	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
16	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
16	ип		**Итого полдник:**	325	6,81	4,46	54,58	247,23	382,08	75,98	49,67	156,97	5,34	48,58	5,62	161,91	26,72	0,08	0,07	0,17	9,36
			Ужин																		
16	у	35	Салат из соленых (свежих) помидоров с луком	50	0,59	3,41	2,37	42,41	125,85	8,43	9,27	15,57	0,43	1,08	0,21	10,87	5,03	0,02	0,02	0,00	16,78
16	у	63	Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	130	18,38	19,50	25,00	200,23	636,38	18,16	34,40	201,14	2,91	10,01	1,20	74,64	6,40	0,11	0,18	0,18	13,83
16	у	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
16	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
16	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
16	иу		**Итого ужин:**	400	21,90	23,46	56,86	343,85	840,39	39,94	57,78	264,90	4,73	11,73	8,79	88,41	11,45	0,19	0,22	0,18	30,66
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1790,00	64,35	61,14	227,44	1475,76	2805,21	641,03	250,85	1110,49	18,29	144,16	57,32	502,62	70,61	0,75	1,78	1,47	1219,29
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		153,21	130,07	112,04	105,41	701,30	80,13	313,57	158,64	182,91	205,94	3821,03	35,90	156,90	93,21	197,49	14,74	270,95

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг рет. экв.
			4 неделя																		
			Вторник																		
			Завтрак																		
17	з	8	Каша "Рябчик"	150	4,82	4,16	19,78	105,86	171,96	122,73	31,15	124,55	0,66	9,44	3,25	25,27	0,59	0,07	0,15	0,03	8,20
17	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	30,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,14
17	з	108	Какао с молоком	180	3,03	2,40	12,58	64,07	138,87	109,22	16,86	86,70	0,35	8,08	1,80	20,54	0,53	0,03	0,12	0,00	6,13
17	из		**Итого завтрак:**	360	9,77	6,87	48,25	243,00	341,69	237,56	51,96	228,40	1,30	18,47	6,84	50,16	1,24	0,13	0,28	0,03	15,46
			2 завтрак																		
17	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
17	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
17	о	39	Салат "Полевой"	30	0,53	2,07	3,61	35,13	112,24	5,34	7,71	16,08	0,24	1,31	0,06	10,28	1,86	0,02	0,02	0,00	53,39
17	о	53	Суп с пшеном и мясом	150	2,38	3,99	6,23	69,51	118,40	6,59	11,32	37,19	0,51	1,83	0,19	14,87	1,52	0,04	0,02	0,00	43,79
17	о	74	Голень куриная запеченная	50	13,51	16,31	0,32	109,87	127,21	11,12	12,37	113,47	1,10	2,78	8,85	90,38	0,57	0,04	0,09	0,00	15,51
17	о	87	Овощи на пару	110	2,71	9,11	6,61	108,74	238,88	31,32	25,72	57,69	1,35	29,10	0,49	19,86	45,80	0,09	0,11	0,00	475,46
17	о	117	Компот из изюма и кураги	150	0,50	0,06	15,43	64,12	148,22	14,94	8,95	16,75	0,40	0,05	0,04	14,41	0,11	0,01	0,01	0,00	11,24
17	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
17	о	ГП	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	15,19	52,78	85,75	12,25	16,45	55,30	1,37	0,00	10,82	0,00	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00
17	ио		**Итого обед**	540	23,08	32,15	56,23	465,95	844,64	84,57	84,62	306,24	5,12	35,56	21,34	151,97	49,86	0,28	0,28	0,00	599,39
			Полдник:																		
17	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
17	п	124	Сушка на сметане	50	4,57	5,12	29,83	152,51	57,36	20,92	6,65	43,43	0,52	2,61	3,27	11,64	0,03	0,05	0,04	0,14	10,67
17	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
17	ип		**Итого полдник:**	325	5,12	5,50	58,58	295,22	321,46	80,45	40,78	123,79	5,34	4,51	3,56	19,24	26,58	0,08	0,06	0,14	13,26

			Ужин																		
