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	190	9,3	15,33	5,94	212,54	200,47	157,68	25,02	253,18	2,10	23,87	24,53	60,89	1,44	0,1	0,44	1,89	63,37
1	з	ГП	Бутерброд с маслом (25/5)	30	2,28	0,36	17,70	51,63	20,50	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	108,87	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:**	400	14,61	18,09	36,22	328,24	329,84	272,90	46,08	359,38	2,78	32,91	28,13	85,78	1,97	0,16	0,57	1,89	69,50
			2 завтрак																		
1	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
1	**и2з**		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
1	о	36	Салат Рубин	60	0,96	3,64	10,29	77,58	109,10	24,35	16,39	29,49	0,91	3,21	0,36	21,50	2,10	0,01	0,02	0,00	0,45
1	о	50	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	6,38	3,59	14,74	115,32	219,73	26,02	29,66	97,11	1,69	3,97	2,01	29,21	3,77	0,14	0,07	0,03	47,64
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	70	16,11	16,28	10,86	146,37	222,30	14,27	23,09	160,01	2,40	5,96	0,24	52,95	1,70	0,05	0,12	0,08	11,76
1	о	97	Рис отварной	130	5,18	2,94	52,54	257,17	60,61	6,23	33,93	102,70	0,68	0,96	10,40	34,41	0,00	0,05	0,03	0,05	9,45
1	о	113	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	21,56	133,33	13,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,22	0,33	0,38	34,09	0,05
1	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
1	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	58,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
1	**ио**		**Итого обед:**	695	32,49	27,10	137,26	821,16	707,01	86,37	120,67	452,96	7,13	14,90	23,77	141,69	29,80	0,66	0,64	34,24	69,36
			Полдник																		
1	п	124	Сушка на сметане	50	4,57	5,12	29,83	152,51	52,36	20,92	6,65	43,43	0,52	2,61	3,27	11,64	0,03	0,05	0,04	0,14	9,39
1	п	105	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	200,20	102,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
1	п	ГП	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	83,00	128,00	16,00	9,00	11,00	2,20	2,00	0,30	8,00	10,00	0,03	0,02	0,00	5,00
1	**ип**		**Итого полдник:**	350	10,77	10,52	47,63	435,71	282,36	276,92	43,65	234,43	2,92	22,61	7,57	59,64	11,43	0,16	0,40	0,14	31,99
			Ужин																		
1	у	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	50	0,4	0,05	0,75	5,00	65,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
1	у	80	Рыба, запеченная с картофелем "по-русски"	200	17,52	6,34	15,76	249,75	408,17	46,32	66,73	263,23	1,45	139,75	15,02	657,60	6,85	0,16	0,15	0,31	11,71
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	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	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	480	21,64	7,07	55,93	389,46	564,00	76,57	90,64	333,08	3,01	140,72	23,02	663,98	9,43	0,24	0,18	0,31	12,43
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2125	85	67	286	2056	2118	935	327	1544	16	228	86	988	54	1	2	37	194
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		157,74	112,33	109,69	114,21	352,95	103,84	163,31	193,04	160,28	227,77	430,92	49,40	107,42	143,12	205,54	365,75	38,87

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	200	6,86	6,96	28,38	234,30	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	20,50	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	200	0,17	0,09	9,20	87,78	21,68	5,15	3,00	5,59	0,49	0,01	0,02	0,59	1,10	0,00	0,01	0,00	0,26
2	из		**Итого завтрак:**	430	9,31	7,41	55,28	373,71	234,01	143,54	31,06	180,19	1,46	9,68	11,41	42,90	2,02	0,11	0,16	0,05	10,39
			2 завтрак																		
2	з	105	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
2	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
2	о	42	Салат с кальмарами "Морской" с яблоком	50	7,29	3,83	5,88	87,06	219,80	26,83	25,61	104,57	1,25	48,59	7,28	191,88	0,66	0,09	0,07	0,21	5,32
2	о	46	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	4,19	4,62	9,99	96,86	376,42	31,94	22,44	67,55	1,00	5,00	0,28	31,33	11,26	0,06	0,07	0,00	61,94
2	о	84	Котлеты рыбные	80	10,99	2,68	7,92	119,31	242,75	38,58	32,67	152,52	0,71	81,43	10,86	376,18	0,18	0,07	0,09	0,26	7,30
2	о	94	Картофель тушеный	150	3,20	3,22	24,12	207,39	360,94	23,14	35,49	88,25	1,36	42,62	0,45	48,50	13,22	0,14	0,10	0,05	50,01
2	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
2	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
2	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
2	ио		**Итого обед:**	695	29,97	15,02	96,47	683,71	1287,08	175,81	135,50	479,99	5,86	178,44	29,64	651,52	25,34	0,44	0,35	0,52	129,37
			Полдник																		
2	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	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	566,97
2	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
2	ип		**Итого полдник:**	350	8,96	4,88	69,10	384,26	273,60	67,15	78,65	196,23	5,64	23,43	12,48	64,51	32,72	0,13	0,56	0,09	569,37
			Ужин																		
2	у	62	Голубцы ленивые в сметанном соусе	200	24,46	27,87	19,41	261,12	562,73	76,63	47,90	267,02	3,83	14,05	7,39	89,57	23,56	0,10	0,24	0,42	31,94
2	у	111	Чай с сахаром	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
2	у	ГП	Хлеб пшеничный	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	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	450	28,25	28,60	54,84	380,25	650,48	94,16	65,32	325,30	5,68	15,01	15,37	93,92	23,60	0,17	0,28	0,42	32,24
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2125,00	82,29	60,90	283,69	1922,13	2597,17	720,66	338,53	1361,72	18,83	244,55	72,90	892,85	85,07	0,94	1,69	1,08	758,97
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		152,39	101,50	108,69	106,78	432,86	80,07	169,27	170,21	188,32	244,55	364,52	44,64	170,14	103,92	169,39	10,78	151,79
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"	200	5,46	4,72	22,41	163,97	151,96	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 (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	11,64
3	з	107	Кофейный напиток с молоком	200	3,67	2,49	14,21	97,07	151,02	122,55	23,75	103,86	0,65	8,95	1,99	19,89	0,59	0,03	0,14	0,00	5,99
3	из		**Итого завтрак:**	442	13,25	13,30	48,98	350,83	333,78	328,78	61,44	289,47	1,68	19,18	8,06	48,91	1,20	0,14	0,33	0,19	25,82
			2 завтрак																		
3	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
3	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед:																		
3	о	37	Винегрет овощной	60	0,85	3,64	5,17	56,71	143,10	13,29	13,26	27,21	0,47	2,38	0,16	17,42	2,60	0,03	0,03	0,00	86,66
3	о	51	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	4,22	4,22	14,34	90,75	370,79	17,17	22,55	72,76	1,00	4,71	0,91	33,85	5,61	0,07	0,07	0,03	55,01
3	о	59	Тефтели из говядины	80	21,06	24,47	25,50	156,86	310,76	23,56	31,13	216,06	2,96	8,40	4,07	74,93	1,36	0,09	0,15	0,11	7,80
3	о	85	Капуста тушеная	150	4,05	3,47	17,39	146,43	242,73	89,65	34,49	70,28	1,29	6,00	0,79	27,35	35,58	0,06	0,08	0,07	71,10
3	о	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
3	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
3	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
3	ио		**Итого обед:**	705	34,25	36,47	105,76	602,36	1185,70	167,56	121,42	454,36	7,33	22,31	16,79	159,20	48,83	0,33	0,35	0,20	220,68
			Полдник																		
3	п	113	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	21,56	133,33	13,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,22	0,33	0,38	34,09	0,05
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	6,77
		ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
3	ип		**Итого полдник:**	350	7,76	4,58	68,39	329,35	309,49	24,45	57,55	104,60	1,12	46,73	6,34	156,51	32,39	0,42	0,47	34,25	9,22
			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	150	13,28	20,63	27,97	225,11	214,93	13,76	29,48	157,62	1,85	4,59	5,23	53,61	0,48	0,05	0,10	0,19	15,66
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 пшеничный	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
3	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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	Зефир	30	0,24	0,03	26,34	52,80	0,00	2,40	1,80	12,60	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00
3	иу		**Итого ужин:**	460	17,61	21,37	81,47	365,41	350,64	41,46	52,88	235,34	3,76	5,55	13,21	57,96	1,50	0,14	0,14	0,19	16,40
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2157	78,5418	80,3455	313,83516	1729,1566	2414,0858	784,01032	318,86273	1248,2024	14,06677	110,39914	48,08536	459,5464	85,011022	1,1009803	1,5448338	34,831389	283,2129915
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		145,45	133,91	120,24	96,06	402,35	87,11	159,43	156,03	140,67	110,40	240,43	22,98	170,02	122,33	154,48	348,31	56,64
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	200	6,42	6,32	22,49	202,42	193,97	171,45	38,58	179,74	0,83	12,75	7,77	41,43	0,79	0,11	0,20	0,04	28,03
4	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	20,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,00
4	з	109	Чай с молоком	200	1,62	1,31	14,48	75,74	87,75	68,27	9,85	52,85	0,51	4,91	1,09	10,91	0,35	0,02	0,08	0,00	8,36

