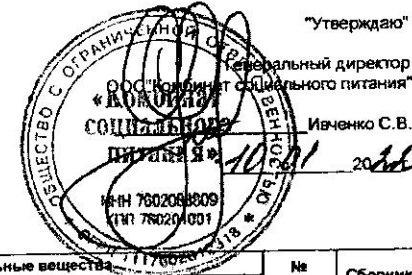


"Согласовано"

Заведующий МДОУ детский сад №

Л.В. Аверина С.А.
 10.01.2015



"Утверждаю"

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Основное меню для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях возрастной группы 1-3 лет.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша "Дружба" молочная жидкая	150	4.7	2.8	25.3	150.1	0.10	0.40	9.40	0.00	0.10	88.40	26.00	104.40	0.70	0.80	158.00	31.90	0.00	0.00	38	2010	
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015	
Кекс чайный	20	1.8	2.5	10.9	73.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015	
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	360	10.0	16.0	48.7	391.6	0.10	1.00	64.00	0.20	0.20	220.70	42.40	198.50	1.20	1.30	349.50	42.80	0.00	0.00			
II Завтрак																						
Сок фруктовый	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	388	2015	
Итого за прием пищи:	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																						
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)	150	3.6	2.9	11.6	87.0	0.10	2.70	0.10	0.00	0.00	24.00	19.70	47.00	1.20	0.60	281.00	38.60	0.00	0.00	102	2015	
Капуста тушеная с мясом свинины	150	8.4	16.4	10.5	248.2	0.00	25.70	10.20	0.10	0.10	66.60	23.30	47.20	1.40	0.60	298.50	28.70	0.00	0.00	тпк		
Напиток из яблок сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015	
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	486	14.6	19.7	43.2	435.6	0.20	28.50	10.30	0.10	0.10	112.30	53.50	130.90	4.50	1.60	674.30	69.30	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																						
Тефтели рыбные с соусом	60/40	8.9	6.6	10.5	140.5	0.00	1.10	3.60	0.00	0.00	28.20	26.10	98.10	0.60	0.60	230.20	89.10	0.00	0.00	239	2015	
Рис с овощами	110	3.1	3.9	31.8	179.3	0.00	0.40	13.40	0.10	0.00	18.40	23.40	65.00	0.60	0.70	69.20	37.10	0.00	0.00	450	2003	
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	390	14.4	11.4	57.7	398.8	0.00	1.50	17.00	0.10	0.00	61.60	62.40	191.60	2.10	1.50	349.10	127.30	0.00	0.00			
Всего за день:		39.0	47.1	164.8	1 291.8	0.30	31.00	91.30	0.40	0.30	394.60	158.30	521.00	7.80	4.40	1 372.90	239.40	0.00	0.00			

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150	4.1	3.3	15.8	115.2	0.10	0.40	10.10	0.00	0.10	97.10	27.50	105.30	0.60	0.60	172.50	32.50	0.00	0.00	34	2015
Кофейный напиток на молоке	150	3.8	3.7	12.9	108.1	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.40	16.00	100.70	0.30	0.60	200.20	11.70	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.8	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	58.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	370	15.0	11.8	44.4	364.7	0.20	1.10	25.80	0.90	0.30	258.80	59.20	292.90	2.30	1.90	468.00	53.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кефир	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Щи из свежей капусты с картофелем, свиной и сметаной	150/10	3.1	6.8	5.5	102.7	0.00	7.10	3.10	0.00	0.00	31.40	12.60	27.60	0.70	0.30	187.40	38.80	0.00	0.00	88	2015
Суфле рыбное	50	6.6	5.5	0.6	95.9	0.00	0.30	13.50	0.40	0.10	35.70	21.70	116.50	0.50	0.70	218.80	80.40	0.00	0.00	400	2004
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.0	0.10	8.40	14.30	0.10	0.10	43.50	24.70	76.30	0.90	0.50	825.00	51.70	0.00	0.00	128	2015
Огурцы консервированные	15	0.1	0.0	0.3	2.0	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	3.60	2.10	3.60	0.10	0.00	21.20	0.00	0.00	0.00	70	2015
Напиток из шиповника с изюмом	150	0.5	0.1	14.5	66.3	0.00	33.00	0.10	0.00	0.00	15.70	5.50	9.90	0.40	0.00	66.80	0.00	0.00	0.00	388	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	48.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	541	17.5	16.9	51.0	466.6	0.20	49.60	31.00	0.50	0.20	136.30	73.40	265.20	4.00	1.80	1 169.20	172.90	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	100	20.3	7.9	17.5	241.4	0.00	0.20	30.80	0.20	0.10	142.10	23.10	195.00	0.80	0.50	141.40	5.50	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Кисель из вишни	150	0.1	0.0	15.9	65.0	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	13.40	4.90	8.80	0.10	0.00	40.10	0.30	0.00	0.00	350	2015
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	400	22.3	10.1	57.2	433.1	0.00	14.30	30.80	0.20	0.20	237.70	45.20	261.90	3.80	0.90	615.90	9.80	0.00	0.00		
Всего за день:		69.2	43.7	158.6	1 341.8	0.40	66.10	117.80	1.60	1.00	612.80	198.80	962.50	10.30	4.70	2 253.10	244.00	0.00	0.00		