17	у	29	Горошек зеленый консервированный	30	0,24	0,03	0,45	3,00	35,11	6,07	3,65	6,26	0,16	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,90
17	у	57	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	3,35	1,79	9,79	68,25	349,42	16,22	21,31	65,87	0,68	48,57	2,24	101,17	5,23	0,07	0,05	0,05	34,21
17	у	122	Кисель из свежемороженной ягоды	180	0,12	0,08	13,04	52,92	23,70	5,11	3,00	6,22	0,14	0,01	0,02	2,02	1,38	0,00	0,00	0,00	0,00
17	у	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	11,80	34,42	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	2,90	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00
17	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
17	иу		**Итого ужин:**	400	6,55	2,38	43,76	188,76	475,83	38,40	40,17	122,96	1,98	49,22	9,64	106,09	7,21	0,13	0,08	0,05	35,11
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1805,00	49,74	51,39	214,02	1263,12	2246,42	656,98	242,72	943,40	13,93	123,96	44,98	363,46	86,14	0,69	1,01	0,21	681,23
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		118,42	109,35	105,43	90,22	561,60	82,12	303,40	134,77	139,32	177,08	2998,68	25,96	191,43	86,65	112,77	2,08	151,38
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			4 неделя																		
			Среда																		
			Завтрак																		
18	з	6	Каша молочная кукурузная жидкая	130	3,68	3,58	15,73	159,75	135,21	106,26	15,33	89,58	0,41	7,76	3,69	17,30	0,51	0,04	0,13	0,03	9,50
18	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
18	з	107	Кофейный напиток с молоком	180	3,30	2,24	12,70	47,04	153,90	110,58	21,30	93,54	0,58	8,08	1,80	17,95	0,53	0,03	0,13	0,00	6,14
18	из		**Итого завтрак:**	350	11,10	11,91	40,78	296,57	320,91	300,33	43,17	244,18	1,35	16,64	8,30	39,00	1,07	0,10	0,29	0,19	28,87
			2 завтрак																		
18	2з	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
18	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
			Обед																		
18	о	32	Икра кабачковая или баклажанная	40	0,44	0,04	1,64	8,68	79,02	5,28	3,13	11,83	0,14	0,70	0,10	4,93	0,80	0,01	0,02	0,00	0,33
18	о	52	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	150	2,99	3,32	10,61	83,32	299,41	15,58	17,65	58,29	0,77	3,60	1,18	23,88	4,55	0,06	0,05	0,03	53,55
18	о	61	Биточки из говядины и свинины	50	8,64	8,98	9,95	122,28	98,88	20,28	8,88	96,89	1,13	3,57	1,27	22,27	0,07	0,13	0,08	0,00	0,84
18	о	89	Овощи тушеные в сметанном соусе	110	2,16	14,08	8,80	169,98	435,05	36,46	23,55	48,30	1,05	17,35	0,63	24,46	12,46	0,07	0,07	0,01	32,25
18	о	121	Напиток из свежемороженных ягод	150	0,20	0,09	10,43	43,30	13,09	4,00	1,04	2,37	0,10	0,00	0,00	0,00	1,02	0,00	0,00	0,00	0,37
18	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
18	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
18	ио		**Итого обед:**	535	16,90	26,93	58,96	483,54	988,40	91,60	65,75	259,03	4,14	25,71	10,26	77,72	18,90	0,32	0,24	0,04	87,34
			Полдник																		
18	п	120	Напиток лимонный	180	0,18	0,02	15,59	63,35	31,57	8,40	2,40	4,40	0,16	0,02	0,08	2,02	3,68	0,01	0,00	0,00	0,11
18	п	130	Пирожок печеный из дрожжевого теста с морковным фаршем	50	2,89	3,27	17,12	178,81	67,69	12,41	11,27	35,57	0,47	15,93	1,97	16,72	0,46	0,04	0,04	0,11	131,26
18	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
18	ип		**Итого полдник:**	325	3,46	3,67	42,02	309,61	363,36	36,00	22,22	50,42	2,72	17,85	2,33	26,35	13,64	0,08	0,06	0,11	133,96
			Ужин																		
18	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	40	0,32	0,04	0,60	4,00	46,81	8,10	4,87	8,35	0,21	0,00	0,00	0,00	0,80	0,01	0,01	0,00	0,55