4	из		**Итого завтрак:**	430	9,97	7,93	52,87	351,24	302,57	245,32	52,37	249,74	1,64	18,62	10,66	56,70	1,25	0,16	0,29	0,04	37,40
			2 завтрак																		
4	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
4	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
4	о	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
4	о	49	Суп крестьянский с крупой с мясом	180	3,71	4,59	8,75	129,76	181,14	12,44	15,16	55,44	0,85	2,74	1,02	20,75	7,43	0,04	0,05	0,05	44,91
4	о	72	Печень "по-строгановски"	80	12,16	8,06	5,00	140,82	196,68	21,26	13,70	196,20	4,75	30,09	27,47	160,51	10,32	0,17	1,39	0,10	1578,54
4	о	95	Картофельное пюре	130	2,68	3,44	17,36	150,62	348,53	31,73	24,65	72,71	0,89	6,47	0,65	32,92	8,98	0,10	0,09	0,05	6,18
4	о	118	Компот из свежих плодов (яблок или груши)	180	0,14	0,14	13,18	54,43	83,37	5,27	2,82	3,45	0,72	0,63	0,09	2,53	1,44	0,01	0,01	0,00	0,43
4	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
4	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
4	ио		**Итого обед:**	685	23,05	16,95	72,96	569,89	966,68	98,34	81,23	403,98	8,96	40,74	40,01	220,34	29,37	0,42	1,58	0,21	1630,77
			Полдник																		
4	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
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	14,16
4	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
4	ип		**Итого полдник:**	350	7,84	8,20	74,00	449,25	225,27	89,98	77,33	165,19	4,08	2,81	8,03	14,17	28,98	0,07	0,12	0,24	16,56
			Ужин																		
4	у	29	Горошек зеленый консервированный	60	0,48	0,06	0,90	6,00	65,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	1,80
4	у	76	Рагу из мяса птицы	150	17,00	15,12	18,22	184,64	437,32	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	200	0,11	0,08	0,04	0,84	12,35	2,61	2,30	4,31	0,43	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,18
4	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
4	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	460	21,20	15,86	45,53	273,28	581,79	59,54	60,82	242,64	3,65	50,52	17,95	135,91	8,25	0,21	0,20	0,05	130,83
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2125,00	67,72	53,55	254,60	1724,87	2310,79	714,94	297,33	1225,98	18,52	129,32	80,34	464,08	68,95	0,92	2,44	0,54	1826,65
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		125,41	89,25	97,55	95,83	385,13	79,44	148,66	153,25	185,17	129,32	401,72	23,20	137,90	102,26	243,60	5,35	365,33

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	150	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	24,96
5	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	20,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	5,40
5	з	108	Какао с молоком	200	3,35	2,66	14,07	113,61	153,49	120,97	18,57	95,89	0,38	8,95	1,99	22,69	0,59	0,03	0,14	0,00	5,98
5	из		**Итого завтрак:**	420	13,94	14,27	37,37	345,93	372,88	261,83	49,14	288,68	1,92	25,58	18,50	67,89	1,13	0,14	0,43	0,97	44,04
			2 завтрак																		
5	2з	105	Кисломолочный напиток	200	6,09	5,25	8,40	105,21	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
5	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	6,09	5,25	8,40	105,21	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
5	о	41	Салат из морской капусты с яйцом	60	1,77	4,38	2,45	56,27	125,50	23,80	7,66	28,80	0,45	2,73	2,31	9,75	7,88	0,02	0,04	0,18	5,29
5	о	43	Суп "Волна" со сметаной	180	4,19	4,11	16,35	108,78	424,53	26,17	26,43	89,66	1,26	8,34	4,65	42,11	8,53	0,10	0,13	0,38	62,40
5	о	78	Зразы из мяса птицы с луком и яйцом	70	11,85	4,20	6,41	110,26	161,32	26,64	37,78	102,86	0,95	5,52	11,90	61,38	1,01	0,05	0,08	0,22	9,34
5	о	86	Рагу из овощей	150	2,62	6,65	14,73	148,80	304,27	33,02	30,69	61,73	1,07	22,04	0,52	32,77	22,80	0,07	0,07	0,13	200,82
5	о	116	Компот из кураги	180	0,83	0,10	16,87	71,22	242,54	24,12	15,53	21,59	0,50	0,00	0,00	0,00	0,27	0,01	0,00	0,00	23,79
5	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
5	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
5	ио		**Итого обед:**	695	25,14	20,11	84,58	583,59	1344,91	149,25	135,69	368,30	5,67	39,42	30,14	149,64	40,49	0,33	0,35	0,91	301,65
			Полдник:																		
5	п	129	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным или картофельным фаршем	50	2,40	3,98	18,85	154,58	97,81	18,80	7,64	33,59	0,49	15,68	2,04	8,91	4,66	0,04	0,03	0,12	6,37
5	п	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
5	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
5	ип		**Итого полдник:**	350	9,57	9,10	49,09	327,30	510,29	248,56	75,21	226,02	1,28	32,36	6,73	48,07	15,75	0,14	0,34	0,12	19,86
			Ужин																		
5	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
5	у	63	Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	150	21,33	22,87	18,78	206,18	370,32	21,79	41,25	235,80	3,42	11,86	1,41	88,02	8,00	0,14	0,21	0,22	36,65
5	у	111	Чай с сахаром	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
5	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
5	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	460	25,60	23,67	55,11	331,30	528,30	51,47	65,99	306,61	5,58	12,82	9,39	92,37	9,24	0,22	0,25	0,22	37,67
			Норма соли на весь день	5 г.	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2125	80,34	72,39	234,55	1693,34	2908,37	951,11	354,03	1369,60	14,64	128,18	68,76	397,97	68,02	0,90	1,71	2,21	420,82
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		148,78	120,65	89,87	94,07	484,73	105,68	177,02	171,20	146,41	128,18	343,80	19,90	136,04	100,49	170,64	22,13	84,16
			Среднее значение по 1-ой неделе завтрак		12,21	12,20	46,14	349,99	314,62	250,48	48,02	273,49	1,89	21,20	15,35	60,43	1,52	0,14	0,36	0,63	37,43
			Среднее значение по 1-ой неделе 2 завтрак		5,78	4,82	8,82	89,81	201,49	229,06	26,55	170,66	0,19	17,18	3,82	38,18	1,22	0,07	0,29	0,00	13,69
			Среднее значение по 1-ой неделе обед		28,98	23,13	99,41	652,14	1098,27	135,47	118,90	431,92	6,99	59,16	28,07	264,48	34,77	0,44	0,66	7,22	470,36
			Среднее значение по 1-ой неделе уплотненный полдник		8,98	7,46	61,64	385,17	320,20	141,41	66,48	185,29	3,01	25,59	8,23	68,58	24,25	0,19	0,38	6,97	129,40
			Среднее значение по 1-ой неделе за день		78,81	66,92	274,59	1825,06	2469,62	821,05	327,08	1349,96	16,42	168,05	71,26	640,50	72,15	1,03	1,89	15,05	696,80

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	180	5,56	5,57	17,75	153,29	189,35	151,07	19,73	123,04	0,29	11,17	2,43	27,91	0,71	0,06	0,18	0,04	29,23
6	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	11,64
6	з	107	Кофейный напиток с молоком	200	3,67	2,49	14,21	97,07	151,02	122,55	23,75	103,86	0,65	8,95	1,99	19,89	0,59	0,03	0,14	0,00	5,99
6	из		**Итого завтрак:**	422	13,34	14,14	44,31	340,14	371,17	357,12	50,02	287,96	1,31	20,92	7,24	51,55	1,33	0,12	0,35	0,20	46,86
			2 завтрак																		
6	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
6	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
6	о	32	Икра кабачковая или баклажанная	60	0,66	0,06	2,46	13,02	118,52	7,92	4,70	17,75	0,21	1,06	0,16	7,39	1,20	0,02	0,02	0,00	0,43
6	о	57	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	4,06	2,32	11,70	143,43	319,69	19,54	25,65	79,48	0,82	60,18	2,72	123,62	6,25	0,08	0,06	0,05	35,13
6	о	70	Мясо тушеное	70	14,32	16,61	3,24	112,23	259,12	14,10	18,81	141,11	2,07	40,64	0,09	48,17	0,98	0,04	0,10	0,00	1,92