«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
С 01.02.2005

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша рисовая молочная жидкая	150	3.6	2.5	20.9	125.5	0.00	0.40	9.70	0.00	0.10	88.30	18.40	85.20	0.30	0.60	138.20	31.80	0.00	0.00	33	2015	
Кавчо с молоком	150	4.1	4.0	11.8	108.4	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.70	23.40	106.70	0.60	0.70	223.40	11.70	0.00	0.00	382	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015	
Сыр (порциями)	10	2.6	2.8	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015	
Итого за прием пищи:	350	12.7	17.3	48.2	413.0	0.10	1.20	88.30	0.20	0.20	334.00	56.70	281.40	1.60	1.90	411.90	44.40	0.00	0.00			
II Завтрак																						
Молочный ванкльный напиток	180	5.2	5.4	15.3	142.7	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.80	0.20	0.80	277.60	17.10	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	15.3	142.7	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.80	0.20	0.80	277.60	17.10	0.00	0.00			
Обед																						
Суп картофельный с рыбными консервами	170	5.2	1.6	12.0	82.8	0.10	5.70	0.20	0.00	0.00	17.90	18.00	42.30	0.80	0.30	409.30	40.30	0.00	0.00	97	2015	
Гуляш на пшенице	36/35	7.8	8.2	3.3	128.1	0.10	1.40	9.00	0.00	0.10	14.70	14.50	80.10	0.80	0.10	52.80	12.90	0.00	0.00	ГТК		
Каша гречневая рассыпчатая	110	6.6	4.2	30.0	187.2	0.20	0.00	9.40	0.10	0.10	16.10	95.20	142.10	3.30	1.10	200.00	33.70	0.00	0.00	171	2015	
Напиток из смеси сухофруктов	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015	
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	8.80	31.30	1.40	0.40	48.00	2.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	536	22.4	14.6	70.7	517.4	0.50	7.10	18.60	0.10	0.20	61.40	135.90	295.80	6.30	1.90	711.70	88.90	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																						
Жаркое по-домашнему со свиной	150	5.8	13.8	18.9	233.1	0.10	9.10	0.20	0.00	0.10	25.60	28.00	68.50	1.20	0.50	637.00	66.30	0.00	0.00	ГТК		
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Печенье	23	1.3	7.9	13.7	127.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	353	9.5	22.4	48.0	439.8	0.10	9.10	0.20	0.00	0.10	40.60	40.90	97.00	2.10	0.70	686.70	67.40	0.00	0.00			
Всего за день:		49.8	69.6	182.2	1512.9	0.80	18.40	129.90	0.30	0.70	629.90	254.80	811.00	10.20	5.30	2087.00	217.80	0.00	0.00			

Общество с ограниченной ответственностью
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 6000000000000

