

"Согласовано"
Заведующий МДОУ детский сад №

С.А. Мухоморова
17.01.2015

"Утверждаю"

генеральный директор
«Комитет по вопросам социального питания»
Ищенко С.В.

ИНН 7602088609
КПП 760201001

10-01 2015

Основное меню для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях возрастной группы 3-7 лет.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур		
		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 "Дружба" молочная жидкая	180	5.6	3.3	30.3	180.2	0.10	0.50	11.20	0.00	0.10	105.90	31.10	125.00	0.70	0.90	188.50	37.40	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	30	2.6	3.8	16.3	110.1	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		
Масло сливочное (порция)	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:	400	11.7	17.8	59.1	458.4	0.10	1.10	65.80	0.20	0.20	238.20	47.50	219.10	1.20	1.40	381.00	48.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.0	0.0	18.2	79.2	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	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.0	0.0	18.2	79.2	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 луценым)	200	4.7	3.9	15.5	115.3	0.10	3.70	0.20	0.00	0.00	32.10	26.30	62.50	1.80	0.70	374.70	51.40	0.00	0.00	102	2015
Биточек мясной	70	8.3	13.4	8.5	198.9	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	8.10	7.40	22.80	0.50	0.20	41.40	16.90	0.00	0.00	т.к.	
Капуста тушеная	150	3.0	5.5	11.8	115.1	0.05	25.56	0.00	0.00	0.06	87.91	31.25	60.85	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	139	2015
Напиток из яблок сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	16.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	645	19.2	23.3	61.7	552.9	0.25	28.76	0.20	0.00	0.06	154.41	78.05	191.85	5.60	1.40	532.60	70.20	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Тефтели рыбные с соусом	90/50	11.1	6.9	15.0	172.5	0.10	1.50	4.30	0.00	0.10	39.90	38.10	144.80	0.90	1.00	336.00	129.50	0.00	0.00	239	2015
Рис с овощами	130	3.7	4.6	37.5	211.7	0.00	0.60	15.80	0.10	0.00	21.60	27.70	76.70	0.70	0.80	81.80	43.00	0.00	0.00	450	2003
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	16.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	485	17.5	12.5	70.5	476.4	0.20	2.10	20.10	0.10	0.10	79.30	81.10	255.00	2.70	2.10	476.70	173.80	0.00	0.00		
Всего за день:		48.4	53.6	209.5	1566.9	0.55	32.96	86.10	0.30	0.36	471.91	206.65	665.95	9.50	4.90	1390.30	292.30	0.00	0.00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сб рен
		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	I, мг	F, мг	So, мг		
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	4.9	3.9	19.0	138.3	0.10	0.50	12.10	0.00	0.10	116.50	33.00	126.20	0.70	1.00	207.00	38.20	0.00	0.00	34	
Корфейный 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	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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	
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	
Итого за прием пищи:	445	16.9	20.7	62.8	488.8	0.30	1.30	70.90	1.10	0.30	309.10	70.10	341.40	2.60	2.30	550.90	61.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кефир	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, свиной	200/10	3.5	7.5	7.6	118.9	0.00	9.60	4.40	0.00	0.00	42.30	16.90	36.50	0.80	0.40	250.10	51.60	0.00	0.00	88	
Суфле рыбное	70	12.0	7.6	1.0	134.2	0.10	0.50	18.80	0.60	0.20	50.10	30.40	162.90	0.90	1.00	307.50	111.80	0.00	0.00	400	
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.20	28.60	88.10	1.10	0.50	721.00	56.80	0.00	0.00	128	
Огурцы консервированные	20	0.2	0.0	0.3	2.6	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	4.60	2.80	4.80	0.10	0.00	28.20	0.00	0.00	0.00	70	
Напиток из шиповника с изюмом	180	0.5	0.1	17.4	79.6	0.00	39.60	0.10	0.00	0.00	18.80	6.40	11.80	0.60	0.00	79.90	0.00	0.00	0.00	388	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	675	22.5	20.5	62.2	559.8	0.30	60.30	40.10	0.70	0.40	174.10	93.70	343.30	5.30	2.40	1 447.80	222.80	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	140	28.4	11.1	24.4	337.8	0.10	0.30	43.00	0.30	0.20	198.60	32.00	272.90	1.10	0.70	198.00	6.10	0.00	0.00	223	
Молоко сгущенное	30	2.2	2.6	16.7	98.4	0.00	0.30	0.00	0.00	0.10	92.10	10.20	65.70	0.10	0.30	109.50	2.10	0.00	0.00		
Кисель из вишни	200	0.2	0.0	21.1	86.5	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	17.80	6.50	11.60	0.10	0.00	53.60	0.40	0.00	0.00	350	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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	381.40	2.80	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	535	33.9	15.2	92.9	675.5	0.20	14.80	43.00	0.30	0.30	337.00	70.70	394.30	4.90	1.50	768.40	12.50	0.00	0.00		
Всего за день:		78.5	62.2	215.1	1 830.3	0.90	77.70	190.00	2.10	1.30	1 036.20	259.70	1 250.00	13.00	6.20	2 767.20	296.80	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

