



Прим. виши	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин					Минеральные вещества, мг						
				белок	жир	углеводы		А,мг	В1,мг	В2,мг	С,мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				

Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки	
17,5	1,50	4,90	0,56	82,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,87	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
200	12,13	11,13	52,36	119,46	0,00	0,23	0,21	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	1,87	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
20	4,40	1,74	20,80	151,20	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
180	0,06	0,18	9,81	66,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,80	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
200	0,00	6,80	9,40	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	240,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>	<b>6,02</b>	<b>6,80</b>	<b>9,40</b>	<b>120,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>240,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки	
190	0,96	6,07	7,61	70,00	107,25	0,04	0,03	8,28	19,00	6,04	0,00	0,00	10,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
278	8,52	8,62	47,27	148,80	119,29	0,05	0,01	0,49	27,92	10,44	0,00	0,00	17,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
100	13,33	23,64	11,74	313,33	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	0,00	0,00	13,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
180	3,67	5,76	24,51	107,80	28,86	0,16	0,12	21,80	14,37	33,30	0,00	0,00	10,91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
45	2,92	0,52	14,45	77,43	0,00	0,00	0,04	0,00	19,37	20,22	0,00	0,00	64,80	1,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
35	2,92	0,43	27,87	112,54	0,00	0,00	0,02	0,00	9,60	6,72	0,00	0,00	31,20	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
200	0,66	0,10	3,20	127,60	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	0,00	0,00	17,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
15	1,80	0,30	14,53	85,40	0,00	0,00	0,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
120	1,08	0,12	11,40	53,90	0,00	0,05	0,10	12,00	24,00	19,20	0,00	0,00	40,80	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>	<b>10,81</b>	<b>31,50</b>	<b>45,56</b>	<b>1133,47</b>	<b>297,27</b>	<b>0,50</b>	<b>0,50</b>	<b>45,92</b>	<b>182,69</b>	<b>144,52</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>779,48</b>	<b>9,71</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки		Итого за сутки	
50	6,40	9,6	17,6	194,4	72,9	1,6	0,4	1,08	149,2	7,6	0,00	0,00	88,2	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
200	4,08	3,54	17,58	118,00	24,40	0,06	0,18	1,38	182,22	21,74	0,00	0,00	124,56	0,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
140	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,01	0,02	10,00	16,00	9,00	0,00	0,00	11,00	2,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>	<b>10,88</b>	<b>13,54</b>	<b>47,28</b>	<b>359,40</b>	<b>97,30</b>	<b>1,69</b>	<b>0,60</b>	<b>12,66</b>	<b>417,42</b>	<b>17,94</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>224,76</b>	<b>4,18</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Применение	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
				белок	жир	углевод		А, мкг	В1, мг	В2, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2</b>																
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	41**	Каша из белковой крупы с морковью	100	1,30	3,25	9,45	60,30	263,75	0,07	0,00	17,08	24,97	1,08	28,30	0,47	
	180**	Фруктовый напиток жюлье 50/50	100	8,63	8,24	8,10	12,50	17,50	0,04	0,07	1,75	22,40	14,51	97,63	1,73	
	305**	Каша овсяная протертая	180	5,40	6,00	24,62	127,60	0,00	0,12	0,02	0,00	10,15	5,88	102,56	1,18	
	111	Хлеб ржаной пшеничный	20	1,97	0,25	9,74	40,53	0,00	0,04	0,03	0,00	13,06	1,64	43,70	1,69	
	111	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	67,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,90	5,40	26,00	0,44	
	111	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,95	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	13,00	1,40	
	213**	Икебана	100	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	14,00	0,60	
				<b>279</b>												
			Итого завтрак	<b>22,25</b>	<b>18,30</b>	<b>99,51</b>	<b>606,61</b>	<b>246,25</b>	<b>0,29</b>	<b>0,24</b>	<b>42,83</b>	<b>112,56</b>	<b>108,72</b>	<b>342,19</b>	<b>6,56</b>	
	<b>Обед 35% от суточной потребности потребления пищевых веществ</b>															
41**	Бойлоры свежие	100	1,1	0,2	4,8	22	33	0,06	0,04	17,5	14	26	0,9			
180**	Суп картофельный с капустой	250	2,56	4,99	18,76	143,78	21,05	0,01	0,08	4,78	33,4	23,55	72,23	1,18		
113**	Жюлье по рецепту (пюре) 50/50	250	10,00	21,12	14,52	197,50	0,00	0,29	0,31	36,50	37,75	72,11	258,11	3,30		
111	Хлеб ржаной пшеничный	43	2,92	0,52	14,45	71,44	0,00	0,06	0,04	0,00	10,35	10,25	63,80	1,61		
111	Хлеб пшеничный	86	5,70	0,75	28,58	117,60	0,00	0,00	0,05	0,00	10,00	7,00	52,50	0,55		
51-75**	Крокет из мясной фарша	200	0,30	0,10	8,44	53,35	5,00	0,01	0,01	24,00	9,50	8,56	8,11	0,46		
213**	Ассорти фруктов	140	0,56	0,12	14,42	63,80	0,00	0,04	0,05	7,00	26,60	16,80	22,40	3,22		
			<b>203</b>													
		Итого обед	<b>22,14</b>	<b>27,39</b>	<b>119,80</b>	<b>954,83</b>	<b>157,11</b>	<b>0,48</b>	<b>0,53</b>	<b>96,55</b>	<b>150,68</b>	<b>176,05</b>	<b>504,15</b>	<b>13,11</b>		
<b>Полдник 10% от суточной потребности потребления пищевых веществ</b>																
11**	Каша овсяная	15	3,48	4,45	9,00	54	39,00	0,00*	0,045	0,11	1,27,03	5,25	75,00	0,15		
132	Каша овсяная с яблоком 50/50	210	1,05	5,2	38,04	211,32	26,25	0,43	0,03	0,00	6,17	21,53	66,42	0,48		
111	Хлеб пшеничный	28	1,48	0,18	9,82	46,89	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22		
111	Хлеб ржаной пшеничный	18	1,02	0,18	6,04	25,62	0,00	0,05	0,02	0,00	6,76	7,06	22,01	0,56		
210**	Компот из фруктов в яблочном соке	130	0,14	0,14	28,09	102,60	0,00	0,00	0,02	0,81	12,76	4,67	3,96	0,83		
			<b>440</b>													
		Итого полдник	<b>9,77</b>	<b>10,17</b>	<b>77,99</b>	<b>440,43</b>	<b>65,25</b>	<b>0,60</b>	<b>0,12</b>	<b>0,92</b>	<b>101,69</b>	<b>41,26</b>	<b>100,99</b>	<b>2,26</b>		



Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг/сут.					
				белок	жир	углевод		А	В1	В2	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Вит. А: 25% от суточной потребности Вит. В1: 25% от суточной потребности Вит. В2: 25% от суточной потребности Вит. С: 25% от суточной потребности	1.14**	Желе в португальский	200	20,18	30,48	1,08	108,00	457,63	0,11	0,01	0,32	139,75	27,20	332,08	3,71		
	ТР№65	Желе в португальский с добавлением 185*30	215	6,95	6,27	33,03	138,00	14,84	0,99	0,96	2,39	233,16	31,66	190,03	0,63		
	П11	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,59	21,10	95,38	0,00	0,90	0,02	0,00	8,90	5,90	78,00	0,44		
	П12	Хлеб ржаной	34	2,05	3,40	28,16	139,40	0,00	0,90	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	С6.13**	Маринованный лук с яблоком	180	2,84	2,41	14,18	48,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,20	17,60	81,00	0,11		
	<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>				<b>44,96</b>	<b>44,07</b>	<b>69,34</b>	<b>964,32</b>	<b>570,47</b>	<b>0,27</b>	<b>1,13</b>	<b>4,88</b>	<b>504,10</b>	<b>75,06</b>	<b>629,11</b>	<b>4,90</b>	
	Обесп. 35% от суточной потребности витаминами	1.61**	Каша от гречихи с маслом	100	0,75	0	2,33	66	0	0,07	0,03	4,68	23,43	13,17	39,88	0,57	
		С6.2**	Резаные макароны с фаршем из свинины	250	1,8	4,92	19,93	102,8	168,25	0,05	0,05	10,68	49,73	26,13	44,6	1,25	
		ТР№41	1 хлеб пшеничный 50*50	100	4,18	6,08	4,67	1,50	12,00	0,05	0,12	1,78	15,91	20,90	158,42	2,30	
		С6.3**	Каша пшеничная вязкая	180	4,80	6,00	28,73	180,60	0,00	0,13	0,02	0,00	13,16	33,88	102,56	1,18	
		П1	Хлеб ржаной пшеничный	35	2,38	0,42	11,76	69,58	0,00	0,05	0,04	0,00	15,77	18,47	42,78	1,31	
		П12	Хлеб пшеничный	44	3,28	0,40	31,60	103,40	0,00	0,00	0,02	0,00	6,16	8,86	28,60	0,18	
		С6.7**	Каша от гречихи с яблоком	180	0,27	0,69	7,60	14,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,66	7,76	7,40	0,22	
		П11	Макаронный салат с яблоком	200	6,00	6,40	9,40	130,00	0,00	0,00	1,1	9,90	240,00	7,00	18,00	1,00	
		<b>ИТОГО ОБЕД</b>				<b>24,41</b>	<b>38,91</b>	<b>97,02</b>	<b>823,08</b>	<b>183,00</b>	<b>0,11</b>	<b>14,29</b>	<b>40,74</b>	<b>473,29</b>	<b>113,46</b>	<b>461,81</b>	<b>8,79</b>
Вит. А: 25% от суточной потребности Вит. В1: 25% от суточной потребности Вит. В2: 25% от суточной потребности Вит. С: 25% от суточной потребности		1.14**	Желе в португальский	200	13,70	9,20	9,86	326,9	44,95	0,07	0,07	0,05	168	14,03	133,53	1,42	
		ТР№65	Желе в португальский с добавлением 185*30	106	1,18	6,14	386	37,51	0,00	0,60	0,01	0,90	3,20	2,24	1,33	0,18	
		С6.4**	Макаронный салат с яблоком	180	0,60	9,01	9,01	49,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,86	1,26	2,52	0,21	
		С6.13**	Маринованный лук с яблоком	180	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,80	
		<b>ИТОГО ПОЛДНИК</b>				<b>19,25</b>	<b>26,65</b>	<b>66,77</b>	<b>597,47</b>	<b>44,95</b>	<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>5,08</b>	<b>206,06</b>	<b>30,47</b>	<b>151,85</b>	<b>4,70</b>

Проект пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Липиды, г	Витамины			Минеральные вещества, мг		
				белок	жир	углеводы			В1, мг	В2, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1 В ДЕНЬ 4**

<b>Витрас 125% от суточной потребности (пищевых веществ)</b>														
TR-N50	Рис отварной с овощами	180	1,10	6,12	4,87	77,09	66,67	0,03	0,61	18,50	17,75	17,45	11,83	0,83
TR-N50	Рис отварной	180	1,10	13,40	17,80	256,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TR-N50	Рис отварной с овощами	324	4,10	5,95	57,50	230,50	0,00	0,05	0,05	1,08	18,66	35,10	99,72	0,79
TR-N50	Хлеб ржаной цельнозерновой	80	2,03	0,56	16,08	51,60	0,00	0,05	0,00	0,00	15,52	14,12	45,21	1,13
TR-N50	Хлеб ржаной	80	2,96	0,06	21,10	95,38	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	36,60	0,44
TR-N50	Хлеб с отрубями	200	0,80	0,20	16,70	66,70	0,00	0,00	0,00	80,00	12,22	3,33	3,33	0,56
<b>Итого завитрак</b>		<b>650</b>	<b>23,00</b>	<b>26,59</b>	<b>102,25</b>	<b>744,98</b>	<b>164,67</b>	<b>0,14</b>	<b>0,17</b>	<b>99,58</b>	<b>62,13</b>	<b>75,60</b>	<b>266,10</b>	<b>3,72</b>