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	І, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша ячневая молочная жидкая	150	4.0	2.8	16.8	115.7	0.00	0.50	11.30	0.00	0.10	111.80	18.00	115.00	0.40	0.60	169.20	32.50	0.00	0.00	36	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.60	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	14	2015	
Итого за прием пищи:	370	9.8	14.4	44.7	362.4	0.00	1.10	65.90	0.20	0.20	250.70	44.30	234.60	1.50	1.30	400.00	44.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с яйцом	150	3.5	3.9	10.6	97.6	0.10	5.10	7.40	0.40	0.10	25.80	18.10	65.20	1.00	0.50	368.30	42.90	0.00	0.00	97	2015
Печень по-строгановски	35/35	9.2	6.9	2.6	129.7	0.10	7.20	10.70	0.00	0.80	17.00	10.10	142.40	3.00	2.70	175.80	20.30	0.00	0.00	255	2015
Макаронные изделия отварные	110	4.6	3.0	29.4	166.4	0.10	0.00	9.40	0.10	0.00	20.60	6.20	34.30	0.70	0.30	52.60	44.60	0.00	0.00	309	2015
Напиток из яблок сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	516	19.9	14.2	64.1	494.0	0.40	12.40	27.50	0.50	0.90	85.10	46.90	278.60	6.60	3.90	711.50	109.80	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Пудинг творожный	110	16.9	6.2	17.2	206.1	0.00	0.30	20.80	0.20	0.20	140.90	22.70	182.90	0.90	0.50	166.80	5.40	0.00	0.00	222	2015
Молоко стуженное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015
Плошка российская	50	4.6	6.6	35.0	220.1	0.10	0.10	1.80	0.00	0.00	24.20	7.40	45.00	0.40	0.30	72.70	21.30	0.00	0.00	767	2004
Итого за прием пищи:	330	23.0	14.5	63.3	492.2	0.10	0.60	22.60	0.20	0.30	234.90	39.90	274.70	1.60	1.00	322.80	28.10	0.00	0.00		
Всего за день:		63.2	43.6	184.8	1409.7	0.50	27.10	116.00	0.90	1.40	591.50	141.50	802.20	12.60	8.48	1775.80	175.00	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**
ИНН 7602088809
г. Самара

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Омлет натуральный	160	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.60	2.00	0.40	118.80	16.60	186.90	1.90	1.30	227.20	67.80	0.00	0.00	210	2015
Кофейный напиток на молоке	150	3.8	3.7	12.9	108.1	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.40	18.00	100.70	0.30	0.50	200.20	11.70	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	14	2015	
Сыр (порциями)	12	3.1	3.1	0.0	41.3	0.00	0.10	27.60	0.00	0.00	120.00	6.00	73.20	0.10	0.40	11.40	0.00	0.00	15	2015	
Итого за прием пищи:	362	21.6	30.2	32.1	619.2	0.20	1.20	108.80	2.20	0.50	384.20	50.50	389.30	2.90	2.40	479.60	80.60	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с клецками и свиной	150/10	4.6	6.4	16.6	148.1	0.00	2.60	0.10	0.00	0.00	18.90	12.50	36.20	0.60	0.20	206.00	42.40	0.00	0.00	108/109	2015
"Экзот" мясные со сметанным соусом	120/50	16.7	14.0	12.4	261.4	0.00	1.40	16.80	0.10	0.10	40.80	25.20	185.70	2.30	3.00	351.10	68.30	0.00	0.00	287	2015
Салат, тушеная в сметанном соусе	110	2.0	4.8	4.6	94.9	0.00	4.20	9.10	0.00	0.00	44.50	21.70	46.80	1.40	0.40	312.40	16.30	0.00	0.00	140	2015
Компот из компотной смеси см	150	0.1	0.0	13.4	53.9	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	8.40	2.60	2.70	0.10	0.00	32.80	0.60	0.00	0.00	343	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	8.80	31.30	1.40	0.40	48.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	626	25.8	25.6	59.0	620.9	0.10	8.80	26.00	0.10	0.10	119.10	68.80	282.70	5.80	4.00	951.30	130.60	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Гуляш из рыбы	50/50	9.0	4.4	2.8	93.2	0.10	1.00	5.70	0.00	0.10	30.50	30.50	120.20	0.50	0.60	280.70	119.00	0.00	0.00	тк	
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.0	0.10	8.40	14.30	0.10	0.10	43.50	24.70	76.30	0.90	0.50	625.00	51.70	0.00	0.00	128	2015
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Пирог "Малыш"	50	2.0	7.6	19.4	156.5	0.00	0.00	1.60	0.10	0.00	18.10	4.20	26.40	0.20	0.10	21.70	0.80	0.00	0.00	тк	
Итого за прием пищи:	460	16.2	17.0	55.7	464.7	0.20	9.40	21.60	0.20	0.20	107.10	72.30	251.40	2.50	1.40	977.10	172.80	0.00	0.00		
Всего за день:		67.9	77.3	163.5	1689.8	0.60	20.20	175.40	2.50	0.90	772.00	209.40	1037.50	11.40	8.40	3081.90	388.10	0.00	0.00		

