

**Примерное меню приготавливаемых блюд  
(зима - весна)**

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ПН - 1 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток с молоком	155	2.59	2.56	10.62	75.14	395/Мск
	Батон нарезной	40	3.00	1.16	20.56	104.8	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
	Каша манная молочная жидкая	150	4.71	4.15	23.82	151.58	268/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>10.34</b>	<b>11.49</b>	<b>55.06</b>	<b>364.57</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Банан (плоды свежие)	100	1.50	0.50	21.00	96	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>1.50</b>	<b>0.50</b>	<b>21.00</b>	<b>96</b>	
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Кукуруза консервированная	50	1.12	0.81	5.61	34.66	245/Мск
	Суп с рыбными консервами	200	6.90	2.70	10.36	93.6	159/Прм
	Гуляш из говядины	60	10.66	10.92	1.92	148.44	373/Прм
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4.84	2.86	30.61	167.36	243/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.16	0.00	0.83	5.44	54-3гн/Нск
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>651</b>	<b>27.59</b>	<b>17.88</b>	<b>70.86</b>	<b>558.81</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка молочная	45	4.46	2.22	26.05	142.03	585/Прм
	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>225</b>	<b>13.46</b>	<b>7.98</b>	<b>41.35</b>	<b>298.63</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>2</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1328</b>	<b>52.89</b>	<b>37.85</b>	<b>188.27</b>	<b>1318.01</b>	
<b>ВТ - 1 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Омлет натуральный	150	13.52	18.32	3.52	233.45	307/Прм

	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Сыр твердый порциями	7	1.79	1.83	0.00	24.01	106/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>362</b>	<b>17.28</b>	<b>20.88</b>	<b>22.62</b>	<b>347.57</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый	150	0.75	0.15	15.15	69	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0.75</b>	<b>0.15</b>	<b>15.15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы и моркови	50	0.65	5.15	3.55	63.5	52/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0.00	17.82	72.9	54-1хн/Нск
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Суп из овощей с фасолью	200	7.92	6.78	9.48	131.46	148/Прм
	Капуста тушеная	120	1.86	3.44	9.47	76.58	428/Прм
	Печень, тушенная в соусе	55	7.32	4.23	3.02	79.2	*406
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>656</b>	<b>22.11</b>	<b>20.19</b>	<b>64.87</b>	<b>532.95</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Печенье	20	1.50	1.96	14.88	83.4	609/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>6.92</b>	<b>6.66</b>	<b>26.98</b>	<b>196.9</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>1</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1419</b>	<b>47.06</b>	<b>47.88</b>	<b>129.62</b>	<b>1146.42</b>	
<b>СР - 1 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша "Дружба"	150	4.05	7.44	21.27	168.24	*266
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
	Какао с молоком	170	3.47	3.60	11.87	93.55	397/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>9.44</b>	<b>15.39</b>	<b>46.05</b>	<b>360.34</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>9.80</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1.47	2.59	3.09	41.47	10/Мск
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	11.20	8.76	1.48	129.66	154/Прм
	Картофель отварной	110	2.09	5.39	13.97	112.2	431/Прм
	Чай с молоком (2-й вариант)	150	1.17	1.22	13.02	65.7	507/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Котлеты рыбные,	60	9.22	1.94	6.05	78.83	351/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>621</b>	<b>29.06</b>	<b>20.49</b>	<b>59.14</b>	<b>537.17</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сдоба обыкновенная	45	3.87	1.88	26.87	139.09	589/Прм
	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>225</b>	<b>12.87</b>	<b>7.64</b>	<b>42.17</b>	<b>295.69</b>	

Соль дополн	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>2</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1298</b>	<b>51.77</b>	<b>43.92</b>	<b>157.16</b>	<b>1240.2</b>	
<b>ЧТ - 1 неделя</b>							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	100	14.60	10.13	22.50	298.6	327/Прм
	Соус молочный сладкий	40	1.06	1.96	6.55	47.56	*449
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.16	0.00	0.83	5.44	54-3гн/Нск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>17.74</b>	<b>16.44</b>	<b>42.79</b>	<b>450.15</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	150	3.99	7.36	24.56	178.35	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>3.99</b>	<b>7.36</b>	<b>24.56</b>	<b>178.35</b>	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Салат из свеклы отварной	50	0.75	2.75	4.20	44.5	51/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	200	10.00	7.58	8.62	142.56	133/Прм
	Птица отварная	60	15.65	15.77	0.29	205.51	409/Прм
	Макаронные изделия отварные	110	4.16	2.72	26.43	146.96	297/Прм
	Кисель из яблок	160	0.10	0.10	15.34	61.63	520
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>631</b>	<b>34.57</b>	<b>29.51</b>	<b>76.41</b>	<b>710.47</b>	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Печенье	20	1.50	1.96	14.88	83.4	609/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6.72</b>	<b>6.46</b>	<b>22.08</b>	<b>173.4</b>	
Соль дополн	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>1</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1332</b>	<b>63.02</b>	<b>59.77</b>	<b>165.84</b>	<b>1512.37</b>	
<b>ПТ - 1 неделя</b>							
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	155	2.59	2.56	10.62	75.14	395/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
	Каша гречневая вязкая	130	4.99	4.03	22.72	147.54	254/Прм
	Яйца вареные	40	5.08	4.60	0.28	62.8	306/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>355</b>	<b>14.58</b>	<b>15.54</b>	<b>46.53</b>	<b>384.03</b>	
ЗАВТРАК 2	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.90</b>	<b>0.20</b>	<b>8.10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД	Картофельное пюре	120	1.87	2.69	11.58	78.23	*434/Пермь
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Кукуруза консервированная	50	1.12	0.81	5.61	34.66	245/Мск