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		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	Ca, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша рисовая молочная жидкая	180	4.2	2.9	25.1	150.6	0.00	0.50	11.60	0.00	0.10	105.80	22.10	102.10	0.30	0.70	165.70	37.00	0.00	0.00	33	2010
Кавказ с молоком	180	4.9	4.8	14.1	130.2	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	164.10	28.30	128.30	0.70	0.80	268.90	14.00	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	35	2.5	1.0	16.0	81.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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	2.6	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	2015
Итого за прием пищи:	415	14.4	18.6	67.3	473.0	0.20	1.40	63.30	0.20	0.20	380.00	67.00	324.20	1.80	2.20	491.60	52.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молочный ванильный 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	6.2	6.4	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	225	6.5	2.1	16.0	108.6	0.10	7.70	0.20	0.00	0.10	23.80	23.90	55.90	1.00	0.40	541.70	53.10	0.00	0.00	97	2015
Гуляш из птицы	40/40	9.7	9.9	3.9	155.7	0.10	1.60	11.00	0.00	0.10	16.70	17.60	99.20	1.10	0.10	65.40	21.10	0.00	0.00		
Каша гречневая рассыпчатая	130	7.8	4.9	35.4	221.1	0.20	0.00	11.00	0.10	0.10	18.90	112.40	167.80	3.90	1.30	236.30	38.00	0.00	0.00	171	2015
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	38.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	660	27.5	17.6	66.4	631.6	0.50	9.30	22.20	0.10	0.30	76.90	164.10	362.10	7.80	2.30	905.30	114.70	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Жаркое по-домашнему со свиной	200	7.8	18.2	25.1	310.6	0.20	12.10	0.30	0.00	0.10	34.00	37.00	91.40	1.80	0.80	849.20	86.30	0.00	0.00	тук	
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	16.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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:	438	11.8	27.1	56.8	530.8	0.30	12.10	0.30	0.00	0.10	51.80	52.30	124.90	2.90	1.10	908.10	89.60	0.00	0.00		
Всего за день:		58.9	68.6	216.8	1777.8	1.10	23.80	138.60	0.30	0.80	702.60	304.70	948.00	12.70	4.30	2382.50	256.70	0.00	0.00		

Общая ответственность
**«Комбинат
 СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**
 ИНН 7602088809
 г Ярославль