6	о	100	Макаронные изделия отварные	150	5,29	3,75	32,80	146,33	53,31	9,58	7,10	39,91	0,72	0,67	0,04	10,45	0,00	0,06	0,02	0,07	5,40
6	о	114	Напиток из шиповника	180	0,00	0,09	24,93	99,72	191,62	29,56	20,36	23,49	1,14	0,00	0,00	0,00	1,44	0,01	0,02	0,00	0,00
6	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
6	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
6	ио		**Итого обед:**	695	28,21	23,49	102,90	603,00	1029,01	96,20	94,21	365,38	6,40	103,35	13,78	193,26	9,87	0,30	0,26	0,12	42,88
			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	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
6	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
6	ип		**Итого полдник:**	320	3,15	12,81	46,03	188,20	207,49	13,38	46,31	48,39	1,20	0,05	1,00	2,20	10,02	0,06	0,06	0,00	4,86
			Ужин																		
6	у	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
6	у	58	Суп-уха	180	7,95	2,36	11,29	158,07	200,90	23,55	35,80	129,03	0,81	60,70	6,97	290,95	4,27	0,08	0,07	0,09	34,99
6	у	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,00	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
6	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
6	у	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
6	иу		**Итого ужин:**	500	12,91	3,14	73,94	416,94	362,52	101,46	89,83	286,14	5,65	61,66	18,04	295,30	24,42	0,18	0,11	0,09	35,71
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2137	63,4178	58,5802	275,1834	1648,4792	2122,1902	808,15492	308,379	1167,8694	14,757339	203,9831	44,06032	582,29914	47,032168	0,738612	1,124384	0,4042	147,91064
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		117,44	97,63	105,43	91,58	353,70	89,79	154,19	145,98	147,57	203,98	220,30	29,11	94,06	82,07	112,44	4,04	29,58

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																		
			Вторник																		
			Завтрак																		
7	з	9	Каша "Дружба"	170	4,97	4,37	22,65	189,74	171,40	130,67	25,95	127,54	0,43	10,03	3,90	28,53	0,63	0,07	0,15	0,03	8,73
7	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	20,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,00
7	з	110	Чай без сахара	200	0,11	0,08	0,04	0,84	12,35	2,61	2,30	4,31	0,43	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,18
7	из		**Итого завтрак:**	400	7,01	4,75	38,58	263,66	204,60	138,89	32,19	149,00	1,15	10,99	5,70	32,88	0,77	0,10	0,17	0,03	9,91
			2 завтарк																		
7	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
7	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
7	о	37	Винегрет овощной	60	0,85	3,64	5,17	56,71	143,10	13,29	13,26	27,21	0,47	2,38	0,16	17,42	2,60	0,03	0,03	0,00	86,66
7	о	48	Суп из овощей со сметаной и мясом	180	3,82	4,11	8,98	86,79	315,18	23,55	20,25	62,86	0,89	4,53	0,24	31,25	7,00	0,06	0,06	0,03	87,63
7	о	60	Котлеты из говядины	70	13,93	15,10	10,15	185,30	230,63	27,76	18,15	140,06	1,86	6,39	1,24	45,22	0,26	0,05	0,11	0,00	0,90
7	о	89	Овощи тушеные в сметанном соусе	150	3,12	20,31	12,69	190,55	427,48	52,59	33,97	69,67	1,51	25,02	0,91	35,28	17,97	0,10	0,11	0,02	40,93
7	о	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
7	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
7	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
7	ио		**Итого обед:**	695	25,79	43,84	80,34	670,97	1234,70	141,08	105,62	367,85	6,34	39,13	13,39	134,83	31,52	0,32	0,34	0,04	216,23
			Полдник																		
7	п	121	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	14,16
7	п	125	Напиток из свежемороженных ягод	200	0,14	0,08	16,47	67,16	15,39	4,70	1,22	2,78	0,12	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,38
7	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
7	ип		**Итого полдник:**	350	7,76	8,28	59,44	359,63	240,66	45,42	50,13	90,29	1,16	2,81	8,03	14,17	11,24	0,08	0,12	0,24	16,95
			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	150	3,94	0,52	57,61	190,43	394,96	49,00	43,80	99,62	1,50	0,60	4,90	61,12	0,35	0,06	0,03	0,00	31,10
7	у	109	Чай с молоком	200	1,62	1,31	14,48	75,74	87,75	68,27	9,85	52,85	0,51	4,91	1,09	10,91	0,35	0,02	0,08	0,00	8,36
7	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
7	у	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
7	иу		**Итого ужин:**	510	13,22	5,05	108,31	421,14	703,11	241,76	87,94	313,37	3,61	6,47	17,06	76,38	1,40	0,41	0,34	0,00	61,46
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2155	59	67	296	1797	2618	789	301	1085	12	76	48	295	46	1	1	0	316
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		110,07	110,88	113,38	99,81	436,26	87,66	150,73	135,62	124,48	76,03	239,42	14,76	92,02	106,65	122,08	3,08	63,13

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																		

			Среда																		
			Завтрак																		
8	з	12	Каша пшенная молочная с фруктами	150	5,47	5,63	21,51	188,57	192,98	121,66	30,47	133,09	0,82	9,62	2,51	25,41	0,92	0,10	0,14	0,05	10,30
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	24,96
8	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	20,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	5,40
8	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
8	из		**Итого завтрак:**	400	12,33	13,25	40,30	348,52	280,60	151,93	41,07	222,92	2,46	17,47	14,88	49,04	1,91	0,15	0,30	1,00	40,76
			2 завтрак																		
8	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
8	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
8	о	40	Салат «Сытный» (из кукурузы с яйцом и огурчиками)	60	2,37	53,99	2,99	58,68	124,13	25,05	13,93	56,37	0,77	11,85	4,00	24,36	5,72	0,03	0,08	0,31	68,34
8	о	44	Суп с домашней лапшой и мясом птицы	180	6,46	5,99	12,73	130,00	320,68	14,14	19,22	78,91	1,00	4,04	3,21	52,49	4,83	0,07	0,07	0,03	47,78
8	о	69	Гуляш из говядины или субпродуктов	70	14,92	13,45	3,11	145,60	217,75	7,91	17,34	140,68	2,02	5,47	0,09	48,22	0,17	0,04	0,10	0,00	8,93
8	о	94	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,36	4,99	32,30	143,56	196,79	11,97	107,88	162,05	3,62	1,80	3,16	12,67	0,00	0,19	0,10	0,07	5,70
8	о	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
8	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
8	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
8	ио		**Итого обед:**	695	35,19	79,08	109,93	722,89	946,10	123,83	204,39	579,33	11,89	23,95	21,22	141,37	29,66	0,42	0,39	0,40	130,74
			Полдник																		
8	п	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
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	115,51
		ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
8	ип		**Итого полдник:**	350	10,06	8,39	47,36	351,53	480,17	242,17	78,85	228,00	1,26	32,61	6,66	55,88	11,55	0,14	0,34	0,11	129,00
			Ужин																		
8	у	21	Фрукты консервированные	50	0,75	0,25	10,50	45,75	174,00	4,00	21,00	14,00	0,30	0,03	0,50	1,10	5,00	0,02	0,03	0,00	2,40
8	у	19	Запеканка творожная со сгущеным молоком	200	37,05	14,02	41,25	229,80	255,78	176,52	31,82	206,80	0,86	11,62	12,79	50,61	1,23	0,10	0,20	0,07	13,51
8	у	110	Чай без сахара	200	0,11	0,08	0,04	0,84	12,35	2,61	2,30	4,31	0,43	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,18
8	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
8	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	500	41,51	14,94	78,16	358,18	509,03	196,14	68,72	276,21	2,70	12,60	21,27	56,06	6,25	0,19	0,25	0,07	16,09
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2145	105	121	283	1876	2368	954	421	1486	18	105	68	342	51	1	2	2	334
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		194,40	201,85	108,35	104,24	394,65	106,01	210,51	185,81	184,97	104,63	340,16	17,12	101,55	109,47	162,41	15,70	66,84
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	150	2,85	6,59	22,61	160,14	142,44	73,13	16,83	77,88	0,43	19,07	3,16	33,82	0,31	0,04	0,09	0,10	11,92
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	200	3,67	2,49	14,21	97,07	151,02	122,55	23,75	103,86	0,65	8,95	1,99	19,89	0,59	0,03	0,14	0,00	5,99
9	из		**Итого завтрак:**	400	11,28	13,29	55,42	387,56	361,81	227,92	48,62	242,99	1,80	33,32	11,84	69,28	0,99	0,12	0,32	0,48	46,67
			2 завтрак																		
9	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
9	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
9	о	38	Маринад овощной	50	0,97	7,12	6,92	95,55	131,45	17,53	20,32	35,58	0,51	2,68	0,15	29,11	2,14	0,03	0,03	0,00	241,92
9	о	50	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	6,38	3,59	14,74	115,32	369,73	26,02	29,66	97,11	1,69	3,97	2,01	29,21	3,77	0,14	0,07	0,03	47,64
9	о	60	Котлеты из говядины	70	13,93	15,10	10,15	185,30	230,63	27,76	18,15	140,06	1,86	6,39	1,24	45,22	0,26	0,05	0,11	0,00	0,90
9	о	90	Овощи тушеные в молочном соусе	130	3,41	8,32	22,23	146,82	461,36	39,42	31,75	91,15	1,14	7,98	0,84	43,24	10,88	0,13	0,11	0,02	32,58
9	о	118	Компот из свежих плодов (яблок или груши)	200	0,31	0,25	14,19	60,06	109,00	10,65	4,47	6,89	0,87	0,70	0,10	2,82	2,92	0,01	0,01	0,00	2,26
9	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
9	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
9	ио		**Итого обед:**	685	28,88	35,02	96,00	691,31	1388,92	136,88	121,95	434,44	7,51	22,52	15,11	153,22	19,97	0,44	0,36	0,05	325,30
			Полдник																		
9	п	113	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	21,56	133,33	13,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,22	0,33	0,38	34,09	0,05
9	п	129	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным или картофельным фаршем	50	2,40	3,98	18,85	154,58	97,81	18,80	7,64	33,59	0,49	15,68	2,04	8,91	4,66	0,04	0,03	0,12	6,37
		ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40

