

Утверждаю: _____

И.П. Смирнов И.А

СМЕРДОВ
Иван
Андреевич

[illegible]

с 01 июля по 27 июля 2026 года

Возраст: от 12 и старше

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (кг)					Энергетическая			Витаминный (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Fe	Mg	P	Ca	E	A
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14						
	2 день/четверг/																			
	ЗАВТРАК																			
СБ.2017г№210	Омлет натуральный	200	16,20	20,44	16,50	386,21	0,14	0,34	432,75	1,82	137,45	301,00	21,52	3,42						
СБ.2017г№379	Кофейный напиток на молоке	200	3,18	2,68	15,96	100,60	0,04	1,30	20,00	0,40	125,78	90,00	14,00	0,13						
СБ.2017г№1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55						
СБ.2017г№.338	Нектарин	150	1,35	0,15	14,25	67,50	0,06	15,00		1,05	30,00	51,00	24,00	0,90						
	ИТОГО	600	24,68	23,77	70,86	671,21	0,29	16,64	452,75	3,92	304,73	485,50	76,02	5,00						
	ОБЕД																			
СБ.2017г-№45	Салат из белокочанной капусты	75	0,99	2,45	4,71	44,70	0,02	14,15		2,85	21,63	20,84	21,24	0,38						
СБ.2017г№102	Суп картофельный с бобовыми	250	4,90	5,33	19,23	194,43	0,15	5,83		2,45	41,48	137,78	38,25	1,83						
СБ.2017г№235	Шницель рыбный натуральный	100	9,10	12,93	8,63	174,00	0,05	2,58	22,75	0,60	92,00	144,64	26,21	2,00						
СБ.2017г№312	Картофельное пюре	200	4,10	3,10	25,50	146,30	1,54	5,00	44,20	0,20	51,00	102,60	35,60	1,14						
СБ.2015г№342	Компот из св.плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03						
СБ.2017г№.1	Хлеб черныи,хлеб белый	90/50	9,91	1,45	68,19	325,37	0,16			1,62	41,40	131,30	42,20	2,12						
	ИТОГО	965	29,16	25,42	154,14	999,40	1,94	28,46	66,95	7,94	261,69	542,30	167,90	13,50						
	ПОЛДНИК																			
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
	ВСЕГО	1565	53,84	49,19	225,00	1670,61	2,23	45,10	519,70	11,86	566,42	1027,80	243,92	18,50						

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)			Энергетическая		Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	6	7	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	3 день/питница/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК															
СБ.2017г№173	Каша мол.вязкая пшеница с маслом	200/10	11,19	14,90	26,19	374,00	0,18	0,96	54,80	1,96	148,42	206,37	54,89	1,63	
СБ.2017г№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,43	0,02	15,20	62,00		2,83			14,20	4,40	2,40	0,36	
СБ.2017г№.1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55	
СБ.2017г№.3	Бутерброд с маслом и сыром	40/10/30	10,22	16,45	19,45	266,73	0,05	0,21	118,00	0,77	275,60	187,80	23,70	0,74	
СБ.2017г№.338	Киви	100	1,10	0,66	11,33	83,05	0,33	101,97	44,00	1,61	33,99	53,46	18,70	1,80	
	ИТОГО	662	26,59	32,53	96,32	902,68	0,61	105,97	216,80	4,99	483,71	495,53	116,19	5,08	
ОБЕД															
СБ.2017г№19	Помидор свежий/доп.гарнир/	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	12,50			7,00	13,00	10,00	0,45	
СБ.2017г№92	Щи кв.кап.с картоф.мясом отв.сметаной	250/20/5	1,99	5,40	17,65	164,60	0,05	12,70	5,00	0,84	52,20	48,70	23,20	0,95	
СБ.2017г№290	Кура тушеная в соусе	100/50	19,32	11,98	4,40	202,50	0,08	0,21	31,20	0,75	61,87	177,27	24,36	3,25	
СБ.2017г№304	Рис отварной	200	4,90	8,04	54,32	311,28	0,04		40,00	0,90	27,20	182,22	56,32	1,56	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80	
СБ.2017г№.1	Хлеб черный,хлеб белый	90/50	9,91	1,45	68,19	325,37	0,16			1,62	41,40	131,30	42,20	2,12	
	Вафля Ух-Ты	30	1,20	10,26	8,31	166,50	0,01		1,00	0,30	6,00	14,00	4,00	0,60	
	ИТОГО	1045	38,87	37,43	174,57	1268,85	0,39	29,41	77,20	4,41	209,67	580,49	168,08	11,73	
ПОЛДНИК															
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ВСЕГО	1707	65,46	69,96	270,89	2171,53	1,00	135,38	294,00	9,40	693,38	1076,02	284,27	16,81	