«Комбинат
 Социального Питания»
 ИНН 7602088809

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая	150	3.9	2.5	16.7	110.0	0.00	0.40	9.70	0.00	0.10	62.30	17.70	94.10	0.70	0.30	153.20	31.30	0.00	0.00	35	2010
Чай с молоком	180	3.5	3.4	12.4	102.5	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	131.80	18.00	94.20	0.70	0.50	200.20	10.90	0.00	0.00	378	2015
Кекс чайный	20	1.8	2.5	10.9	73.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	350	9.2	8.4	40.0	285.9	0.00	1.00	24.30	0.00	0.20	224.10	35.70	188.30	1.40	0.80	353.40	42.20	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кефир	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с фасолью	150	1.6	2.7	7.9	63.0	0.00	2.70	0.10	0.00	0.00	14.40	10.20	22.60	0.50	0.20	193.30	38.00	0.00	0.00	102	2015
Тефтели "Сочные" с соусом	50/50	7.1	11.8	9.0	180.7	0.00	1.00	6.30	0.00	0.00	21.50	12.70	53.60	0.80	0.80	135.90	35.10	0.00	0.00	тк	
Рис радужный	110	3.0	4.7	30.0	178.4	0.00	1.00	8.10	0.00	0.00	23.50	25.60	67.50	0.70	0.70	86.40	37.40	0.00	0.00	450/тк	2003
Напиток из смеси сухофруктов	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	348	2015	
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	646	14.5	19.7	72.3	541.4	0.10	4.70	14.50	0.00	0.00	72.10	56.70	175.00	3.40	2.10	465.20	112.50	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Капуста цветная запеченная в омлете	150	8.4	10.0	4.9	158.2	0.00	0.20	19.10	1.20	0.10	57.90	8.20	97.70	1.00	0.60	112.10	56.30	0.00	0.00	210	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Чай с сахаром	150	0.1	0.0	9.0	36.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.20	2.60	2.30	0.20	0.00	8.20	0.00	0.00	0.00	376	2015
Ватрушка с творогом	50	6.8	2.8	24.1	151.9	0.00	0.00	7.10	0.00	0.00	38.70	9.10	63.80	0.40	0.30	77.10	18.10	0.00	0.00	108	2010
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.80	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	510	18.1	14.2	66.1	486.0	0.00	13.20	26.20	1.20	0.10	132.20	40.20	203.60	5.10	1.30	594.70	75.10	0.00	0.00		
Всего за день:		46.2	47.1	184.4	1401.8	0.10	20.00	95.00	1.20	0.60	608.40	153.60	709.40	10.10	4.20	1418.00	232.80	0.00	0.00		

СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ИНН 7602088809
г. Ярославль