9	ип		**Итого полдник:**	350	3,90	4,48	61,41	379,41	289,33	26,80	49,64	61,59	1,09	15,73	3,04	11,11	36,88	0,41	0,46	34,21	8,83
			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	70	11,09	4,39	5,68	106,29	307,45	38,98	38,74	168,28	0,85	112,14	9,90	432,11	1,98	0,07	0,07	0,14	4,08
9	у	95	Картофельное пюре	130	2,68	3,44	17,36	150,62	348,53	31,73	24,65	72,71	0,89	6,47	0,65	32,92	8,98	0,10	0,09	0,05	6,18
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 пшеничный	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
9	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	460	17,70	8,53	58,88	378,33	768,55	92,15	82,56	301,95	3,39	119,57	18,53	469,38	11,58	0,25	0,19	0,19	10,72
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2095,00	67,43	65,94	280,95	1917,83	3043,08	705,51	328,35	1205,40	13,98	207,77	52,22	739,94	70,52	1,28	1,58	34,92	402,61
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		124,86	109,89	107,64	106,55	507,18	78,39	164,17	150,67	139,76	207,77	261,10	37,00	141,03	142,09	158,03	349,18	80,52
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.**
			2 неделя																		
			Пятница																		
			Завтрак																		
10	з	10	Каша пшенная молочная с морковью (тыквой)	160	3,37	6,56	16,60	168,78	113,72	71,87	19,15	81,30	0,47	23,01	1,50	20,12	0,55	0,07	0,09	0,10	15,88
10	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	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	200	3,35	2,66	14,07	113,61	153,49	120,97	18,57	95,89	0,38	8,95	1,99	22,69	0,59	0,03	0,14	0,00	5,98
10	из		**Итого завтрак:**	402	10,83	15,31	43,03	372,18	298,00	276,34	44,26	238,24	1,22	32,76	6,31	46,56	1,17	0,13	0,26	0,26	35,08
			2 завтрак																		
10	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
10	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед:																		5,40
10	о	39	Салат "Полевой"	50	1,08	3,70	7,30	66,68	227,52	10,81	15,68	32,50	0,49	2,66	0,13	20,80	3,76	0,04	0,03	0,00	96,37
10	о	45	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	3,86	3,31	11,64	100,44	316,36	26,05	22,23	63,48	1,16	5,36	0,37	30,54	7,27	0,05	0,06	0,03	62,19
10	о	71	Бефстроганов из мяса	70	12,76	15,90	4,19	164,58	193,12	19,40	16,09	127,79	1,76	5,77	0,21	44,13	0,54	0,04	0,10	0,00	3,34
10	о	99	Каша перловая рассыпчатая	130	3,35	3,15	23,28	134,73	55,52	13,67	13,27	108,29	0,61	0,00	12,69	0,11	0,00	0,03	0,02	0,06	5,40
10	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
10	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
10	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
10	ио		**Итого обед:**	665	25,35	26,72	94,98	639,53	879,69	125,24	86,55	399,16	5,55	14,59	24,17	99,20	11,59	0,25	0,25	0,08	172,09
			Полдник																		
10	п	ГП	Кондитерские изделия (вафли)	58	2,26	17,75	36,25	233,16	0,00	4,64	3,48	24,36	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00
10	п	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
		ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
10	ип		**Итого полдник:**	358	9,43	22,87	66,49	405,88	412,48	234,40	71,06	216,79	1,14	16,68	4,70	39,16	11,09	0,13	0,30	0,00	13,49
			Ужин																		
10	у	29	Горошек зеленый консервированный	60	0,48	0,06	0,90	6,00	65,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	1,80
10	у	65	Азу	150	8,68	6,73	19,11	207,76	541,71	21,74	32,06	122,97	1,88	42,44	0,44	51,09	9,43	0,12	0,11	0,03	4,02
10	у	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
10	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
10	у	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
10	иу		**Итого ужин:**	470	13,63	7,51	81,76	467,41	698,33	99,65	86,09	280,09	6,72	43,40	11,51	55,44	29,58	0,21	0,15	0,03	5,82
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2095	65,049767	77,3997	294,2613	1985,1874	2440,5032	975,63158	315,95732	1314,2759	14,824899	125,44204	50,682573	280,35981	54,823768	0,799497	1,299744	0,3668333	244,0838327
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		120,46	129,00	112,74	110,29	406,75	108,40	157,98	164,28	148,25	125,44	253,41	14,02	109,65	88,83	129,97	3,67	48,82
			Среднее значение по 2-ой неделе завтрак		54,79	60,73	221,65	1712,07	1516,18	1152,19	216,17	1141,11	7,94	115,46	45,97	249,31	6,16	0,62	1,40	1,96	179,28
			Среднее значение по 2-ой неделе 2 завтрак		28,82	24,69	41,53	458,04	924,96	1163,52	135,16	868,86	0,98	87,26	19,39	193,92	6,38	0,36	1,52	0,00	74,98
			Среднее значение по 2-ой неделе обед		123,30	168,93	413,06	2737,94	4478,20	703,92	532,68	1942,74	31,53	181,06	77,98	624,01	72,19	1,46	1,50	0,65	682,10
			Среднее значение по 2-ой неделе уплотненный полдник		34,31	56,82	280,72	1684,65	1630,12	562,16	295,98	645,06	5,84	67,88	23,43	122,52	80,78	0,82	1,29	34,55	173,12
			Среднее значение по 2-ой неделе за день		360,31	389,56	1429,11	9224,44	12591,23	4232,26	1675,17	6258,94	74,50	717,86	262,88	2240,17	269,16	4,76	6,85	37,57	1444,42
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.**