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	l, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша ячневая молочная жидкая	180	4.9	3.4	20.2	138.7	0.00	0.60	13.60	0.00	0.10	134.20	21.70	137.70	0.50	0.70	202.90	38.20	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	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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
Итого за прием пищи:	405	11.0	15.1	50.7	398.5	0.10	1.20	68.20	0.20	0.20	274.20	49.70	261.60	1.70	1.50	440.30	50.40	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	200	4.5	6.0	14.5	134.3	0.10	8.90	0.30	0.50	0.20	33.60	24.10	66.00	1.40	0.70	517.00	57.20	0.00	0.00	87	2015
Печень по-строгановски	40/40	10.7	7.8	3.4	148.4	0.10	8.30	12.20	0.00	0.90	19.80	11.80	162.50	3.40	3.00	201.10	24.30	0.00	0.00	255	2015
Макаронные изделия отварные	130	5.4	3.5	34.8	196.7	0.10	0.00	11.00	0.10	0.00	24.30	9.80	40.50	0.90	0.30	62.10	52.70	0.00	0.00	309	2015
Напиток из яблок сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	16.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.80	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	635	23.8	17.8	78.6	603.0	0.40	15.30	23.50	0.60	1.10	104.00	58.80	334.70	8.00	4.50	896.70	136.70	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Пудинг творожный	140	21.5	7.7	21.7	261.3	0.00	0.40	26.50	0.30	0.30	179.30	28.90	232.50	1.00	0.80	212.10	6.70	0.00	0.00	222	2015
Молоко сгущенное	30	2.2	2.6	16.7	98.4	0.00	0.10	0.00	0.00	0.10	82.90	9.20	59.10	0.10	0.30	109.50	2.10	0.00	0.00		
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Плюшка 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:	400	28.4	16.9	73.4	580.3	0.10	0.60	28.30	0.30	0.40	296.50	49.20	340.30	1.90	1.40	407.30	30.10	0.00	0.00		
Всего за день:		63.7	50.3	215.4	1 642.9	0.60	30.10	120.00	1.10	1.70	695.50	168.10	950.90	14.50	12.10	2 105.70	219.90	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Комбинат социального питания»
ИНН 7602088809
г. Ярославль

5 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	Na, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Омлет натуральный	180	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	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	16.70	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	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	86.1	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)	15	3.9	3.9	0.0	51.6	0.00	0.10	34.50	0.00	0.00	150.00	7.50	91.50	0.10	0.50	14.30	0.00	0.00	15	2015	
Итого за прием пищи:	400	23.4	31.8	37.2	664.4	0.30	1.30	118.80	2.20	0.50	442.70	57.40	432.20	3.10	2.70	529.40	83.10	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с клецками и свиной	200/10	5.5	7.2	23.2	185.3	0.00	3.70	0.20	0.10	0.00	26.10	17.30	50.70	0.90	0.30	288.20	59.00	0.00	0.00	108/108	2015
"Ежики" мясные со сметанным соусом	120/50	16.7	14.0	12.4	281.4	0.00	1.40	16.80	0.10	0.10	40.80	25.20	165.70	2.30	3.00	351.10	68.30	0.00	0.00	287	2015
Салатка, тушеная в сметанном соусе	130	2.2	5.7	5.5	111.7	0.00	4.80	10.50	0.00	0.00	52.10	25.60	55.20	1.50	0.50	368.90	17.70	0.00	0.00	140	2015
Компот из компотной смеси с/м	180	0.1	0.0	16.1	64.7	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	10.10	2.80	3.20	0.10	0.00	39.30	0.70	0.00	0.00	343	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	736	27.6	27.4	72.2	701.4	0.10	10.70	27.50	0.20	0.10	137.20	79.50	314.00	6.60	4.30	1 108.70	149.20	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Котлета рыбная	70	9.4	5.7	6.2	116.9	0.10	0.40	0.00	0.10	0.10	20.80	20.30	121.60	0.80	0.70	207.50	104.00	0.30	0.00	тгк	
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	148.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.50	28.60	88.20	1.10	0.50	721.00	60.90	0.00	0.00	128	2015
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Пирог "Менчик"	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	тгк	
Итого за прием пищи:	485	17.4	19.1	64.5	511.8	0.30	10.00	18.40	0.30	0.30	107.30	68.40	269.70	3.20	1.60	1 009.10	167.00	0.30	0.00		
Всего за день:		73.6	83.8	182.0	1 891.7	0.80	23.00	187.50	2.70	1.10	681.10	226.60	1 152.80	13.80	8.40	2 924.10	339.20	0.30	0.00		