<b>Обед 35% от суточной потребности (пищевых веществ)</b>														
TR-N42	Рис отварной с овощами	100	4,67	9,38	7,19	131,00	18,30	0,02	0,07	5,77	101,70	22,98	1,28	1,28
TR-N42	Рис отварной	250	2,92	5,1	12	105	1,00	0,1	0,05	8,13	29,13	24,18	56,75	0,93
TR-N42	Рис отварной с овощами	100	10,60	6,00	16,64	101,00	0,00	0,07	0,08	6,52	29,53	64,00	144,00	1,38
TR-N42	Хлеб ржаной цельнозерновой	180	3,67	5,76	24,57	103,80	28,50	0,16	0,7	21,80	44,37	33,50	103,90	1,33
TR-N42	Хлеб ржаной	35	2,38	0,42	11,70	59,38	0,00	0,05	0,04	0,00	18,77	16,17	52,28	1,51
TR-N42	Хлеб с отрубями	48	5,55	0,43	23,57	112,84	0,00	0,00	0,02	0,00	9,68	6,72	31,20	0,53
TR-N42	Хлеб с отрубями	200	1,60	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
TR-N42	Хлеб с отрубями	100	0,40	0,10	9,80	47,00	0,00	0,01	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
<b>Итого обед</b>		<b>1017</b>	<b>28,79</b>	<b>27,49</b>	<b>125,49</b>	<b>822,42</b>	<b>197,06</b>	<b>0,44</b>	<b>0,41</b>	<b>50,32</b>	<b>319,92</b>	<b>184,64</b>	<b>413,86</b>	<b>10,23</b>

<b>Полдник</b>														
TR-N42	Рис отварной с овощами	100	1,17	1,66	29,60	31,1	1,18	0,08	0,14	0,22	2,84	18,9	1,97	0,98
TR-N42	Рис отварной	180	4,67	3,19	13,82	106,20	21,96	0,05	0,16	4,42	17,60	19,21	112,10	0,43
TR-N42	Хлеб ржаной	100	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	10,00	14,00	0,60
<b>Итого полдник</b>		<b>380</b>	<b>16,17</b>	<b>19,89</b>	<b>54,98</b>	<b>468,20</b>	<b>149,96</b>	<b>0,17</b>	<b>0,28</b>	<b>11,64</b>	<b>45,10</b>	<b>34,11</b>	<b>138,10</b>	<b>2,01</b>

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Витаминная			Минеральные вещества, мг/г																					
				белок	жир	углеводы		В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо																		
<b>Завтрак (25% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>																																
181**	181**	Салатик свежий	100	0,20	0,10	1,90	12,60	11,70	0,04	0,02	4,90	12,00	14,00	30,00	0,50																	
181**	181**	Котлеты домашние 95/5	100	1,35	23,64	11,74	412,33	42,62	0,18	0,12	0,62	15,96	20,63	30,00	0,60																	
201**	201**	Сырники открытые с сахаром	180	6,62	5,42	31,75	201,60	22,08	0,07	0,00	0,00	5,85	25,34	44,60	1,33																	
111	111	Чай сладкий	0	0,04	0,26	10,08	51,00	0,00	0,08	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13																	
111	111	Чай сладкий	86	3,70	0,45	21,55	117,35	12,75	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55																	
261**	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,06	0,00	0,03	0,03	0,88	1,56	2,52	0,21																	
231**	231**	Сдобышки свежие	100	0,49	0,40	9,80	47,00	0,06	0,03	0,02	10,00	10,00	9,00	11,00	2,30																	
<b>Итого завтрак: 600г</b>														<b>26,85</b>	<b>30,55</b>	<b>96,82</b>	<b>728,16</b>	<b>76,45</b>	<b>0,26</b>	<b>0,22</b>	<b>15,50</b>	<b>88,16</b>	<b>91,65</b>	<b>309,59</b>	<b>9,47</b>							
<b>Обед (35% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>																																
181**	181**	Суп диетический с говядиной	180	1,1	0,2	8	32	133	0,06	0,04	12,5	14	20	26	0,9																	
170**	170**	Пюре картофельное с горошком	250	2,50	3,28	16,5	147,50	121,50	0,25	0,08	6,83	42,68	55,58	88,10	2,05																	
111	111	Чай сладкий	250	2,80	23,90	141,1	149,00	227,50	0,11	0,17	2,24	24,25	33,61	278,99	3,51																	
111	111	Чай сладкий	80	0,80	2,18	18,80	71,84	0,00	0,06	0,04	0,00	18,92	19,76	63,29	1,58																	
281**	281**	Хлеб белый	200	0,60	0,20	15,30	65,28	98,60	0,08	0,00	0,00	14,25	9,75	0,00	0,90																	
<b>Итого обед: 630г</b>														<b>44,28</b>	<b>42,14</b>	<b>173,45</b>	<b>957,96</b>	<b>480,00</b>	<b>0,54</b>	<b>0,21</b>	<b>103,54</b>	<b>123,10</b>	<b>141,70</b>	<b>459,48</b>	<b>9,47</b>							
<b>Ужин</b>																																
181**	181**	Суп диетический с говядиной	180	1,213	11,15	47,56	49,40	0,00	0,22	0,21	0,19	157,72	47,97	304,63	2,09																	
180**	180**	Суп диетический с говядиной	200	3,80	5,00	8,00	100,00	40,00	0,08	0,04	1,01	240,00	28,30	180,00	0,20																	
<b>Итого ужин: 380г</b>														<b>17,93</b>	<b>16,13</b>	<b>65,56</b>	<b>249,40</b>	<b>40,00</b>	<b>0,31</b>	<b>0,25</b>	<b>104,54</b>	<b>267,72</b>	<b>76,27</b>	<b>384,63</b>	<b>2,29</b>							