			3 неделя																		
			Понедельник																		
			Завтрак																		
11	з	18	Омлет натуральный с зеленым горошком	200	10,69	13,90	6,52	294,17	238,66	159,97	25,16	203,38	1,53	20,73	18,66	56,96	0,88	0,07	0,37	1,45	115,39
11	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	20,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	5,40
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:**	410	12,73	17,45	27,89	408,49	269,72	168,38	30,57	224,52	2,20	21,53	20,20	60,71	0,90	0,10	0,39	1,51	120,85
			2 завтрак																		
11	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
11	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
11	о	34	Салат из соленых (свежих) огурцов с луком	50	0,60	59,43	2,30	43,95	96,39	16,15	9,30	29,64	0,42	2,00	0,22	12,79	6,08	0,02	0,02	0,00	2,24
11	о	55	Суп картофельный с клецками и мясом	180	4,66	4,04	14,45	111,08	244,85	12,38	15,65	61,26	0,88	3,54	1,33	26,97	3,37	0,06	0,06	0,08	49,43
11	о	79	Котлеты куриные	70	15,10	6,95	9,04	158,22	185,74	29,60	49,69	116,21	0,93	5,34	13,37	74,66	0,54	0,05	0,06	0,00	2,40
11	о	96	Гратен из картофеля с сыром	130	4,02	5,90	19,39	175,81	522,81	70,59	28,63	97,60	1,12	58,56	1,21	34,58	10,50	0,11	0,09	0,07	5,31
11	о	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
11	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
11	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
11	ио		**Итого обед:**	685	28,48	76,97	103,98	734,10	1136,55	193,49	149,29	446,05	7,82	70,25	26,90	152,63	39,44	0,33	0,26	0,15	59,38
			Полдник																		
11	п	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
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	9,39
11	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
11	ип		**Итого полдник:**	350	11,74	10,24	60,07	325,23	469,84	250,68	74,22	235,86	1,31	19,29	7,97	50,80	11,12	0,15	0,35	0,14	22,88
			Ужин																		
11	у	ГП	Йогурт в мелкоштучной упаковке	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	150	35,91	12,93	53,08	191,17	203,06	232,55	37,91	344,38	1,33	14,52	45,38	57,12	0,30	0,11	0,37	0,33	26,38
11	у	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
11	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
11	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	480	43,07	16,11	91,15	356,76	419,60	358,40	70,43	494,94	3,01	15,48	53,38	62,00	1,99	0,42	0,61	0,33	48,48
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2125	102	126	290	1920	2448	1211	353	1581	15	145	112	366	55	1	2	2	269
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		188,68	210,38	111,16	106,66	407,95	134,55	176,26	197,67	145,44	144,55	562,24	18,31	109,69	119,69	194,46	21,25	53,84
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	160	8,92	10,08	32,43	256,12	277,29	177,63	86,30	227,06	2,41	13,79	4,82	36,14	0,83	0,17	0,26	0,11	17,85
12	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	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	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
12	из		**Итого завтрак:**	402	13,23	16,30	53,84	383,24	328,94	265,66	96,68	295,30	3,52	14,59	7,64	39,89	0,90	0,20	0,31	0,27	31,38
			2 завтрак																		
12	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
12	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
12	о	35	Салат из соленых (свежих) помидоров с луком	60	0,72	3,65	2,86	47,03	152,22	10,17	11,21	18,79	0,52	1,30	0,25	13,13	6,08	0,03	0,02	0,00	17,88
12	о	56	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	6,46	5,66	16,79	121,16	475,00	19,81	29,48	102,20	1,54	42,03	0,84	46,72	8,77	0,10	0,10	0,04	41,33
12	о	82	Рыба тушеная в томате с овощами	80	8,00	3,11	4,87	139,33	215,44	22,17	29,12	114,49	0,54	65,30	7,12	308,82	0,81	0,05	0,05	0,10	50,62
12	о	95	Картофельное пюре	130	2,68	3,44	17,36	150,62	348,53	31,73	24,65	72,71	0,89	6,47	0,65	32,92	8,98	0,10	0,09	0,05	6,18
12	о	119	Компот из свежемороженой ягды (клюква)	180	0,14	0,08	16,87	68,76	15,40	4,71	1,22	2,78	0,12	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,38
12	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
12	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
12	ио		**Итого обед:**	685	21,87	16,59	86,51	615,15	1293,34	104,09	113,27	374,63	5,05	115,90	19,63	405,21	25,84	0,37	0,29	0,19	116,38
			Полдник																		
12	п	111	Чай с сахаром	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
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	6,77
12	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
12	ип		**Итого полдник:**	350	7,95	4,72	55,88	233,35	316,83	28,98	61,37	111,78	1,86	46,73	6,34	156,51	10,21	0,09	0,11	0,17	9,47
			Ужин																		
12	у	64	Жаркое по-домашнему	150	10,90	9,87	19,25	184,68	592,36	22,67	40,94	150,74	2,21	9,14	0,33	70,40	9,50	0,13	0,13	0,00	130,93

12	у	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
12	у	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
12	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
12	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	460	15,20	10,53	77,56	429,25	729,48	97,08	90,27	292,06	6,66	10,10	8,31	74,75	29,65	0,20	0,17	0,00	131,65
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2097,00	64,05	53,14	281,79	1761,20	2820,59	735,81	389,59	1253,76	17,30	205,31	45,92	716,37	68,00	0,94	1,21	0,63	306,47
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		118,60	88,57	107,96	97,84	470,10	81,76	194,79	156,72	172,99	205,31	229,60	35,82	136,00	104,61	121,25	6,32	61,29

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.
			3 неделя																		
			Среда																		
			Завтрак																		
13	з	19	Запеканка творожная со сгущеным молоком	200	6,86	6,96	28,38	234,30	255,78	176,52	31,82	206,80	0,86	11,62	12,79	50,61	1,23	0,10	0,20	0,07	13,51
13	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	11,64
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:**	422	14,01	15,45	53,32	388,15	425,45	369,24	55,22	354,56	1,57	20,49	17,40	74,90	1,79	0,17	0,36	0,23	31,28
			2 завтрак																		
13	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
13	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
13	о	42	Салат с кальмарами "Морской" с яблоком	50	7,29	3,83	5,88	87,06	219,80	26,83	25,61	104,57	1,25	48,59	7,28	191,88	0,66	0,09	0,07	0,21	5,32
13	о	48	Суп из овощей со сметаной и мясом	180	3,82	4,11	8,98	86,79	315,18	23,55	20,25	62,86	0,89	4,53	0,24	31,25	7,00	0,06	0,06	0,03	87,63
13	о	59	Тефтели из говядины	80	21,06	24,47	25,50	156,86	310,76	23,56	31,13	216,06	2,96	8,40	4,07	74,93	1,36	0,09	0,15	0,11	7,80
13	о	85	Капуста тушеная	150	4,05	3,47	17,39	146,43	248,53	89,65	34,49	70,28	1,29	6,00	0,79	27,35	35,58	0,06	0,08	0,07	71,10
13	о	113	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	21,56	133,33	13,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,22	0,33	0,38	34,09	0,05
13	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
13	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
13	ио		**Итого обед:**	715	40,10	36,54	107,07	698,73	1194,53	179,09	129,07	517,41	7,84	68,31	23,15	329,04	66,82	0,71	0,76	34,50	171,90
			Полдник																		
13	п	ГП	Кондитерское изделие (пряник)	58	3,25	2,90	44,25	256,36	0,00	4,64	3,48	24,36	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00
13	п	109	Чай с молоком	200	1,62	1,31	14,48	75,74	87,75	68,27	9,85	52,85	0,51	4,91	1,09	10,91	0,35	0,02	0,08	0,00	8,36
13	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
13	ип		**Итого полдник:**	358	6,37	4,71	79,73	423,60	265,75	80,91	55,33	105,21	1,46	4,96	2,09	13,11	10,35	0,09	0,13	0,00	10,76
			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	180	8,12	7,53	34,10	236,82	64,37	103,06	11,03	93,88	0,85	0,70	1,58	10,88	0,03	0,07	0,05	0,19	34,92
13	у	111	Чай с сахаром	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
13	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
13	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	480	13,15	12,80	72,65	396,29	260,24	134,77	40,21	178,23	3,31	8,07	9,79	24,24	20,70	0,18	0,13	0,19	251,31
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2175,00	79,30	74,12	322,01	1987,99	2380,45	985,76	305,41	1319,85	14,36	118,47	56,13	478,25	100,74	1,20	1,64	34,93	476,33
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		146,85	123,53	123,38	110,44	396,74	109,53	152,71	164,98	143,63	118,47	280,66	23,91	201,49	133,17	163,74	349,27	95,27