**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецепту	
		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 пшеничная молочная жидкая	180	4.7	2.9	20.0	131.9	0.10	0.50	11.60	0.00	0.10	110.60	21.30	112.80	0.60	0.40	183.70	37.50	0.00	0.00	35	2010
Чай с молоком	200	3.9	3.8	13.7	113.9	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	146.50	20.00	104.60	0.80	0.50	222.40	12.20	0.00	0.00	378	2015
Кекс чайный	30	2.6	3.8	16.3	110.1	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:	410	11.2	10.5	50.0	355.9	0.20	1.20	27.80	0.00	0.20	257.10	41.30	217.40	1.60	0.90	406.10	49.70	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кефир	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:	180	6.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с фасолью	200	2.1	3.6	10.6	83.3	0.00	3.70	0.20	0.00	0.00	19.30	13.60	29.90	0.60	0.20	257.70	50.80	0.00	0.00	102	2015
Тертель "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 раздужный	130	3.6	5.5	35.6	210.6	0.00	1.20	9.60	0.10	0.00	27.70	30.10	79.80	0.70	0.90	102.10	43.20	0.00	0.00	450/тк	2003
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	87.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	349	2015	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.60	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	555	16.3	21.6	86.3	620.8	0.10	5.90	16.10	0.10	0.00	84.00	66.60	202.50	3.90	2.40	557.60	131.40	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
Чай с сахаром	200	0.1	0.0	12.0	48.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.70	3.60	3.00	0.30	0.00	10.90	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
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	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	565	18.4	14.3	71.7	511.2	0.10	13.20	26.20	1.20	0.10	135.80	42.90	208.60	5.30	1.40	607.40	78.30	0.00	0.00		
Всего за день:		51.1	62.1	215.2	1694.1	0.50	21.60	106.10	1.30	0.60	692.90	176.00	799.50	11.00	4.70	1571.40	259.40	0.00	0.00		

Общество с ограниченной ответственностью
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

7 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	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	І, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.5	5.1	17.8	150.0	0.10	0.80	20.70	0.00	0.10	154.10	18.70	116.00	0.40	0.70	228.30	57.20	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	0.80	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00		
Сыр (порционы)	15	3.9	3.9	0.0	51.6	0.00	0.10	34.50	0.00	0.00	150.00	7.50	91.50	0.10	0.50	14.30	0.00	0.00	0.00	15	2015
Итого за прием пищи:	410	16.5	14.5	61.2	423.2	0.30	1.70	73.90	0.00	0.20	475.60	59.50	358.30	1.80	2.10	529.00	72.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	388	2015
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00		
Обед																					
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной	200	2.1	2.9	14.1	92.3	0.10	5.40	4.40	0.00	0.00	30.50	20.90	56.30	0.80	0.20	397.40	52.10	0.00	0.00	86	2015
Запеканка из печени с рисом	150	19.5	16.2	19.5	336.5	0.20	13.90	25.60	0.40	1.60	45.20	30.90	308.70	6.10	5.40	374.80	78.40	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	2015
Икра савоильная	35	0.8	1.8	2.3	38.4	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	16.60	9.20	19.90	0.60	0.20	135.40	11.30	0.00	0.00	75	2015
Напиток из яблок сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	640	26.0	23.8	63.0	622.1	0.40	21.40	40.10	0.40	1.60	129.40	75.40	437.80	9.80	6.30	1 039.00	153.40	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	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.20	28.60	88.10	1.10	0.50	721.00	58.90	0.00	0.00	128	2015
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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:	458	18.9	18.7	63.3	502.6	0.30	9.90	18.00	0.10	0.30	103.30	77.10	258.50	3.30	1.50	1 054.80	153.70	0.00	0.00		
Всего за день:		62.3	57.2	195.7	1 625.3	1.00	36.60	132.00	0.50	2.10	720.90	219.20	1 067.20	17.20	10.60	3 889.00	460.30	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВЕННАЯ ПИЩЕВА
**«КОММУНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**
ИНН 7602088809
г. Ярославль