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,6	4,3	14,8	125,3	0,00	0,60	17,30	0,00	0,10	128,50	15,50	96,70	0,30	0,60	190,40	47,00	0,00	0,00	120	2015
Кофейный напиток на молоке	180	4,5	4,5	15,4	129,9	0,10	0,80	18,70	0,00	0,10	163,80	21,70	121,00	0,40	0,60	240,50	14,00	0,00	0,00	379	2015
Батон йодированный	30	2,3	0,8	15,4	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,60	9,90	25,50	0,60	0,20	38,30	1,10	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	360	11,4	9,7	45,6	333,8	0,10	1,40	36,00	0,00	0,20	298,90	47,10	243,20	1,30	1,40	470,20	62,10	0,00	0,00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0,8	0,2	15,2	64,5	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	10,50	6,00	10,50	2,10	0,10	180,00	1,50	0,00	0,00	389	2015
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	15,2	64,5	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	10,50	6,00	10,50	2,10	0,10	180,00	1,50	0,00	0,00		
Обед																					
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной	150	1,5	2,2	10,4	69,2	0,10	4,00	3,10	0,00	0,00	22,70	16,00	42,30	0,80	0,20	298,00	39,20	0,00	0,00	96	2015
Запеканка из печени с рисом	120	15,6	13,1	15,5	268,7	0,10	11,10	20,20	0,30	1,10	36,00	24,60	246,80	4,90	4,40	299,60	60,20	0,00	0,00	482	2004
Соус сметанный	30	0,4	2,4	1,2	31,3	0,00	0,00	10,10	0,00	0,00	10,80	1,30	7,20	0,00	0,00	14,90	9,10	0,00	0,00	330/пк	2015
Утка свиная	20	0,4	1,0	1,3	21,5	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	9,60	5,40	11,30	0,40	0,10	77,30	5,90	0,00	0,00	75	2015
Напиток из яблок сушеных	150	0,2	0,0	9,1	37,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	3,70	5,40	0,50	0,00	45,80	0,00	0,00	0,00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2,4	0,4	12,0	62,6	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	6,50	6,80	31,30	1,40	0,40	49,00	2,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	506	20,5	19,1	49,5	491,0	0,30	16,30	33,40	0,30	1,10	100,80	57,80	344,30	6,00	5,10	784,60	116,40	0,00	0,00		
Уплотненный полдник																					
Котлета рыбная	70	11,6	5,0	10,7	136,5	0,10	0,30	1,20	0,00	0,10	35,30	33,20	136,90	1,10	0,70	274,70	95,50	0,00	0,00	234	2015
Картофельное пюре	130	2,8	4,1	18,1	126,0	0,10	8,40	14,30	0,10	0,10	43,50	24,70	78,30	0,90	0,50	625,00	51,70	0,00	0,00	128	2015
Чай без сахара	150	0,1	0,0	0,0	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	3,00	3,00	0,30	0,00	10,40	0,00	0,00	0,00	376	2015
Батон йодированный	30	2,3	0,8	15,4	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,60	9,90	25,50	0,60	0,20	38,30	1,10	0,00	0,00		
Печенье	23	1,3	7,9	13,7	127,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	403	18,1	17,8	67,9	469,2	0,20	8,70	15,50	0,10	0,20	93,80	70,80	241,70	2,90	1,40	948,40	148,30	0,00	0,00		
Всего за день:		50,8	46,9	168,2	1358,5	0,60	29,40	84,90	0,40	1,50	504,00	181,70	839,70	14,30	8,00	3395,70	488,00	0,00	0,00		

ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ
«КомСитат»
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ИНН 7602088809
г. Ярославль