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.
			3 неделя																		
			Четверг																		
			Завтрак																		
14	з	11	Каша ячневая молочная жидкая с фруктами	150	5,47	5,63	21,51	188,57	192,98	121,66	30,47	133,09	0,82	9,62	2,51	25,41	0,92	0,10	0,14	0,05	10,30
14	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	20,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,00
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	24,96
14		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
14	из		**Итого завтрак:**	400	12,25	10,04	37,68	318,91	270,60	148,80	40,51	220,65	2,35	17,62	15,11	49,12	1,06	0,15	0,30	0,93	36,32
			2 завтрак																		
14	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
14	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
14	о	40	Салат «Сытный» (из кукурузы с яйцом и огурчиками)	60	2,37	53,99	2,99	58,68	124,13	25,05	13,93	56,37	0,77	11,85	4,00	24,36	5,72	0,03	0,08	0,31	68,34
14	о	47	Щи с курицей со сметаной	180	6,19	7,12	6,72	115,11	284,76	34,53	19,45	75,51	0,90	4,37	3,28	48,88	9,29	0,05	0,07	0,03	60,22
14	о	69	Гуляш из говядины или субпродуктов	70	14,92	13,45	3,11	145,60	217,75	7,91	17,34	140,68	2,02	5,47	0,09	48,22	0,17	0,04	0,10	0,00	8,93
14	о	100	Макаронные изделия отварные (вермишель)	130	4,59	3,25	28,43	136,82	46,20	8,31	6,15	34,59	0,62	0,58	0,04	9,05	0,00	0,05	0,02	0,06	4,68
14	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
14	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
14	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
14	ио		**Итого обед:**	675	32,36	78,48	89,82	629,30	760,02	131,12	76,16	374,23	5,85	23,08	18,18	134,13	15,19	0,26	0,31	0,39	146,96
			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	200	0,17	0,09	9,20	87,78	21,68	5,15	3,00	5,59	0,49	0,01	0,02	0,59	1,10	0,00	0,01	0,00	0,26
14	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
14	ип		**Итого полдник:**	350	6,41	6,23	63,50	382,68	268,08	31,75	52,80	86,99	1,87	0,06	1,02	2,79	11,10	0,11	0,10	0,00	13,46
			Ужин																		
14	у	41	Салат из морской капусты с яйцом	60	1,77	4,38	2,45	56,27	125,50	23,80	7,66	28,80	0,45	2,73	2,31	9,75	7,88	0,02	0,04	0,18	5,29
14	у	77	Бигус с мясом птицы (индейки)	150	12,98	3,17	10,27	150,95	366,60	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	200	0,25	0,18	22,09	90,24	77,79	14,05	7,01	18,18	0,32	0,23	0,25	3,89	20,80	0,01	0,01	0,00	2,65
14	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
14	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	460	18,60	8,33	61,20	379,25	636,79	112,01	85,64	212,56	3,28	10,30	20,42	89,21	52,31	0,15	0,15	0,18	47,06
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2085,00	75,29	107,69	261,44	1791,37	2169,97	645,44	280,68	1058,86	13,54	67,68	58,43	312,21	80,75	0,73	1,11	1,50	254,89
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		139,42	179,49	100,17	99,52	361,66	71,72	140,34	132,36	135,36	67,68	292,15	15,61	161,50	81,03	110,66	14,98	50,98
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	200	6,42	6,32	22,49	202,42	193,97	171,45	38,58	179,74	0,83	12,75	7,77	41,43	0,79	0,11	0,20	0,04	28,03
15	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	11,64
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:**	422	13,84	14,65	47,55	339,24	378,67	365,52	66,42	334,34	1,78	21,63	12,39	63,13	1,34	0,18	0,36	0,20	45,81
			2 завтрак																		
15	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
15	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,80	5,00	8,00	100,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
15	о	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
15	о	45	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	3,86	3,31	11,64	100,44	316,36	26,05	22,23	63,48	1,16	5,36	0,37	30,54	7,27	0,05	0,06	0,03	62,19
15	о	78	Зразы из мяса птицы с луком и яйцом	70	11,85	4,20	6,41	110,26	161,32	26,64	37,78	102,86	0,95	5,52	11,90	61,38	1,01	0,05	0,08	0,22	9,34
15	о	92	Рис отварной с тушеными овощами	150	5,97	3,39	60,62	196,74	75,71	7,19	39,15	118,50	0,79	1,11	12,00	39,70	0,00	0,05	0,03	0,05	10,90
15	о	116	Компот из кураги	180	0,83	0,10	16,87	71,22	242,54	24,12	15,53	21,59	0,50	0,00	0,00	0,00	0,27	0,01	0,00	0,00	23,79
15	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
15	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
15	ио		**Итого обед:**	695	26,87	11,72	124,20	572,93	952,89	111,64	139,60	382,62	5,15	12,79	35,04	135,24	9,76	0,25	0,21	0,30	106,94
			Полдник																		
15	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	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	14,16
15	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
15	ип		**Итого полдник:**	350	7,84	8,20	74,00	449,25	225,27	89,98	77,33	165,19	4,08	2,81	8,03	14,17	28,98	0,07	0,12	0,24	16,56
			Ужин																		
15	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
15	у	81	Рыба по-польски	150	26,18	14,10	11,03	205,60	438,32	97,11	70,28	368,22	2,00	176,30	30,53	804,80	0,40	0,15	0,30	1,20	35,61
15	у	110	Чай без сахара	200	0,11	0,08	0,04	0,84	12,35	2,61	2,30	4,31	0,43	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,18
15	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
15	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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	иу		**Итого ужин:**	460	30,37	14,84	38,35	294,23	587,79	124,87	93,48	436,15	3,85	177,26	38,51	809,15	1,62	0,23	0,34	1,20	36,51
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2127,00	84,72	54,41	292,10	1755,85	2296,62	932,01	404,83	1498,30	15,06	232,49	97,96	1061,70	43,10	0,81	1,38	1,94	223,42
			Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		156,89	90,68	111,92	97,55	382,77	103,56	202,41	187,29	150,61	232,49	489,82	53,09	86,21	89,49	137,77	19,37	44,68
			Среднее значение по 3-ей неделе завтрак		66,05	73,89	220,27	1838,04	1673,37	1317,61	289,40	1429,37	11,42	95,87	72,74	287,74	5,99	0,79	1,71	3,15	265,63
			Среднее значение по 3-ей неделе 2 завтрак		28,82	24,69	41,53	458,04	924,96	1163,52	135,16	868,86	0,98	87,26	19,39	193,92	6,38	0,36	1,52	0,00	74,98
			Среднее значение по 3-ей неделе обед		149,68	220,31	511,58	3250,22	5337,33	719,43	607,39	2094,95	31,71	290,32	122,89	1156,26	157,05	1,91	1,84	35,54	601,56
			Среднее значение по 3-ей неделе уплотненный полдник		40,30	34,09	333,18	1814,11	1545,78	482,30	321,05	705,03	10,58	73,84	25,45	237,39	71,75	0,51	0,80	0,54	73,13
			Среднее значение по 3-ей неделе за день		405,24	415,59	1447,47	9216,19	12115,34	4509,97	1733,02	6712,15	74,80	768,50	370,89	2934,66	347,44	4,75	7,28	41,12	1530,31

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		К, 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	150	4,89	4,06	15,66	178,78	176,28	144,92	18,11	115,18	0,30	10,85	2,39	26,23	0,70	0,05	0,17	0,02	8,75
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	24,96
16	з	23	Бутерброд с маслом (25/5)	30	1,94	3,49	12,36	77,70	20,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	5,40
16	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
16	из		**Итого завтрак:**	400	13,38	13,03	40,01	379,69	323,82	232,33	34,91	247,70	1,97	23,13	15,73	59,19	1,02	0,12	0,39	0,96	42,14
			2 завтрак																		
16	2з	105	Кисломолочный напиток	200	4,99	5,01	6,76	90,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
16	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	4,99	5,01	6,76	90,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
16	о	37	Винегрет овощной	60	0,85	3,64	5,17	56,71	143,10	13,29	13,26	27,21	0,47	2,38	0,16	17,42	2,60	0,03	0,03	0,00	86,66
16	о	44	Суп с домашней лапшой и мясом птицы	180	6,46	5,99	12,73	130,00	320,68	14,14	19,22	78,91	1,00	4,04	3,21	52,49	4,83	0,07	0,07	0,03	47,78
16	о	73	Суфле из печени (мяса)	70	10,58	4,40	11,02	125,26	157,33	33,78	12,68	150,49	3,24	40,40	19,30	108,85	6,71	0,13	0,92	0,07	1007,07
16	о	86	Рагу из овощей	150	2,62	6,65	14,73	148,80	304,27	33,02	30,69	61,73	1,07	22,04	0,52	32,77	22,80	0,07	0,07	0,13	200,82
16	о	114	Напиток из шиповника	180	0,00	0,09	24,93	99,72	191,62	29,56	20,36	23,49	1,14	0,00	0,00	0,00	1,44	0,01	0,02	0,00	0,00
16	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
16	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
16	ио		**Итого обед:**	695	24,38	21,43	96,34	648,75	1203,75	139,29	113,82	405,48	8,35	69,65	33,96	215,16	38,38	0,39	1,14	0,22	1342,34
			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	200	0,22	0,00	31,03	156,78	0,00	49,26	28,42	77,68	3,03	0,00	0,00	0,00	18,95	0,00	0,00	0,00	0,00
16	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
16	ип		**Итого полдник:**	350	7,98	4,58	77,86	352,79	295,98	73,71	85,97	182,29	4,15	46,73	6,34	156,51	29,12	0,09	0,10	0,17	9,17
			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	150	21,33	22,87	18,78	206,18	370,32	21,79	41,25	235,80	3,42	11,86	1,41	88,02	8,00	0,14	0,21	0,22	36,65
16	у	111	Чай с сахаром	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
16	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
16	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	450	25,71	27,02	56,58	367,71	583,93	47,76	67,95	309,65	5,70	13,90	9,59	103,24	13,07	0,23	0,26	0,22	53,72
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2095,00	76,45	71,06	277,55	1839,14	2559,48	733,09	330,64	1325,13	20,37	171,39	69,62	574,11	82,98	0,91	2,22	1,57	1464,97
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		141,57	118,44	106,34	102,17	426,58	81,45	165,32	165,64	203,70	171,39	348,10	28,71	165,96	101,61	222,42	15,68	292,99