Примечания	№ рецептуры	Назначение пищевого продукта	Масса порции, г				Выпеченный				Минеральные вещества/сут					
			белок	жир	углеводы	энергетическая ценность, ккал	Асф. кислоты	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1 # ДЕНЬ СЪЕДОГА</b>																
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)	45**	Каша из белково-овсяной смеси с морковью	100	1,50	3,25	6,45	60,10	203,73	0,02	0,10	1,08	24,97	15,08	28,50	0,17	
	ЛТК-У-11	Гречка и овсянка 50/50	100	4,15	6,08	4,67	130	12,00	0,05	0,12	1,78	1,01	20,90	138,42	2,50	
	30**	Каша овсяная с фруктами	180	5,29	6,03	24,62	172,60	0,00	0,13	0,02	0,00	1,013	35,88	103,56	1,18	
	111	Хлеб ржаной-пшеничный	51	2,11	0,57	10,42	52,95	0,00	0,05	0,03	0,00	1,00	14,59	46,72	1,16	
	111	Хлеб пшеничный	35	2,59	0,22	17,10	82,66	0,00	0,03	0,02	0,00	1,00	7,20	22,75	0,39	
	111	Хлеб житничный	180	0,96	0,60	18,00	57,80	0,00	0,01	0,01	1,60	12,80	12,60	12,60	1,26	
	231**	Белковый десерт	120	0,48	0,48	11,26	36,40	0,00	0,04	0,02	12,00	10,20	13,30	7,84	2,84	
				<b>216</b>	<b>0,48</b>	<b>17,10</b>	<b>93,10</b>	<b>614,21</b>	<b>215,75</b>	<b>0,20</b>	<b>0,23</b>	<b>14,16</b>	<b>101,27</b>	<b>109,35</b>	<b>384,55</b>	<b>9,49</b>
				<b>18,92</b>	<b>17,10</b>	<b>93,10</b>	<b>614,21</b>	<b>215,75</b>	<b>0,20</b>	<b>0,23</b>	<b>14,16</b>	<b>101,27</b>	<b>109,35</b>	<b>384,55</b>	<b>9,49</b>	
	<b>Итого завтрак</b>															
<b>Объем 35% от суточной потребности пищевых веществ</b>																
13**	Каша из белково-овсяной смеси с морковью	100	1,10	0,17	4,57	27,80	66,67	0,05	0,01	18,30	1,72	17,45	31,83	0,83		
66**	Пшеница и овсянка с яблоком и корицей 1:1	275	1,78	4,98	7,9	87,5	140,25	0,05	0,05	15,75	49,25	22,17	49	0,83		
ЛТК-У-10	Жареное мясо с овощами (картофель, лук, морковь)	250	10,00	11,12	23,52	107,50	0,00	0,20	0,31	36,10	37,75	32,11	358,11	5,30		
111	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,36	0,23	7,20	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	0,01	9,41	30,14	0,23		
111	Хлеб пшеничный	22	1,62	0,30	10,80	54,58	0,00	0,01	0,00	1,40	1,18	3,08	14,10	0,21		
230**	Копченое мясо с овощами (картофель, морковь)	200	0,16	0,16	23,88	114,00	0,00	0,00	0,02	0,00	14,18	5,14	4,40	0,24		
111	Мороженое 0,2 л 2% жирности (ванильный) стандарт	200	6,09	0,40	9,40	120,00	0,00	?	14	2,00	2,00	7,00	18,00	1,00		
			<b>1062</b>	<b>22,01</b>	<b>29,48</b>	<b>101,27</b>	<b>981,58</b>	<b>206,97</b>	<b>0,40</b>	<b>1,45</b>	<b>71,48</b>	<b>372,12</b>	<b>180,42</b>	<b>505,29</b>	<b>9,89</b>	
			<b>22,01</b>	<b>29,48</b>	<b>101,27</b>	<b>981,58</b>	<b>206,97</b>	<b>0,40</b>	<b>1,45</b>	<b>71,48</b>	<b>372,12</b>	<b>180,42</b>	<b>505,29</b>	<b>9,89</b>		
<b>Итого обед</b>																
14***	Яблоко печеное	40	4,8	?	0,2	36,6	100	0,02	0,18	0,00	22	5	75,00	0,15		
11**	Хлеб пшеничный	13	3,48	1,47	0,00	54	30,00	0,005	0,045	0,11	12,00	5,25	75,00	0,15		
111	Хлеб ржаной-пшеничный	31	1,5	0,19	10,31	49,23	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	2,96	15,05	0,21		
111	Хлеб пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	0,01	9,41	30,14	0,23		
111	Хлеб ржаной-пшеничный	200	0,60	0,20	15,20	65,22	0,00	0,01	0,04	80,00	11,00	3,00	5,00	0,45		
С4.1.1.10	Копченое мясо с овощами (картофель, морковь)	100	0,96	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60		
231**	Белковый десерт	200	0,96	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60		
			<b>296</b>	<b>9,10</b>	<b>42,01</b>	<b>304,27</b>	<b>215,00</b>	<b>0,12</b>	<b>0,48</b>	<b>90,11</b>	<b>98,21</b>	<b>41,00</b>	<b>232,29</b>	<b>4,20</b>		
			<b>12,69</b>	<b>9,10</b>	<b>42,01</b>	<b>304,27</b>	<b>215,00</b>	<b>0,12</b>	<b>0,48</b>	<b>90,11</b>	<b>98,21</b>	<b>41,00</b>	<b>232,29</b>	<b>4,20</b>		
<b>Итого полдник</b>																

Пример пищи	№ рецепта/код*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминизация			Минеральный состав, мг/100 г				
				белок	жир	углевод		Аскорб. сул.	В1, сул.	В2, сул.	С, мг/сул.	Кальций	Магний	Фосфор	Железо