8 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 пшеничная молочная жидкая	180	5.3	3.6	23.4	152.7	0.10	0.50	11.60	0.00	0.10	109.80	29.10	119.80	0.70	0.80	191.70	37.80	0.00	0.00	32	201
Какао с молоком	180	4.4	4.2	13.2	117.5	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	143.40	26.00	113.10	0.60	0.70	238.20	12.20	0.00	0.00	382	201
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.80	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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	201	
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	206	201
Итого за прием пищи:	446	17.2	20.0	55.0	496.8	0.30	1.20	67.90	1.10	0.30	282.00	70.50	326.90	2.80	2.20	533.30	59.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	385	201
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	225	6.5	2.1	16.0	108.6	0.10	7.70	0.20	0.00	0.10	23.80	23.90	55.90	1.00	0.40	541.70	53.10	0.00	0.00	97	201
Котлета из мяса кур	70	9.5	13.4	7.3	201.9	0.00	0.80	16.40	0.00	0.10	19.80	16.20	100.60	1.20	0.20	42.70	21.10	0.00	0.00	тпк	
Рагу из овощей с зал.гор.	150	2.9	3.2	15.4	104.3	0.10	13.80	0.30	0.00	0.00	42.20	30.20	68.50	1.30	0.70	503.10	23.60	0.00	0.00	143	201
Напиток из шиповника с изюмом	180	0.5	0.1	17.4	79.6	0.00	39.60	0.10	0.00	0.00	18.60	6.40	11.80	0.60	0.00	79.90	0.00	0.00	0.00	388	201
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	670	22.4	19.3	71.1	672.7	0.30	61.90	17.00	0.00	0.20	112.70	85.30	276.00	5.90	1.80	1 228.60	100.30	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Гуляш "Болоньезе" (субпродукты)	80	14.6	9.0	5.6	160.8	0.14	3.19	0.26	0.00	0.40	16.87	22.18	139.22	3.34	1.73	295.97	29.22	0.00	0.00	тпк	
Макаронные изделия отварные	130	5.4	3.5	34.8	196.7	0.10	0.00	11.00	0.10	0.00	24.30	9.80	40.50	0.90	0.30	62.10	52.70	0.00	0.00	309	201
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	376	201
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	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	4039/75	
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:	575	24.3	20.9	83.0	621.8	0.34	16.19	11.26	0.10	0.40	79.77	57.68	227.52	8.24	2.53	778.37	85.82	0.00	0.00		
Всего за день:		69.1	65.6	217.2	1 795.4	1.04	80.29	118.96	1.20	1.10	668.37	234.78	967.32	17.14	7.33	2 817.262.52	262.52	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
**«Комбинат
 социального питания»**
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		B1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	B2, 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	160	4.9	3.9	19.0	138.3	0.10	0.50	12.10	0.00	0.10	116.50	33.00	126.20	0.70	1.00	207.00	36.00	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	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00			
Масло сливочное (горький)	10	0.1	7.3	0.1	68.1	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:	405	11.0	15.6	49.5	398.1	0.20	1.10	66.70	0.20	0.20	256.50	61.00	250.10	1.90	1.80	444.40	51.20	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ из свежей капусты с картофелем, свиной	200/10	3.3	6.5	8.9	120.0	0.00	6.40	0.20	0.00	0.00	37.20	18.70	36.10	1.10	0.40	266.00	52.30	0.00	0.00	82	2015
Азу из говядины	70	10.6	11.1	3.4	170.2	0.00	1.40	0.00	0.00	0.10	14.10	15.70	100.00	1.50	0.20	74.00	28.70	0.00	0.00	438	2004
Каша гречневая рассыпчатая	130	7.8	4.9	35.4	220.0	0.20	0.00	10.80	0.10	0.10	18.90	112.20	167.50	3.90	1.30	235.90	38.00	0.00	0.00	171	2015
Кукуруза консервированная отварная	15	0.3	0.0	1.7	8.7	0.00	0.60	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	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	6.70	6.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.60	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	650	25.7	23.1	80.5	665.1	0.30	8.40	11.00	0.10	0.20	88.40	159.70	351.20	8.50	2.50	652.70	121.50	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	140	28.3	11.0	24.1	336.0	0.10	0.30	42.60	0.30	0.20	196.60	31.90	271.30	1.10	0.70	195.00	1.90	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	30	2.2	2.6	16.7	98.4	0.00	0.30	0.00	0.00	0.10	92.10	10.20	65.70	0.10	0.30	108.50	2.10	0.00	0.00		
Кисель из вишни	200	0.2	0.0	21.1	66.5	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	17.80	6.50	11.60	0.10	0.00	53.60	0.40	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:	420	34.6	15.7	94.9	689.9	0.10	4.30	47.20	0.30	0.30	328.80	56.90	389.40	1.70	1.20	440.60	22.30	0.00	0.00		
Всего за день:		72.2	64.5	243.1	1 830.5	0.60	17.40	124.90	0.60	0.70	686.30	284.80	1 003.30	14.60	5.60	1 753.70	196.80	0.00	0.00		