18	у	67	Фрикадельки мясные тушеные в соусе	150	16,80	16,17	5,03	184,55	276,15	19,28	20,65	166,88	2,41	53,06	2,36	56,22	0,54	0,05	0,14	0,23	21,38
18	у	111	Чай с сахаром	180	0,09	0,07	9,01	36,63	10,56	2,36	1,91	3,59	0,38	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
18	у	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
18	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
18	иу		**Итого ужин:**	405	19,67	16,69	32,17	281,16	396,47	39,73	38,93	220,17	3,95	53,54	9,44	58,40	1,36	0,11	0,17	0,23	21,98
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1795,00	56,23	63,36	182,24	1441,97	2298,17	667,25	193,10	921,79	12,33	128,70	33,66	234,73	35,95	0,66	0,99	0,57	283,50
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		133,88	134,82	89,78	103,00	574,54	83,41	241,38	131,68	123,27	183,86	2243,99	16,77	79,89	82,64	110,07	5,66	63,00
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			4 неделя																		
			Четверг																		
			Завтрак																		
19	з	7	Каша рисовая молочная	150	4,06	3,90	19,08	176,61	150,00	120,89	20,29	108,58	0,25	9,13	4,00	26,54	0,59	0,04	0,14	0,03	8,13
19	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	24,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	6,14
19	з	16	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	46,48	19,36	4,18	66,82	0,87	7,04	10,81	19,36	0,00	0,02	0,14	0,88	28,36
19	з	108	Какао с молоком	150	2,52	2,00	10,49	53,39	115,73	91,02	14,05	72,25	0,29	6,73	1,50	17,12	0,44	0,03	0,10	0,00	5,11
19	из		**Итого завтрак:**	370	13,28	13,43	42,17	364,26	336,70	237,32	42,01	265,20	1,69	23,71	17,85	66,76	1,03	0,11	0,40	0,97	47,73

			2 завтрак																		
19	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
19	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
19	о	37	Винегрет овощной	40	0,58	2,72	3,54	40,90	104,53	9,02	8,97	18,54	0,32	1,63	0,11	11,85	1,78	0,02	0,02	0,00	65,65
19	о	54	Суп картофельный с макаронными изделиями, с говядиной тушеной	150	2,88	3,48	7,51	71,86	132,81	7,65	9,45	37,11	0,55	1,95	0,10	16,84	1,72	0,03	0,03	0,04	47,45
19	о	84	Котлеты рыбные	50	8,54	1,73	5,80	102,56	188,66	29,34	25,42	118,49	0,55	63,73	8,47	294,48	0,14	0,05	0,07	0,20	5,83
19	о	97	Рис отварной	110	2,73	2,28	27,63	161,93	34,78	3,52	17,84	54,29	0,36	0,50	5,48	18,11	0,00	0,02	0,02	0,04	3,68
19	о	115	Компот из смеси сухофруктов	180	0,42	0,00	20,80	84,83	0,42	39,83	1,69	3,45	0,09	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	4,80
19	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
19	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
19	ио		**Итого обед:**	565	17,61	10,62	82,81	518,05	524,15	99,35	74,86	273,23	2,81	68,30	21,24	343,46	3,65	0,18	0,16	0,27	127,41
			Полдник																		
19	п	128	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени или мяса	50	7,25	4,38	17,07	135,98	95,60	9,88	8,23	90,55	2,01	23,38	11,48	62,31	3,77	0,09	0,51	0,09	644,28
19	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,17	0,00	19,44	75,26	0,00	44,34	25,58	69,92	2,73	0,00	0,00	0,00	17,05	0,00	0,00	0,00	0,00
19	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
19	ип		**Итого полдник:**	325	7,80	4,76	45,82	278,69	359,70	69,42	42,36	170,92	6,82	25,28	11,76	69,91	30,32	0,12	0,53	0,09	646,87
			Ужин																		
19	у	91	Запеканка овощная	150	4,44	13,39	25,95	141,30	593,94	44,82	34,13	90,10	1,31	6,83	1,01	43,92	15,25	0,12	0,10	0,10	255,38
19	у	122	Кисель из свежемороженной ягоды	180	0,12	0,08	13,04	52,92	23,70	5,11	3,00	6,22	0,14	0,01	0,02	2,02	1,38	0,00	0,00	0,00	0,00