**ШЕД-ДИЯ 2 УДИЛЬ-6**

ПП	Вит.С 2,5% в день, г	125	3,75	3,12	19,33	120,60	15,90	0,05	0,03	0,03	0,96	186,00	22,90	142,50	0,16
ПП №1	Каша из овсяных хлопьев 170,50	200	12,13	11,13	57,36	120,40	0,00	0,23	0,21	0,19	0,92	157,72	47,92	201,63	7,09
ПП №1	Каша из гречихи 170,50	200	2,59	0,22	17,19	82,06	0,00	0,09	0,02	0,00	7,00	22,75	19,21	112,10	0,43
2.1.1**	Каша с яблоком	180	3,67	3,19	15,82	108,2	21,96	0,05	0,19	1,42	137,00	19,21	112,10	0,43	
2.1.1**	Каша с яблоком	180	0,40	0,40	5,80	47,00	0,00	0,03	0,02	0,00	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
<b>Итого за сутки</b>		<b>640</b>	<b>22,81</b>	<b>18,75</b>	<b>116,34</b>	<b>362,56</b>	<b>36,96</b>	<b>0,40</b>	<b>0,47</b>	<b>1,54</b>	<b>504,72</b>	<b>169,53</b>	<b>489,98</b>	<b>5,26</b>	

Объем 35% от суточной потребности в пищевых веществах															
ПП	Каша из овсяных хлопьев 170,50	100	1,09	0,64	7,77	73,00	50,81	0,03	0,01	1,21	25,42	18,83	55,02	6,66	
1.1.1**	Каша из овсяных хлопьев 170,50	273	8,52	8,62	47,22	158,86	119,59	0,05	0,01	0,49	27,92	16,44	137,64	6,64	
1.1.1**	Каша из гречихи 170,50	100	8,57	8,72	14,90	13,00	0,05	0,08	1,11	37,66	16,66	102,49	1,34		
1.1.1**	Каша из гречихи 170,50	180	4,80	6,00	28,73	180,00	0,00	0,13	0,02	0,00	15,16	5,88	62,56	1,88	
1.1.1	Каша из гречихи 170,50	34	2,31	0,41	11,22	58,07	0,00	0,05	0,02	0,00	15,32	14,00	31,24	1,28	
1.1.1	Каша из гречихи 170,50	59	2,89	0,55	19,15	91,44	0,00	0,00	0,05	0,00	7,80	5,46	25,35	0,43	
1.1.1	Каша из гречихи 170,50	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,66	8,60	7,70	2,30	0,32	
1.1.1	Каша из гречихи 170,50	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,11	1,40	240,00	28,00	180,00	0,26	
1.1.1	Каша из гречихи 170,50	40	2,5	4	21	130	0	0,022	0	0	14,5	10	45	1,02	
<b>Итого за сутки</b>		<b>1138</b>	<b>38,15</b>	<b>39,28</b>	<b>169,53</b>	<b>1044,86</b>	<b>275,87</b>	<b>0,42</b>	<b>0,59</b>	<b>19,81</b>	<b>390,27</b>	<b>169,97</b>	<b>388,21</b>	<b>2,05</b>	

ПП	Каша из овсяных хлопьев 170,50	50	6,40	9,6	13,9	194,4	72,9	1,6	0,1	1,08	149,2	7,6	88,2	1,7
2.1.1**	Каша из овсяных хлопьев 170,50	180	0,12	0,02	15,20	55,80	0,00	0,00	0,00	2,55	12,78	2,16	3,96	0,72
2.1.1**	Каша из овсяных хлопьев 170,50	100	0,40	0,30	16,30	17,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
1.1.1	Каша из овсяных хлопьев 170,50	200	1,02	0,03	20,30	12,10	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
<b>Итого за сутки</b>		<b>540</b>	<b>7,92</b>	<b>9,92</b>	<b>59,40</b>	<b>139,20</b>	<b>72,90</b>	<b>1,64</b>	<b>0,12</b>	<b>15,64</b>	<b>194,08</b>	<b>29,76</b>	<b>122,16</b>	<b>5,72</b>



Пример пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	доляная ценность, %			Энергетическая ценность, ккал	Витаминная			Минеральные вещества, мг/г				
				белок	жир	углеводы		А	В1, мг/сут	В2, мкг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
<b>ПЕЧЕНЬ 2 / ДЕНЬ 7</b>															
<b>Витрак (25% от суточной потребности)</b>															
	П11	Икра рыбная	100	1,20	4,72	7,70	77,51	0,02	0,02	0,06	7,90	0,00	13,00	17,90	0,76
	ПТКМ-41	Котлеты из куриного филе	100	10,60	6,00	16,64	161,50	0,00	0,02	0,08	0,62	39,33	64,00	144,00	1,18
	207**	Макаронные изделия с маслом	180	6,62	5,42	31,75	201,69	23,08	0,07	0,00	0,90	5,83	23,14	44,00	1,13
	П11	Хлеб пшеничный	0	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,05	0,00	13,52	14,12	43,21	1,13
	П11	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	95,28	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
	П11	Сыр колбасный	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	0,90
		<i>всего (блюда - по рецепту 25%)</i>	<b>6,60</b>	<b>24,12</b>	<b>16,86</b>	<b>105,25</b>	<b>622,99</b>	<b>23,08</b>	<b>0,31</b>	<b>0,20</b>	<b>11,72</b>	<b>100,38</b>	<b>171,26</b>	<b>469,91</b>	<b>5,87</b>
<b>Итого витамин</b>															
<b>Обед 35% от суточной потребности</b>															
<b>Пшеничных веществ</b>															
	541**	Мука пшеничная	100	0,20	0,10	1,90	12,00	11,70	0,04	0,02	4,90	1,00	14,00	30,00	0,50
	621**	Борщ с капустой в форме	280	1,8	4,92	10,95	192,5	158,28	0,05	0,05	10,68	49,75	28,13	84,8	1,2
	ПТКМ-17	Макароны отварные с маслом 50/50	100	15,84	20,92	11,33	281,58	58,59	0,06	0,13	1,90	12,26	23,02	166,06	2,43
	203**	Салат из капусты свежей	180	5,49	6,00	21,62	171,60	0,00	0,02	0,00	0,40	10,13	15,88	102,50	1,18
	П11	Хлеб пшеничный	18	3,26	0,38	16,13	81,58	0,00	0,02	0,05	0,00	21,62	22,58	72,54	1,80
	П11	Хлеб пшеничный	52	5,83	2,31	40,81	208,20	0,00	0,08	0,00	0,00	13,11	10,14	40,00	0,98
	241**	Котлет в масле с фаршем	280	0,60	0,10	22,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,88
	П11	Макароны 2 (2,28% в пшеничной муке)	280	0,60	0,00	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	1,00	18,00	1,10
		<i>всего (блюда - по рецепту 35%)</i>	<b>1151</b>	<b>39,68</b>	<b>41,37</b>	<b>147,12</b>	<b>1082,92</b>	<b>235,51</b>	<b>0,33</b>	<b>14,50</b>	<b>20,20</b>	<b>398,22</b>	<b>186,11</b>	<b>462,09</b>	<b>9,22</b>
<b>Итого витамин</b>															
<b>Полдник</b>															
	141**	Рыба вареная	200	20,10	9,18	3,68	368,00	487,63	1,11	0,69	0,52	116,37	25,20	323,08	7,21
	П11	Хлеб пшеничный	16	1,18	0,14	2,86	32,51	0,00	0,00	0,00	0,00	3,26	2,24	10,40	0,18
	541-201	Котлет в масле с фаршем	180	0,27	0,09	7,60	21,80	2,78	0,01	0,01	21,60	8,40	7,20	7,90	0,22
	211**	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,29
		<i>всего (блюда - по рецепту 25%)</i>	<b>206</b>	<b>22,04</b>	<b>9,11</b>	<b>28,94</b>	<b>487,31</b>	<b>490,38</b>	<b>0,15</b>	<b>0,72</b>	<b>31,62</b>	<b>127,85</b>	<b>44,14</b>	<b>160,38</b>	<b>6,69</b>
<b>Итого витамин</b>															