День	Прием пищи	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
					Б	Ж	У		К, 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"	170	5,46	4,72	22,41	153,97	194,89	139,10	35,30	141,16	0,75	10,69	3,68	28,64	0,67	0,08	0,17	0,03	9,29
17	з	22	Бутерброд с повидлом или джемом (25/5)	30	1,93	0,30	15,90	73,08	20,85	5,60	3,95	17,15	0,30	0,96	1,80	4,35	0,12	0,03	0,01	0,00	1,00
17	з	108	Какао с молоком	200	3,35	2,66	14,07	113,61	153,49	120,97	18,57	95,89	0,38	8,95	1,99	22,69	0,59	0,03	0,14	0,00	5,98
17	из		**Итого завтрак:**	400	10,73	7,68	52,38	340,66	369,23	265,67	57,82	254,19	1,42	20,60	7,47	55,68	1,37	0,14	0,32	0,03	16,27
			2 завтрак																		
17	2з	105	Кисломолочный напиток	200	4,99	5,01	6,76	90,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
17	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	4,99	5,01	6,76	90,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
17	о	39	Салат "Полевой"	50	1,08	3,70	7,30	66,68	227,52	10,81	15,68	32,50	0,49	2,66	0,13	20,80	3,76	0,04	0,03	0,00	96,37
17	о	53	Суп с пшеном и мясом	180	3,46	4,74	7,59	85,58	152,47	8,26	14,26	50,39	0,69	2,42	0,23	19,80	1,85	0,05	0,03	0,00	45,29
17	о	74	Голень куриная запеченная	70	18,81	22,22	0,44	145,18	177,12	15,49	17,23	157,99	1,53	3,87	12,32	125,84	0,79	0,06	0,13	0,00	19,01
17	о	87	Овощи на пару	130	3,20	10,05	7,78	133,74	281,76	37,18	30,27	68,06	1,60	36,93	0,58	23,21	54,12	0,11	0,12	0,00	555,23
17	о	117	Компот из изюма и кураги	180	0,60	0,08	18,02	75,00	179,96	18,13	10,87	20,34	0,49	0,06	0,05	17,49	0,14	0,02	0,01	0,00	12,02
17	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
17	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
17	ио		**Итого обед**	665	31,03	41,45	68,90	594,44	1105,58	105,37	105,90	392,93	6,23	46,75	24,06	210,76	60,66	0,35	0,36	0,00	727,91
			Полдник:																		
17	п	113	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	21,56	133,33	13,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,22	0,33	0,38	34,09	0,05
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	9,39
17	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40

17	ип		**Итого полдник:**	350	6,07	5,62	72,38	377,34	248,87	28,92	48,65	71,43	1,12	2,66	4,27	13,84	32,25	0,42	0,47	34,22	11,84
			Ужин																		
17	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
17	у	57	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	4,06	2,32	11,70	143,43	319,69	19,54	25,65	79,48	0,82	60,18	2,72	123,62	6,25	0,08	0,06	0,05	35,13
17	у	112	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	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
17	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	460	8,18	3,05	51,87	283,15	468,81	47,76	48,34	147,24	2,33	61,15	10,72	130,00	8,63	0,16	0,10	0,05	36,63
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2075,00	61,00	62,80	252,30	1685,79	2344,49	687,72	288,70	1045,80	11,31	149,16	50,53	450,28	104,31	1,15	1,59	34,31	810,24
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		112,97	104,67	96,67	93,65	390,75	76,41	144,35	130,72	113,10	149,16	252,65	22,51	208,63	128,22	159,07	343,08	162,05
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	160	4,52	4,19	19,92	206,08	166,24	130,64	18,86	110,11	0,50	9,55	4,53	21,27	0,63	0,05	0,16	0,03	9,94
18	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	83,50	6,55	61,06	0,37	0,80	2,82	3,75	0,03	0,03	0,04	0,16	11,64
18	з	107	Кофейный напиток с молоком	200	3,67	2,49	14,21	97,07	151,02	122,55	23,75	103,86	0,65	8,95	1,99	19,89	0,59	0,03	0,14	0,00	5,99
18	из		**Итого завтрак:**	402	12,31	12,76	46,49	392,94	348,06	336,68	49,15	275,03	1,52	19,30	9,34	44,90	1,24	0,12	0,33	0,19	27,56
			2 завтрак																		
18	2з	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
18	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
			Обед																		
18	о	32	Икра кабачковая или баклажанная	50	0,55	0,05	2,05	10,85	98,77	6,60	3,92	14,79	0,18	0,88	0,13	6,16	1,00	0,01	0,02	0,00	0,36
18	о	52	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	4,22	4,21	13,08	175,66	369,47	19,14	21,94	76,74	1,01	4,54	1,54	30,56	5,48	0,07	0,07	0,03	54,20
18	о	61	Биточки из говядины и свинины	70	12,12	12,65	13,56	152,48	128,77	28,67	12,42	136,12	1,59	5,02	1,73	31,30	0,10	0,18	0,11	0,00	1,06
18	о	89	Овощи тушеные в сметанном соусе	130	2,71	17,60	11,00	182,48	443,81	45,58	29,44	60,38	1,31	21,68	0,79	30,58	15,57	0,08	0,09	0,02	35,47
18	о	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
18	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
18	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
18	ио		**Итого обед:**	665	23,59	35,24	81,71	667,81	1140,66	119,49	86,34	354,05	5,63	32,93	14,96	102,22	23,18	0,43	0,32	0,04	91,46
			Полдник																		
18	п	120	Напиток лимонный	200	0,45	0,08	12,75	79,85	35,45	9,33	2,71	4,98	0,16	0,02	0,09	2,29	4,16	0,01	0,00	0,00	0,31
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	115,51
18	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
18	ип		**Итого полдник:**	350	4,84	3,85	50,87	350,16	281,14	29,74	55,99	68,55	1,23	16,00	3,06	21,21	14,62	0,09	0,09	0,11	118,22
			Ужин																		
18	у	31	Подгарнировка из свежих (соленых) огурцов	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
18	у	67	Фрикадельки мясные тушеные в соусе	150	16,80	16,17	5,03	224,55	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	200	0,19	0,13	9,05	37,34	20,85	4,54	3,83	7,18	0,74	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,30
18	у	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
18	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	455	20,69	16,90	38,40	341,07	429,47	47,96	44,68	234,43	4,52	53,86	10,04	59,85	1,78	0,12	0,18	0,23	22,40
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2072,00	67,09	73,38	226,70	1833,21	2433,81	755,63	261,74	1096,49	13,08	138,72	41,10	265,14	41,92	0,82	1,18	0,57	270,73
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		124,25	122,29	86,86	101,84	405,63	83,96	130,87	137,06	130,82	138,72	205,51	13,26	83,83	91,22	117,91	5,70	54,15
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	20,50	6,06	3,50	17,56	0,28	0,80	1,54	3,75	0,00	0,03	0,01	0,07	5,40
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	24,96
19	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