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

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	180	4.6	3.0	20.6	134.8	0.00	0.50	12.10	0.00	0.10	111.20	15.00	86.90	0.30	0.50	171.00	37.10	0.00	0.00	31	201
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	201
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.80	1.30	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	201	
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	15	201	
Итого за прием пищи:	415	14.4	18.4	54.1	466.9	0.20	1.40	93.80	0.20	0.20	385.10	53.30	301.70	1.50	1.80	466.40	52.40	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кефир	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	201
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Суп из овощей со свиной и сметаной	200/10	3.6	7.6	9.5	126.8	0.00	6.80	4.40	0.00	0.00	34.00	17.90	41.50	0.80	0.30	302.50	51.70	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	тк	
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	148.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.50	28.60	88.20	1.10	0.50	721.00	60.80	0.00	0.00	128	201
Огурцы консервированные	20	0.2	0.0	0.3	2.6	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	4.60	2.80	4.80	0.10	0.00	28.20	0.00	0.00	0.00	70	201
Компот из компотной смеси с/м	180	0.1	0.0	16.1	64.7	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	10.10	2.80	3.20	0.10	0.00	39.30	0.70	0.00	0.00	343	201
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	705	18.2	17.3	64.6	511.8	0.30	19.10	26.90	0.10	0.30	137.80	91.20	297.10	4.40	1.90	1432.90	234.80	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Капуста тушеная с мясом свинины	200	11.2	22.1	13.9	330.9	0.10	34.40	13.50	0.10	0.10	88.60	31.00	62.80	1.90	0.80	398.20	36.30	0.00	0.00	тк	
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	378	201
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.80	1.30	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	51.80	8.20	68.90	0.60	0.60	62.20	21.50	0.00	0.00	740	2004
Итого за прием пищи:	465	20.0	26.0	66.4	576.4	0.30	34.40	13.50	0.40	0.10	158.00	54.50	165.20	3.60	1.70	519.30	61.10	0.00	0.00		
Всего за день:		58.8	67.5	182.3	1651.3	0.90	56.20	170.20	0.70	0.90	896.90	224.20	935.00	8.70	3.70	2998.90	359.60	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809

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	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	636,5	615,6	2091,3	17210,2	7.99	399.65	1 374.36	10.80	10.66	7 452.68	2 304.73	9 739.97	132.44	67.53	23 172.17	2 947.42	0.30	0.00
Среднее значение за период	63.7	61.6	209.1	1 721.0	0.80	39.97	137.44	1.10	1.07	745.27	230.47	974.00	13.24	6.75	2 317.22	294.74	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.8	32.2	53.0															

Общество с ограниченной ответственностью
«Комбинат социального питания»
ИНН 7602088809

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
3-7 лет	415	175	667	483