Прим. пища	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность, ккал			Витамины					Минеральные вещества, мг					
				белок	жир	углевод	В1, мг	В2, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				

**ПНД: ДЕНЬ 2 ДЕНЬ 8**

Ингредиенты	Масса	Белок	Жир	Углевод	Энергетическая ценность	В1	В2	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
Пшеница 2-я дробленка	128	3,74	5,12	19,57	120,60	13,00	0,03	0,09	0,90	186,00	22,50	1,42,90	0,16
ТТК №60	200	10,50	18,52	23,30	284	61,58	0,012	0,56	0,331	268,80	38,40	1,49,2	0,55
Пшеница 1-я дробленка	50	2,32	0,27	15,85	70,00	0,00	0,02	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	6,14
Кефирный напиток с мякотью	200	5,10	2,68	15,91	80,90	10,00	0,04	0,02	0,00	16,00	9,00	11,00	2,30
231***	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,01	0,02	0,00	16,00	9,00	11,00	2,30
Железная соль	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,01	0,02	0,00	16,00	9,00	11,00	2,30
<b>Итого заварука</b>	<b>655</b>	<b>19,99</b>	<b>27,99</b>	<b>84,24</b>	<b>571,60</b>	<b>96,58</b>	<b>0,10</b>	<b>0,56</b>	<b>12,55</b>	<b>602,58</b>	<b>88,10</b>	<b>612,70</b>	<b>5,86</b>

**Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)**

Ингредиенты	Масса	Белок	Жир	Углевод	Энергетическая ценность	В1	В2	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
45*	100	1,30	3,28	6,48	60,40	30,75	0,32	0,80	1,208	24,97	15,08	28,30	0,47
108*	250	3,50	4,59	18,79	143,78	21,65	0,1	0,075	5,75	51,4	35,88	1,175	1,175
ТТК №60	100	1,06	1,40	17,80	20,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
334	180	1,06	8,95	37,50	230,50	0,00	0,05	0,05	1,08	15,66	55,10	99,72	0,80
Пшеница 1-я дробленка	42	2,80	0,59	14,11	71,24	0,00	0,06	0,04	0,00	18,92	19,76	63,29	1,88
Нарезанная капуста	49	0,44	0,44	24,00	114,88	0,00	0,00	0,02	0,00	9,80	6,86	31,88	0,44
Пшеница 1-я дробленка	180	0,80	0,00	18,00	17,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	1,20
Сыр колбасный	180	0,80	0,00	14,58	55,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Пшеница 1-я дробленка	15	1,80	0,50	14,58	55,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого обед</b>	<b>910</b>	<b>29,14</b>	<b>28,44</b>	<b>181,26</b>	<b>900,55</b>	<b>22,80</b>	<b>0,24</b>	<b>0,78</b>	<b>27,51</b>	<b>115,85</b>	<b>109,45</b>	<b>307,99</b>	<b>5,81</b>

**ПОДВИЖИ**

Ингредиенты	Масса	Белок	Жир	Углевод	Энергетическая ценность	В1	В2	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
Пшеница 1-я дробленка	173	1,50	4,90	0,56	52,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Пшеница 2-я дробленка	80	1,18	13,51	27,50	280,23	3,69	0,00	0,14	0,60	15,16	7,71	41,40	0,65
Пшеница 3-я дробленка	180	2,74	1,22	7,20	72,90	9,00	0,14	0,14	1,20	60,00	13,86	83,52	0,37
231***	100	0,40	0,40	10,50	47,00	0,00	0,01	0,02	5,60	19,00	12,00	16,00	2,30
<b>Итого подливки</b>	<b>377,5</b>	<b>8,99</b>	<b>19,93</b>	<b>48,56</b>	<b>422,99</b>	<b>82,69</b>	<b>0,18</b>	<b>0,56</b>	<b>6,20</b>	<b>94,46</b>	<b>33,59</b>	<b>146,92</b>	<b>3,22</b>

Прим. пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминизация					Минеральная составляющая, мг				
				белок	жир	углеводы		В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо			