19	из		**Итого завтрак:**	400	13,78	13,83	44,27	374,93	355,85	255,53	44,83	279,65	1,75	25,05	18,15	70,18	1,12	0,12	0,42	0,97	44,62
			2 завтрак																		
19	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
19	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
19	о	37	Винегрет овощной	60	0,85	3,64	5,17	56,71	143,10	13,29	13,26	27,21	0,47	2,38	0,16	17,42	2,60	0,03	0,03	0,00	86,66
19	о	54	Суп картофельный с макаронными изделиями, с говядиной тушеной	180	4,13	4,67	8,94	82,77	168,98	9,43	11,99	50,81	0,74	2,58	0,12	22,29	2,05	0,04	0,04	0,05	49,04
19	о	84	Котлеты рыбные	80	10,99	2,68	7,92	119,31	232,75	38,58	32,67	152,52	0,71	81,43	10,86	376,18	0,18	0,07	0,09	0,26	7,30
19	о	97	Рис отварной	130	5,18	2,94	52,54	257,17	65,61	6,23	33,93	102,70	0,68	0,96	10,40	34,41	0,00	0,05	0,03	0,05	9,45
19	о	115	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	24,71	100,35	0,27	43,68	1,86	3,79	0,08	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	13,20
19	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
19	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
19	ио		**Итого обед:**	705	25,41	14,58	127,05	704,58	697,46	126,71	111,31	400,68	4,13	88,15	32,31	453,92	4,85	0,26	0,22	0,35	165,65
			Полдник																		
19	п	128	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени или мяса	50	12,32	7,45	29,02	231,17	162,52	16,80	14,00	153,93	3,41	39,74	19,51	105,93	6,41	0,16	0,87	0,15	963,84
19	п	123	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	0,18	0,00	20,52	90,00	0,00	46,80	27,00	73,80	2,88	0,00	0,00	0,00	18,00	0,00	0,00	0,00	0,00
19	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
19	ип		**Итого полдник:**	350	14,00	7,95	70,54	412,67	340,52	71,60	83,00	255,73	6,89	39,79	20,51	108,13	34,41	0,20	0,92	0,15	966,24
			Ужин																		
19	у	91	Запеканка овощная	200	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
19	у	122	Кисель из свежемороженной ягоды	200	0,25	0,18	22,09	90,24	77,79	14,05	7,01	18,18	0,32	0,23	0,25	3,89	20,80	0,01	0,01	0,00	2,65
19	у	ГП	Печенье злаковое	58	4,06	13,34	53,36	146,74	0,00	4,64	3,48	24,36	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00
19	у	ГП	Хлеб пшеничный	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
19	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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:**	508	8,39	14,18	102,73	324,77	214,91	43,83	31,40	106,17	2,09	1,19	8,23	8,24	22,00	0,11	0,04	0,00	3,37
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого за день:	2163,00	67,47	56,00	351,63	1912,15	1760,74	737,67	298,53	1222,24	15,06	172,19	83,20	680,48	63,77	0,77	1,94	1,46	1197,48
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
			Процент удовлетворения суточной потребности:		124,94	93,33	134,72	106,23	293,46	81,96	149,27	152,78	150,63	172,19	416,00	34,02	127,54	85,75	194,20	14,64	239,50
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	170	35,91	12,93	53,08	191,17	203,06	232,55	37,91	344,38	1,33	14,52	45,38	57,12	0,30	0,11	0,37	0,33	26,38
20	з	24	Бутерброд с маслом и сыром (25/5/12)	42	4,12	6,09	12,36	89,79	30,80	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	200	1,62	1,31	14,48	75,74	87,75	68,27	9,85	52,85	0,51	4,91	1,09	10,91	0,35	0,02	0,08	0,00	8,36
20	из		**Итого завтрак:**	412	41,65	20,33	79,92	356,70	321,61	384,31	54,30	458,29	2,21	20,23	49,29	71,78	0,68	0,16	0,49	0,49	47,97
			2 завтрак																		
20	2з	105	Кисломолочный напиток	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
20	и2з		**Итого 2 завтрак:**	200	5,88	5,45	7,05	95,20	152,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	40,00	1,40	0,08	0,34	0,00	17,60
			Обед																		
20	о	30	Овощи консервированные или свежие, или лечо	60	0,48	0,06	0,90	6,00	70,22	12,14	7,31	12,53	0,31	0,00	0,00	0,00	1,20	0,01	0,01	0,00	0,72
20	о	55	Суп картофельный с клецками и мясом	180	4,66	4,04	14,45	111,08	244,85	12,38	15,65	61,26	0,88	3,54	1,33	26,97	3,37	0,06	0,06	0,08	49,43
20	о	75	Бефстроганов из мяса птицы	70	10,65	7,31	4,52	156,07	138,40	16,16	36,62	83,35	0,73	3,62	9,16	57,91	1,13	0,04	0,04	0,00	3,26
20	о	93	Картофель запеченый из отварного с зеленым горошком	130	3,04	4,46	22,62	168,20	310,66	19,89	36,86	85,31	1,27	7,36	0,42	50,03	11,82	0,13	0,10	0,08	219,04
20	о	114	Напиток из шиповника	180	0,00	0,09	24,93	99,72	191,62	29,56	20,36	23,49	1,14	0,00	0,00	0,00	1,44	0,01	0,02	0,00	0,00
20	о	ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,30	14,75	43,03	23,25	5,00	3,50	16,25	0,28	0,80	1,50	3,63	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00
20	о	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,02	45,24	63,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00
20	ио		**Итого обед:**	675	22,72	16,62	95,18	629,33	1042,50	105,63	134,40	329,59	5,77	15,32	21,67	138,54	18,96	0,33	0,25	0,16	272,45
			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	14,16
20	п	106	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	81,22	234,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	36,96	1,09	0,06	0,25	0,00	11,09
20	п	ГП	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	91,50	178,00	8,00	42,00	28,00	0,60	0,05	1,00	2,20	10,00	0,04	0,05	0,00	2,40
20	ип		**Итого полдник:**	350	13,29	12,82	52,21	373,69	459,75	262,48	74,49	251,93	1,24	19,44	11,73	51,13	11,13	0,14	0,37	0,24	27,65
			Ужин																		
20	у	58	Суп-уха	180	7,95	2,36	11,29	158,07	200,90	23,55	35,80	129,03	0,81	60,70	6,97	290,95	4,27	0,08	0,07	0,09	34,99
20	у	129	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным или картофельным фаршем	50	2,40	3,98	18,85	154,58	97,81	18,80	7,64	33,59	0,49	15,68	2,04	8,91	4,66	0,04	0,03	0,12	6,37
20	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
20	у	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,68	30,16	39,00	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	у	ГП	Кондитерское изделие (пастила)	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	ну		**Итого ужин:**	450	11,77	6,65	47,83	379,44	348,27	51,71	54,75	197,81	2,46	76,38	15,19	299,85	8,95	0,16	0,13	0,21	41,43		
			Норма соли на весь день	**5 г.**	0,00	0,12	0,00	0,00	0,37	16,19	0,96	3,26	0,13	176,00	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	3,00	7,50	6,25	0,00	0,00	5,00	0,00	1000,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Итого за день:	2087	95,30	61,87	282,20	1834,35	2324,13	1044,13	345,93	1417,61	11,88	149,37	101,88	601,30	41,12	0,86	1,58	1,09	407,10		
			Суточная потребность:		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00		
			Процент удовлетворения суточной потребности:		176,48	103,11	108,12	101,91	387,36	116,01	172,96	177,20	118,76	149,37	509,40	30,06	82,23	95,41	157,78	10,93	81,42		
			Среднее значение по 4-ой неделе завтрак		91,85	67,63	263,07	1844,92	1718,57	1474,52	241,00	1514,86	8,86	108,30	99,98	301,73	5,43	0,65	1,95	2,65	178,56		
			Среднее значение по 4-ой неделе 2 завтрак		27,41	25,54	36,86	452,02	842,48	1181,76	137,58	884,43	0,99	88,63	19,70	196,96	6,69	0,38	1,61	0,00	81,49		
			Среднее значение по 4-ой неделе обед		127,13	129,32	469,18	3244,91	5189,96	596,49	551,76	1882,73	30,12	252,79	126,97	1120,60	146,03	1,77	2,29	0,77	2599,79		
			Среднее значение по 4-ой неделе уплотненный полдник		46,18	34,82	323,86	1866,66	1626,25	466,45	348,08	829,93	14,63	124,62	45,91	350,83	121,52	0,93	1,95	34,88	1133,13		
			Среднее значение по 4-ой неделе за день		367,31	325,11	1390,38	9104,64	11422,66	3958,23	1525,54	6107,26	71,70	780,83	346,33	2571,30	334,09	4,52	8,51	39,00	4150,51		

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

		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.**
Итого за 20 дней		1526,93	1464,84	5639,93	36670,56	48477,32	16805,72	6569,12	25828,13	303,09	3107,42	1336,38	10948,63	1311,46	19,18	32,08	192,92	10609,26
Среднее значение		76,35	73,24	282,00	1833,53	2423,87	840,29	328,46	1291,41	15,15	155,37	66,82	547,43	65,57	0,96	1,60	9,65	530,46
Соотношение Б:Ж:У		1,00	0,96	3,85														
Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
Процент удовлетворения суточной потребности		141,38	122,07	108,04	101,86	403,98	93,37	164,23	161,43	151,55	155,37	334,10	27,37	131,15	106,57	160,39	96,46	106,09
	%	100																
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах	1,00	54,00	60,00	261,00	1800,00	600,00	900,00	200,00	800,00	10,00	100,00	20,00	2000,00	50,00	0,90	1,00	10,00	500,00
Норма соли на весь день	5 г.																	