19	у	ГП	Печенье злаковое	35	2,45	8,05	32,20	92,05	0,00	2,80	2,10	14,70	0,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
19	у	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
19	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
19	иу		**Итого ужин:**	400	9,47	21,94	88,72	342,24	680,60	62,72	50,73	152,37	2,61	7,32	8,11	48,12	16,63	0,19	0,12	0,10	255,38
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1840	53,38	55,25	266,71	1573,42	2163,95	684,82	235,17	1023,72	14,11	140,80	62,56	564,26	52,89	0,68	1,51	1,43	1095,40
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		127,11	117,56	131,39	112,39	540,99	85,60	293,96	146,25	141,14	201,15	4170,34	40,30	117,53	84,53	168,01	14,34	243,42
День	**Прием пищи**	**№ ТК**	**Прием пищи, наименование блюда**	**Выход блюда**	**Пищевые вещества (г)**			**Эн/ц (ккал)**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**		**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
			4 неделя																		
			Пятница																		
			Завтрак																		
20	з	20	Вареники ленивые с маслом сливочным	130	23,25	8,23	34,14	153,55	131,25	150,66	24,54	222,85	0,85	9,38	29,37	36,91	0,20	0,07	0,24	0,21	19,05
20	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/10)	40	4,12	6,09	12,36	89,79	31,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	13,23
20	з	109	Чай с молоком	180	1,79	1,44	11,75	66,66	80,57	61,99	9,12	48,15	0,51	4,44	0,99	9,86	0,32	0,02	0,07	0,00	3,03
20	из		**Итого завтрак:**	350	29,16	15,76	58,25	310,00	243,62	296,14	40,21	332,06	1,74	14,61	33,17	50,52	0,54	0,12	0,35	0,37	35,30
			2 завтрак																		
20	2з	105	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
20	и2з		**Итого 2 завтрак:**	180	5,22	4,50	7,20	70,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	36,00	1,26	0,07	0,31	0,00	18,00
			Обед																		
20	о	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	40	0,32	0,04	0,60	4,00	46,81	8,10	4,87	8,35	0,21	0,00	0,00	0,00	0,80	0,01	0,01	0,00	0,55
20	о	55	Суп картофельный с клецками и мясом	150	3,37	2,85	11,97	85,73	195,63	10,00	12,50	46,09	0,66	2,74	1,06	20,86	2,80	0,05	0,04	0,06	47,39
20	о	75	Бефстроганов из мяса птицы	50	7,76	5,06	3,32	119,53	107,67	11,97	26,61	60,64	0,53	2,65	6,66	42,06	0,80	0,03	0,03	0,00	2,83
20	о	93	Картофель запеченый из отварного с зеленым горошком	120	2,91	4,40	21,76	157,67	685,28	18,16	34,23	80,77	1,21	6,95	0,40	46,26	11,44	0,13	0,09	0,08	117,58
20	о	114	Напиток из шиповника	150	0,00	0,08	20,94	83,77	159,69	24,64	16,97	19,58	0,95	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00
20	о	ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,18	8,85	25,82	13,95	3,00	2,10	9,75	0,17	0,48	0,90	2,18	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
20	о	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
20	ио		**Итого обед:**	545	16,82	12,84	76,11	506,67	1258,03	82,87	106,68	256,78	4,50	12,83	15,21	111,35	17,04	0,27	0,20	0,14	168,35
			Полдник																		
20	п	125	Творожник песочный	50	6,12	7,70	21,97	200,97	47,27	32,72	6,91	59,50	0,45	2,76	7,03	11,97	0,04	0,03	0,07	0,24	16,10
20	п	106	Молоко	180	5,10	4,16	8,32	71,10	229,03	199,58	23,02	147,99	0,17	14,97	3,33	33,26	0,98	0,05	0,23	0,00	11,34
20	п	ГП	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	67,45	264,10	15,20	8,55	10,45	2,09	1,90	0,29	7,60	9,50	0,03	0,02	0,00	2,59
20	ип		**Итого полдник:**	325	11,60	12,23	39,60	339,52	540,40	247,50	38,48	217,94	2,71	19,63	10,64	52,84	10,52	0,12	0,32	0,24	30,03