ПЕЧЕНЬ 2 // ЦЕЛЬ 9																
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)	7-1**	Вареное свиное мясо	100	2,37	0,01	22,87	188,30	30,92	0,03	4,20	3,67	39,22	60,92	30,13	1,30	
	7-1**	1/2 шоколада 80/20	250	13,30	11,70	41,81	440,62	9,98	0,14	0,16	7,84	20,41	67,58	219,16	3,46	
	1-11	Хлеб ржаной пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,30	0,00	0,05	0,00	13,52	14,12	14,12	43,21	1,13	
	1-11	Хлеб пшеничный	30	2,96	0,56	21,10	93,78	0,00	0,02	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44	
2-1**	Молоко с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	56,30	0,00	0,00	0,00	0,03	9,86	1,26	2,52	0,21		
				<b>Итого завтрак</b>				<b>806,30</b>	<b>46,90</b>	<b>0,22</b>	<b>4,41</b>	<b>13,37</b>	<b>111,07</b>	<b>149,44</b>	<b>323,61</b>	<b>8,67</b>

Обед 35% от суточной потребности пищевых веществ																
4-1**	Полужирное свиное мясо	130	1,1	0,2	3,8	22	1,33	0,06	0,04	17,3	14	20	26	0,9		
6-1**	1/2 кг говяжьего мяса с картофельным пюре 2%	225	1,28	4,05	7,9	87,5	140,28	0,05	0,05	15,75	49,25	227,5	49	0,83		
7-1**	Аппетитизатор 190	250	22,25	17,72	33,90	966,87	175,00	0,03	0,03	6,25	62,75	13,75	33,00	0,25		
1-11	Хлеб ржаной пшеничный	42	2,86	0,50	14,11	71,74	0,00	0,06	0,04	0,00	18,92	19,36	62,29	1,58		
1-11	Хлеб пшеничный	49	3,63	0,44	24,06	114,88	0,00	0,00	0,02	0,00	9,80	6,86	21,85	0,54		
7-1**	Молоко для жидкого супа с картофелем	200	0,30	0,09	12,33	49,13	1,36	0,01	0,01	26,33	14,03	8,89	9,43	0,39		
2-1**	Молоко с сахаром	75	0,22	0,48	29,18	202,50	14,00	0,08	0,12	0,04	30,80	21,60	90,20	0,90		
				<b>Итого обед</b>				<b>914,72</b>	<b>433,61</b>	<b>0,29</b>	<b>0,21</b>	<b>63,90</b>	<b>215,33</b>	<b>112,98</b>	<b>344,68</b>	<b>5,38</b>

ПОЛДНИК 25% от суточной потребности пищевых веществ															
1-11	Печенье «Кувачинское»	30	2,5	1	21	130	0	0,022	0	0	14,5	19	43	1,02	
1-11	Кремль (не диетический) Углекислый	200	4,40	5,60	21,60	153,00	10,00	0,08	0,34	1,30	210,00	28,00	180,00	0,20	
2-1**	Молоко с сахаром	120	0,48	0,48	11,76	86,40	0,00	0,04	0,02	12,90	19,20	10,80	13,20	2,64	
				<b>Итого полдник</b>				<b>430</b>	<b>9,48</b>	<b>54,76</b>	<b>139,90</b>	<b>10,00</b>	<b>47,80</b>	<b>218,20</b>	<b>3,86</b>



Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	длина цепи питания			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества, мг/сут				
				белок	жир	углеводы		А, мг/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
<b>ВНЕДРЯ 2 И/ИЛИ 10</b>																	
Завтрак (25% от суточной потребности в пищевых веществах)																	
	111	Каша с молоком	18	3,48	4,43	6,00	54	39,99	0,308	0,048	0,11	132,00	5,28	75,00	0,13		
	112	Молоко с сахаром	15	0,12	0,875	0,185	60	26,25	0,03	0,015	0	3,6	0	4,5	0,05		
	182	Каша из овсяной крупы с молоком 200,10	210	3,05	5,2	88,04	211,32	28,25	0,03	0,03	0,00	6,17	21,83	96,42	0,48		
	111	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,56	21,10	91,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	36,00	0,44		
	111	Хлеб ржаной пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	43,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,52	14,12	43,21	1,15		
	202**	Чай с лимоном	180	0,12	0,01	13,20	55,80	0,00	0,00	0,00	3,40	12,78	2,16	3,96	0,36		
	111	Молоко 0,2 % (в виде приправы к мясным)	200	0,00	6,10	91,40	120,00	0,00	0,00	1,4	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00		
		<b>Итого завтрак</b>	<b>690</b>	<b>17,77</b>	<b>27,64</b>	<b>94,62</b>	<b>684,90</b>	<b>125,25</b>	<b>0,08</b>	<b>14,14</b>	<b>4,61</b>	<b>116,67</b>	<b>55,66</b>	<b>239,99</b>	<b>3,59</b>		
<b>Обед (35% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>																	
	111	Фарш мясной	100	1,20	4,72	1,30	71,51	0,02	0,06	0,06	7,30	10,00	13,00	37,50	0,70		
	182	Жареный картофель	250	2,02	5,1	1,2	105	13,0	0,1	0,05	8,15	29,15	24,8	56,75	0,95		
	181**	Котлеты говяжьи с соусом	100	13,53	23,64	1,24	113,53	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	143,76	3,60		
	207**	Картофель отварной с маслом	180	6,62	5,42	31,75	201,60	22,08	0,07	0,06	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33		
	111	Хлеб ржаной пшеничный	40	2,72	0,48	11,41	68,32	0,00	0,04	0,00	18,02	18,02	60,28	1,50			
	111	Хлеб пшеничный	45	3,33	0,41	27,10	105,30	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	6,30	29,25	0,50		
	204**	Соус мясной с картофелем	200	3,16	2,08	13,92	80,00	20,00	0,04	0,10	1,30	1,30	13,90	90,00	0,14		
	204**	Макаронные изделия	130	0,52	0,39	13,90	61,10	0,00	0,04	0,03	6,30	24,70	13,60	20,80	2,99		
		<b>Итого обед</b>	<b>690</b>	<b>32,90</b>	<b>42,84</b>	<b>128,64</b>	<b>982,37</b>	<b>214,77</b>	<b>0,31</b>	<b>0,28</b>	<b>24,09</b>	<b>208,44</b>	<b>146,77</b>	<b>492,91</b>	<b>11,68</b>		
<b>Ужин (40% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>																	
	111	Картофель отварной	200	12,14	11,1	57,46	339,00	0,00	0,23	0,31	0,19	157,72	47,92	201,63	2,09		
	111	Картофель отварной	125	3,78	1,12	19,27	120,00	18,00	0,05	0,00	0,00	186,00	23,50	142,50	0,16		
	111	Картофель отварной с маслом	180	0,54	0,18	13,08	88,20	0,01	0,04	0,04	72,00	9,90	2,70	2,70	0,48		
		<b>Итого ужин</b>	<b>505</b>	<b>16,42</b>	<b>14,41</b>	<b>90,81</b>	<b>528,20</b>	<b>18,20</b>	<b>0,29</b>	<b>0,28</b>	<b>74,09</b>	<b>333,62</b>	<b>54,12</b>	<b>346,83</b>	<b>2,73</b>		