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	6	7		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14						
4 день/суббота/																				
ЗАВТРАК																				
С6-2015г№222	Пудинг из творога/запеченный/ с повид.	200/20	18,22	28,80	45,30	486,20	0,10	0,40	136,80	1,20	146,20	262,80	20,90	0,75						
С6-2017г№360	Кисель из повидла	200	0,10		29,06	114,00	0,02	0,12		0,24	14,00	7,56	3,40	0,32						
С6-2017г№338	Апельсин	170	1,02	0,23	9,63	51,23		71,40	9,52	0,23	40,46	27,43	15,53	0,34						
	ИТОГО	590	19,34	29,03	83,99	651,43	0,12	71,92	146,32	1,67	200,66	297,79	39,83	1,41						
ЗАВТРАК																				
С6-2017г №19	Омлет свежий/доп.ларипр/	50	0,35	0,05	0,90	6,00	0,02	0,01	0,10	0,15	8,50	15,00	7,00	0,25						
С6-2017г№98	Суп крестьян.с крупой.и сметаной	250/5	2,25	3,12	16,00	156,40	0,10	3,22		0,64	32,80	112,60	33,40	1,22						
С6-2017г№278	Тефтели мясные соус сметанный	90/50	9,25	10,34	12,11	178,45	0,06	0,85	40,10	1,46	33,03	104,44	21,66	1,03						
С6-2014г№216	Картофель тушеный	200	4,19	14,11	28,15	260,00	0,02	21,59	16,00	0,44	44,26	112,92	38,20	1,63						
С6-2017г№,701	Напиток ягодный	200	0,16		23,88	98,56	0,01	1,80		0,22	6,40	3,60	0,18	0,12						
С6-2017г№,1	Хлеб черный,хлеб белый	90/50	9,91	1,45	68,19	325,37	0,16			1,62	41,40	131,30	42,20	2,12						
	Йогурт Имунеле	100	2,90	2,70	10,70	117,89	0,05	3,61	11,11	0,36	13,78	21,44	13,51	1,94						
	ИТОГО	1085	29,01	31,77	159,93	1142,67	0,42	31,08	67,31	4,89	180,17	502,10	159,57	8,37						
ПОЛДНИК																				
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
	ВСЕГО	1675	48,35	60,80	243,92	1794,10	0,54	103,00	213,63	6,56	380,83	799,89	199,40	9,78						

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
5 день/понедельник/ЗАВТРАК															
С6.2017г\№173	Каша молоч.вязкая геркул.с маслом	200/10	20,20	19,70	32,20	324,40	0,30	1,95	30,20	2,20	188,40	312,20	85,50	3,10	
С6.2017 г №382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,18	1,59	24,40	0,44	152,22	124,56	21,54	0,48	
С6.2017г\№,1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55	
С6.2017г\№,3	Бутерброд с маслом и сыром	40/10/30	10,22	16,45	19,45	266,73	0,05	0,21	118,00	0,77	275,60	187,80	23,70	0,74	
С6.2017г\№338	Мандарин	130	0,78	0,17	7,19	36,57	0,09	36,57	9,62	0,17	33,71	16,38	10,57	0,09	
	ИТОГО	670	39,23	40,36	100,57	863,20	0,67	40,32	182,22	4,23	661,43	684,44	157,61	4,96	
ОБЕД															
С6.2017г №19	Огурец свежий/доппарину/	50	0,35	0,05	0,90	6,00	0,02	0,01	0,10	0,15	8,50	15,00	7,00	0,25	
С6.2017г\№99	Суп из овощей со сметаной	250/5	2,25	5,18	10,01	162,50	1,00	20,20	12,20	1,44	38,40	52,20	24,90	1,10	
С6.2017г\№265	Плов	200	16,83	37,56	34,52	408,00	0,52	1,71		1,00	13,80	232,80	52,72	2,41	
С6.2017г\№349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,08	152,80	0,02	0,73		0,22	32,48	23,44	17,46	0,70	
С6.2017г\№,1	Хлеб черныи,хлеб белый	90/50	9,91	1,45	68,19	325,37	0,16			1,62	41,40	131,30	42,20	2,12	
	Мини рулет клубничный	35	2,50	7,50	29,00	185,00	1,25			1,40	23,50	16,80	17,20	0,80	
	Йогурт Агуша	180	5,22	4,86	19,26	212,20	0,09	6,50	20,00	0,65	24,80	38,60	24,32	3,50	
	ИТОГО	1055	37,72	56,69	193,96	1451,87	3,06	29,15	32,30	6,48	182,88	510,14	185,80	10,88	
ПОЛДНИК															
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ВСЕГО	1725	76,95	97,05	294,53	2315,07	3,73	69,47	214,52	10,71	844,31	1194,58	343,41	15,84	

№ Репечуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)				Энергетическая	Витамины (кг)			Минеральные вещества (кг)					
	1	2	Б	Ж	У	6	7	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
	6 день/вторник/															
	ЗАВТРАК															
СБ.2017г№223	Запеканка из творога с повидлом	200/20	28,40	25,20	38,20	546,20	0,10	0,55	158,70	1,45	245,50	288,00	37,40	1,36		
СБ.2017г№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00		2,83			14,20	4,40	2,40	0,36		
СБ.2017г№.338	Йогурт	130	0,43	0,43	11,18	53,73		11,44	5,72	0,69	18,29	12,57	9,19	2,51		
	ИТОГО	572	28,96	25,65	64,58	661,93	0,10	14,82	164,42	2,14	277,99	304,97	48,99	4,23		
	ОБЕД															
СБ.2017г№19	Помидор свежий/доп.тарнир/	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	12,50			7,00	13,00	10,00	0,45		
СБ.2017г№103	Суп картофель.с макар.изд-ми	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25		0,75	29,20	67,58	27,28	1,13		
СБ.2017г№268	Выпечки мясные рубленные	100	15,91	14,40	16,00	261,00	0,07	0,32	40,80	0,36	40,31	175,60	55,20	2,56		
СБ.2017г№312	Картофельное пюре	200	4,10	3,10	25,50	146,30	1,54	5,00	44,20	0,20	51,00	102,60	35,60	1,14		
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80		
СБ.2017г№.1	Хлеб черный,хлеб белый	90/50	9,91	1,45	68,19	325,37	0,16			1,62	41,40	131,30	42,20	2,12		
	Йогурт Имунеле	100	2,90	2,70	10,70	117,89	0,05	3,61	11,11	0,36	13,78	21,44	13,51	1,94		
	ИТОГО	1040	37,06	24,79	159,55	1067,41	1,98	33,68	96,11	3,29	196,69	525,52	191,79	12,14		
	ПОЛДНИК															
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	ВСЕГО	1612	66,02	50,44	224,13	1729,34	2,08	48,50	260,53	5,43	474,68	830,49	240,78	16,37		

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергетическая		Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	7 день/среда/ЗАВТРАК																		
СБ.2017г\№181	Каша мол.жидкая манная с маслом	200/10	13,26	17,36	33,42	352,70	0,05	0,48	43,25	0,13	175,43	145,14	22,56	0,34					
СБ.2017г\№379	Кофейный напиток на молоке	200	3,18	2,68	15,96	100,60	0,04	1,30	20,00	0,40	125,78	90,00	14,00	0,13					
СБ.2017г\№.1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55					
	Батончик крокант	28	0,70	4,44	6,87	152,20			0,50	0,32	5,00	10,50	6,20	0,74					
СБ.2017г\№.338	Нектарин	150	1,35	0,15	14,25	67,50	0,06	15,00		1,05	30,00	51,00	24,00	0,90					
	ИТОГО	638	22,44	25,13	94,65	789,90	0,20	16,78	63,75	2,55	347,71	340,14	83,26	2,66					
	ОБЕД																		
СБ.2017г\№19	Огушен свежий/дон.гарнир/	50	0,35	0,05	0,90	6,00	0,02	0,01	0,10	0,15	8,50	15,00	7,00	0,25					
СБ.2015г\№96	Рассолыник Ленин.со сметаной	250/5	3,15	4,00	30,20	146,80	0,08	15,12	5,00	0,80	50,20	234,80	32,20	1,24					
СБ.2015г\№250	Бефстроганов	125	22,80	34,65	7,68	435,00	0,08	1,11	49,20	0,35	64,98	256,72	33,68	3,60					
СБ.2017г\№309	Макароны отварные	200	6,80	10,00	38,00	269,20	0,08			1,47	16,00	46,00	10,00	1,00					
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80					
СБ.2017г\№.1	Хлеб черный,хлеб белый	90/50	9,91	1,45	68,19	325,37	0,16			1,62	41,40	131,30	42,20	2,12					
	Йогурт Имунеле	100	2,90	2,70	10,70	117,89	0,05	3,61	11,11	0,36	13,78	21,44	13,51	1,94					
	ИТОГО	1070	46,91	53,05	175,47	1386,86	0,49	23,85	65,41	4,75	208,86	719,26	146,59	12,95					
	ПОЛДНИК																		
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
	ВСЕГО	1708	69,35	78,18	270,12	2176,76	0,69	40,63	129,16	7,30	556,57	1059,40	229,85	15,61					

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергетическая	Витамины (мг)														Минеральные вещества (мг)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
			Б	Ж	У	6	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	37

	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)					Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	ическая	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
10 день/понеделник/			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК																	
С6-2017г№223	Запеканка из творога со слоеным молок.	200/20	32,15	24,33	61,60	546,20	0,13	1,04	158,43	1,74	330,20	373,35	58,43	1,41			
С6-2017г№379	Кофейный напиток на молоке	200	3,18	2,68	15,96	100,60	0,04	1,30	20,00	0,40	125,78	90,00	14,00	0,13			
С6-2017г№338	Мандарин	110	0,66	0,14	6,08	30,94	0,01	30,94	8,14	0,14	28,52	13,86	8,94	0,07			
														</			