			Ужин																		
20	у	58	Суп-уха	150	6,67	2,26	9,29	74,07	334,84	19,80	29,96	108,09	0,68	51,03	5,83	244,52	3,55	0,07	0,06	0,07	34,06
20	у	129	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным или картофельным фаршем	50	3,10	3,92	16,85	114,39	97,81	18,80	7,64	33,59	0,49	15,68	2,04	8,91	4,66	0,04	0,03	0,12	7,24
20	у	110	Чай без сахара	180	0,09	0,07	0,03	0,70	10,29	2,18	1,91	3,59	0,36	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,06
20	у	ГП	Кондитерское изделия (зефир и (или) пастила и (или) мармелад)	20	0,10	0,00	16,00	66,80	0,00	1,60	1,20	8,40	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00

20	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00
20	иу		**Итого ужин:**	420	11,29	6,49	50,86	286,12	491,94	49,38	50,11	185,26	2,42	66,71	14,05	253,42	8,23	0,15	0,11	0,19	41,36
			Норма соли на весь день	**3 г.**	0,00	0,07	0,00	0,00	0,22	9,72	0,57	1,96	0,08	105,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Дополнительно бутилированная питьевая негазированная вода	250	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	2,50	0,00	0,00	0,00	0,00	178,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	1820,00	74,08	51,82	232,01	1512,49	2796,80	891,89	260,67	1154,05	11,54	129,97	76,68	504,12	37,59	0,73	1,29	0,93	293,04
			Суточная потребность:		42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		176,38	110,25	114,29	108,03	699,20	111,49	325,84	164,86	115,43	185,68	5111,67	36,01	83,54	91,19	143,43	9,35	65,12
			Среднее значение по 4-ой неделе завтрак		75,57	59,92	226,21	1506,40	1533,70	1274,22	208,31	1294,05	7,91	94,39	81,41	260,46	4,75	0,57	1,68	2,51	173,01
			Среднее значение по 4-ой неделе 2 завтрак		25,98	22,16	37,12	351,82	1280,23	1063,58	123,82	795,99	0,89	79,77	17,73	177,26	6,02	0,34	1,45	0,00	83,34
			Среднее значение по 4-ой неделе обед		92,56	99,30	346,14	2496,14	4644,38	464,63	419,15	1397,71	22,79	189,08	92,10	846,78	119,76	1,34	1,71	0,62	2098,12
			Среднее значение по 4-ой неделе уплотненный полдник		34,79	30,63	240,59	1470,27	1967,00	509,36	193,51	720,04	22,93	115,84	33,92	330,25	107,78	0,47	1,04	0,73	833,48
			Среднее значение по 4-ой неделе за день		297,78	282,96	1122,42	7266,76	12310,54	3541,97	1182,52	5153,45	70,21	667,59	275,19	2169,20	283,18	3,51	6,59	4,62	3572,45

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ

					Пищевые вещества (г)			**Эн/ц**	**Минеральные вещества**								**Витамины**				
					Б	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**K, мг**	**Ca, мг**	**Mg, мг**	**P, мг**	**Fe, мг**	**I, мкг**	**Se, мкг**	**F, мкг**	**C, мг**	**B1, мг**	**B2, мг**	**D, мкг**	**A, мкг рет. экв.**
Итого за 20 дней					1225,13	1168,81	4359,56	28220,15	50347,52	14987,29	4940,63	21332,18	275,55	2661,10	1093,14	8990,03	1118,21	15,50	26,49	18,44	9616,81
Среднее значение					61,26	58,44	217,98	1411,01	2517,38	749,36	247,03	1066,61	13,78	133,06	54,66	449,50	55,91	0,77	1,32	0,92	480,84
Соотношение Б:Ж:У					1,00	0,95	3,73														
Суточная потребность					42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
Процент удовлетворения суточной потребности					145,85	124,34	107,38	100,79	629,34	93,67	308,79	152,37	137,77	190,08	3643,80	32,11	124,25	96,85	147,17	9,22	106,85
				%	100																
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах				1,00	42,00	47,00	203,00	1400,00	400,00	800,00	80,00	700,00	10,00	70,00	1,50	1400,00	45,00	0,80	0,90	10,00	450,00
Норма соли на весь день				3 г.																	