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша пшеница молочная жидкая	150	4.4	2.9	19.5	127.3	0.10	0.40	9.70	0.00	0.10	91.70	24.20	99.70	0.60	0.60	159.80	32.20	0.00	0.00	32	2010
Какао с молоком	150	3.6	3.5	11.0	97.8	0.00	0.60	13.50	0.00	0.10	119.40	21.80	94.00	0.60	0.70	197.80	10.10	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	14	2015
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	209	2015
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	380	15.2	18.6	46.3	432.6	0.10	1.00	63.30	1.10	0.30	238.80	59.50	283.60	2.60	1.90	454.40	51.40	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	170	5.2	1.6	12.0	82.8	0.10	5.70	0.20	0.00	0.00	17.90	18.00	42.30	0.80	0.30	409.30	40.30	0.00	0.00	97	2015
Рагу из овощей с курой	200	10.8	9.5	20.8	225.4	0.10	23.20	23.60	0.10	0.20	65.40	44.30	144.60	2.20	0.70	719.60	52.00	0.00	0.00	143/гтк	2015
Напиток из шиповника с изюмом	150	0.5	0.1	14.5	66.3	0.00	33.00	0.10	0.00	0.00	15.70	5.50	9.90	0.40	0.00	66.80	0.00	0.00	0.00	388	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	82.8	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	556	18.9	11.6	59.3	437.1	0.30	61.90	23.90	0.10	0.20	105.50	74.60	228.10	4.80	1.40	1244.70	94.30	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Гуляш "Болоньезе" (субпродукты)	60	11.0	6.8	4.2	120.6	0.11	2.39	0.20	0.00	0.30	12.65	16.64	104.42	2.51	1.30	221.88	21.92	0.00	0.00	гтк	
Макаронные изделия отварные	110	4.6	3.0	29.4	166.4	0.10	0.00	9.40	0.10	0.00	20.60	8.20	34.30	0.70	0.30	52.60	44.60	0.00	0.00	309	2015
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Печенье	20	1.1	6.9	11.9	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	500	19.6	18.1	73.6	638.1	0.21	15.39	9.60	0.10	0.30	69.05	48.14	181.52	7.01	2.00	685.68	70.22	0.00	0.00		
Всего за день:		58.0	62.8	185.5	1602.8	0.71	79.09	115.80	1.30	0.90	574.95	200.04	807.32	10.61	5.90	2302.22	130.22	0.00	0.00		

СОДЕРЖАНИЕ ПИТАНИЯ
ИНН 7602088809
г Ярославль

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150	4.1	3.3	15.8	115.2	0.10	0.40	10.10	0.00	0.10	97.10	27.50	105.30	0.60	0.80	172.50	32.50	0.00	0.00	34	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	360	9.8	7.6	43.6	295.8	0.10	1.00	24.70	0.00	0.20	233.60	53.80	221.90	1.70	1.50	401.80	44.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ из свежей капусты с картофелем, свиной	150/10	2.9	6.0	6.2	102.2	0.00	4.40	0.10	0.00	0.00	26.60	13.20	25.80	0.70	0.10	189.70	39.20	0.00	0.00	82	2015
Азу из говядины	60	9.3	9.4	3.0	145.9	0.00	1.30	0.00	0.00	0.10	12.00	13.30	85.70	1.30	0.10	63.80	24.60	0.00	0.00	438	2004
Каша гречневая рассычатая	110	6.6	4.2	29.9	186.2	0.20	0.00	9.10	0.10	0.10	16.10	95.00	141.70	3.30	1.10	199.60	33.70	0.00	0.00	171	2015
Кукуруза консервированная отварная	15	0.3	0.0	1.7	8.7	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	2.70	2.90	8.40	0.10	0.10	14.90	0.00	0.00	0.00	133	2015
Напиток из смеси сухофруктов	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	531	21.9	20.1	66.2	562.3	0.30	6.30	9.20	0.10	0.20	70.10	132.60	292.90	6.80	1.80	517.40	99.50	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	100	20.3	7.9	17.2	239.9	0.00	0.20	30.60	0.20	0.10	140.50	23.00	193.80	0.80	0.50	139.30	1.40	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Кисель из вишни	150	0.1	0.0	15.9	65.0	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	13.40	4.90	8.80	0.10	0.00	40.10	0.30	0.00	0.00	350	2015
Ватрушка с джемом	50	3.9	2.1	33.0	169.0	0.00	2.50	4.40	0.00	0.00	22.30	8.30	40.80	0.40	0.20	82.50	17.90	0.00	0.00	741	2004
Итого за прием пищи:	320	26.7	11.7	77.2	539.5	0.00	3.80	35.00	0.20	0.20	237.60	43.00	287.20	1.20	0.90	234.90	4.10	0.00	0.00		
Всего за день:		58.2	39.6	202.2	1 462.1	0.40	14.10	68.90	0.30	0.60	551.80	235.40	812.50	11.90	2.40	1 434.00	155.50	0.00	0.00		