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2 // ДЕНЬ СЪЕДОБА**

Продукты	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность, ккал			Витаминная			Минеральные вещества, мг/сут					
				белок	жир	углевод	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
<b>Завтрак (25% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>															
44**		Яичница с маслом	100	0,30	0,10	1,00	0,01	0,02	4,00	17,00	14,00	50,00	0,30		
187**		Творог с сахаром (жирность 6,5%)	100	8,17	8,17	0,05	0,05	0,08	1,11	37,66	16,66	103,49	1,32		
303*		Каша из ячменя протертая	180	5,49	0,90	24,62	0,17	0,02	0,00	10,13	35,88	102,56	1,18		
111		Хлеб пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	0,05	0,05	0,00	1,52	14,12	45,21	1,17		
111		Хлеб пшеничный	34	2,32	0,34	16,69	0,06	0,02	0,00	6,80	4,76	22,10	0,57		
111		Хлеб пшеничный	300	1,60	0,60	20,00	0,01	0,01	4,50	14,00	8,00	14,00	1,40		
231**		Молоко кипяченое 0,2 в пропастеризованном виде	138	0,58	0,58	14,21	0,04	0,05	14,50	25,20	15,05	15,95	3,19		
			<b>789</b>	<b>26,70</b>	<b>16,17</b>	<b>96,57</b>	<b>0,32</b>	<b>0,21</b>	<b>26,51</b>	<b>122,51</b>	<b>106,47</b>	<b>333,31</b>	<b>9,10</b>		
<b>Итого завтрак</b>															
<b>Обед (35% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>															
84**		Бульон с говядиной	100	1,11	0,2	3,8	0,06	0,04	17,5	14	20	26	0,9		
78**		Суп картофельный с грибами	240	5,50	7,28	16,53	0,25	0,08	5,85	42,68	25,58	88,10	2,05		
111		Хлеб пшеничный	250	15,50	11,70	41,81	0,14	0,16	7,84	20,44	67,55	219,16	5,46		
111		Хлеб пшеничный	75	1,70	0,30	8,40	0,04	0,05	11,20	11,20	11,76	37,68	0,94		
111		Хлеб пшеничный	20	1,92	0,35	20,38	0,06	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55		
241**		Ковбаски свиные с луком	180	0,50	0,09	28,80	0,02	0,02	6,65	20,25	15,71	21,00	0,61		
241**		Квашеная капуста	100	0,49	0,10	9,50	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	24,00	0,60		
			<b>921</b>	<b>27,22</b>	<b>18,17</b>	<b>118,22</b>	<b>0,52</b>	<b>0,31</b>	<b>41,51</b>	<b>147,61</b>	<b>173,60</b>	<b>458,53</b>	<b>11,11</b>		
<b>Итого обед</b>															
<b>Ужин (40% от суточной потребности в пищевых веществах)</b>															
111		Макаронные изделия с сыром	300	17,0	9,76	39,5	0,07	0,07	0,05	168	14,67	133,33	1,07		
111		Хлеб пшеничный	42	2,86	0,48	14,11	0,07	0,05	0,00	20,27	21,17	67,82	1,09		
111		Хлеб пшеничный	50	2,70	0,45	24,55	0,06	0,05	0,00	10,00	10,00	32,50	0,55		
241**		Ковбаски свиные с луком	200	0,30	0,04	8,44	0,01	0,01	23,00	9,50	8,56	8,11	0,36		
111		Хлеб пшеничный	15	1,80	0,30	14,55	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			<b>507</b>	<b>26,76</b>	<b>16,41</b>	<b>101,23</b>	<b>0,23</b>	<b>0,23</b>	<b>24,05</b>	<b>207,83</b>	<b>51,40</b>	<b>241,76</b>	<b>3,61</b>		
<b>Итого ужин</b>															

СЕРИЕ-Омега ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше

ЗАВТРАК

Витаминная ценность, г	Витаминная						Минеральные вещества, мг				
	А	В1	В2	С	Е	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
90	9,2	38,3	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18
22,5	24,00	9,33	880	225	6,53	0,4	17,5	300	300	75	4,3
23,64	23,91	190,01	699,00	127	9,22	3,67	33,85	203,14	96,37	36	6,22

СЕРИЕ-Омега ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше

ОБЕД

Витаминная ценность, г	Витаминная						Минеральные вещества, мг				
	А	В1	В2	С	Е	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
90	9,2	38,3	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18
81,5	82,2	144,05	982	245	6,49	0,56	24,5	420	420	105	6,3
92,07	83,96	147,45	968	277	6,58	3,90	34,07	255,80	146	66	9,3

СЕРИЕ-Омега ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше

ПОЛДНИК

Витаминная ценность, г	Витаминная						Минеральные вещества, мг				
	А	В1	В2	С	Е	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
90	9,2	38,3	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18
15,3	15,8	17,45	408	635	6,21	0,21	10,4	180	180	45	2,7
14,4	14,48	69,0	23,95	119	6,4	0,44	15,6	231,00	47	28	4,6