Секция «ОБЪЕДИНЕННАЯ»
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сбор рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша манная молочная жидкая	150	3.8	2.6	17.1	112.4	0.00	0.40	10.10	0.00	0.10	92.60	12.40	72.50	0.30	0.40	142.50	31.80	0.00	0.00	31	201	
Кофейный напиток на молоке	150	3.8	3.7	12.9	108.1	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.40	18.00	100.70	0.30	0.50	200.20	11.70	0.00	0.00	379	201	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	76.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	201	
Сыр (порциями)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	201	
Итого за прием пищи:	350	12.6	17.1	45.5	399.6	0.10	1.20	88.70	0.20	0.20	338.20	45.30	262.70	1.30	1.50	393.00	44.40	0.00	0.00			
II Завтрак																						
Кефир	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	201	
Итого за прием пищи:	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																						
Суп из овощей со свиной и сметаной	150/10	3.1	6.8	7.0	108.7	0.00	5.10	3.10	0.00	0.00	25.20	13.20	31.30	0.60	0.20	226.70	38.90	0.00	0.00	99	201	
Гуляш из рыбы	50/50	9.0	4.4	2.8	93.2	0.10	1.00	5.70	0.00	0.10	30.50	30.50	120.20	0.50	0.60	280.70	119.00	0.00	0.00	тгк		
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.0	0.10	8.40	14.30	0.10	0.10	43.50	24.70	76.30	0.90	0.50	625.00	51.70	0.00	0.00	128	201	
Огурцы консервированные	15	0.1	0.0	0.3	2.0	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	3.50	2.10	3.60	0.10	0.00	21.20	0.00	0.00	0.00	70	201	
Компот из компотной смеси см	150	0.1	0.0	13.4	53.9	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	8.40	2.60	2.70	0.10	0.00	32.80	0.60	0.00	0.00	343	201	
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	591	17.5	15.7	53.6	446.4	0.30	15.90	23.10	0.10	0.20	117.60	79.90	265.40	3.60	1.70	1 235.40	212.20	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																						
Капуста тушеная с мясом свинины	150	8.4	16.4	10.6	248.5	0.00	25.70	10.20	0.10	0.10	66.60	23.40	47.30	1.40	0.60	289.00	28.70	0.00	0.00	тгк		
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	201	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Шанежки наливные с яйцами	50	6.1	2.9	24.5	153.3	0.10	0.00	0.00	0.30	0.00	51.60	8.20	69.90	0.60	0.60	62.20	21.50	0.00	0.00	740	201	
Итого за прием пищи:	380	16.9	20.2	50.5	480.8	0.10	25.70	10.20	0.40	0.10	133.20	44.50	144.70	2.90	1.40	410.90	51.30	0.00	0.00			
Всего за день:		51.4	67.8	155.6	1 415.3	0.50	43.90	152.00	0.70	0.80	769.00	190.70	815.30	8.00	4.60	2 039.30	307.90	0.00	0.00			

Исполнитель несет ответственность
С.С. «Минздрав»
С.С. «Центр питания»
 тел 7602088809
 г. Ярославль

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	Na, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	533,7	515,5	1740,2	14386,6	4.91	349.29	1 146.80	9.60	8.70	6 208.95	1 924.24	8 118.42	111.21	58.20	20 039.38	2 542.02	0.00	0.00
Среднее значение за период	53.4	51.6	174.0	1 438.7	0.49	34.93	114.70	1.00	0.90	620.90	192.42	811.84	11.12	5.60	2 003.94	254.20	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.8	32.2	53.0															

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ АГЕНТСТВО
 ИИИ
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
1-3 лет	361	151	544	405