	Щи из свежей капусты с картофелем	200	6.62	9.72	5.52	136.42	147/Прм
	Тефтели из печени с рисом	60	5.15	6.29	8.90	113.17	284
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>661</b>	<b>18.76</b>	<b>20.10</b>	<b>59.39</b>	<b>496.4</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Пирожки печеные из слобного теста с овощным фаршем	50	3.70	4.33	19.93	133.38	562/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>12.70</b>	<b>10.09</b>	<b>35.23</b>	<b>289.98</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>2</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1348</b>	<b>46.94</b>	<b>45.93</b>	<b>149.25</b>	<b>1213.41</b>	
<b>ПН - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная жидкая	150	4.21	4.44	25.04	156.98	274/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Сыр твердый порциями	6	1.54	1.57	0.00	20.58	106/Прм
	Батон нарезной	20	1.50	0.58	10.28	52.4	117/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>356</b>	<b>7.34</b>	<b>6.59</b>	<b>41.57</b>	<b>254.57</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый	150	0.75	0.15	15.15	69	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0.75</b>	<b>0.15</b>	<b>15.15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы и моркови	50	0.65	5.15	3.55	63.5	52/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.38	0.00	20.25	82.5	527/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	11.28	6.44	14.66	161.9	149/Прм
	Рыба, запеченная в омлете	70	12.88	7.83	4.17	138.94	343/Прм
	Картофель отварной	110	2.09	5.39	13.97	112.2	431/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>631</b>	<b>31.19</b>	<b>25.40</b>	<b>78.13</b>	<b>668.35</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Вафли	15	0.42	0.49	11.60	52.5	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>245</b>	<b>5.84</b>	<b>5.19</b>	<b>23.70</b>	<b>166</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>1</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1383</b>	<b>45.12</b>	<b>37.33</b>	<b>158.55</b>	<b>1157.92</b>	
<b>ВТ - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка морковная с творогом	130	10.67	10.54	22.46	260.53	320/Прм
	Какао с молоком	170	3.47	3.60	11.87	93.55	397/Мск
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм

	Концентрат киселя витаминизированного(подлив)	25	0.00	0.00	1.25	4.74	516/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>16.02</b>	<b>14.87</b>	<b>48.43</b>	<b>424.32</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>9.80</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Печень, тушенная в соусе	55	7.32	4.23	3.02	79.2	*406
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1.47	2.59	3.09	41.47	10/Мск
	Рассольник ленинградский	200	1.64	4.20	13.00	97	*139
	Рагу из овощей	120	1.85	9.17	9.06	127.19	201/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>656</b>	<b>16.28</b>	<b>20.78</b>	<b>55.95</b>	<b>478.78</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка домашняя	45	3.62	4.68	28.41	168.72	*583
	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>225</b>	<b>12.62</b>	<b>10.44</b>	<b>43.71</b>	<b>325.32</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>1</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1332</b>	<b>45.32</b>	<b>46.49</b>	<b>157.89</b>	<b>1275.42</b>	
<b>СР - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	150	13.52	18.32	3.52	233.45	307/Прм
	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	180	0.16	0.00	0.83	5.44	54-3гн/Нск
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	703/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>15.60</b>	<b>22.67</b>	<b>17.26</b>	<b>337.44</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый	150	0.75	0.15	15.15	69	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0.75</b>	<b>0.15</b>	<b>15.15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	Кукуруза консервированная	50	1.12	0.81	5.61	34.66	245/Мск
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Суп с рыбными консервами	200	6.90	2.70	10.36	93.6	159/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	60	9.54	11.22	1.43	145.1	372/Прм
	Рис отварной	110	2.80	1.75	29.34	144.32	419/Прм
	Кисель из яблок	150	0.09	0.09	21.87	86.21	*520
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>621</b>	<b>24.36</b>	<b>17.16</b>	<b>90.14</b>	<b>613.2</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
	Пряники	20	1.18	0.94	15.00	73.2	608/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6.40</b>	<b>5.44</b>	<b>22.20</b>	<b>163.2</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в

<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>2</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1333</b>	<b>47.11</b>	<b>45.42</b>	<b>144.75</b>	<b>1182.84</b>	
<b>ЧТ - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Батон нарезной	25	1.88	0.73	12.85	65.5	117/Прм
	Сыр твердый порциями	7	1.79	1.83	0.00	24.01	106/Прм
	Каша "Дружба"	130	3.46	3.65	18.37	120.05	266/Прм
	Яйца вареные	40	5.08	4.60	0.28	62.8	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	155	2.59	2.56	10.62	75.14	395/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>357</b>	<b>14.80</b>	<b>13.37</b>	<b>42.12</b>	<b>347.5</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.90</b>	<b>0.20</b>	<b>8.10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>	Чай с сахаром		0.00	0.00	0.00	0	54-2гн/Нск
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Салат из моркови	50	0.55	5.05	4.55	66	19/Пермь
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	11.20	8.76	1.48	129.66	154/Прм
	Макаронные изделия отварные с сыром	110	6.66	5.56	18.70	151.25	301/Прм
	Печень говяжья по-строгановски	60	9.82	7.53	2.35	116.18	403/Прм
Компот из яблоч с лимоном	180	0.27	0.18	22.59	92.7	528/Прм	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>651</b>	<b>32.41</b>	<b>27.67</b>	<b>71.20</b>	<b>665.1</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Йогурт	180	9.00	5.76	15.30	156.6	536/Прм
	Сдоба обыкновенная	45	3.87	1.88	26.87	139.09	589/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>225</b>	<b>12.87</b>	<b>7.64</b>	<b>42.17</b>	<b>295.69</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	1	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>1</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1334</b>	<b>60.98</b>	<b>48.88</b>	<b>163.59</b>	<b>1351.29</b>	
<b>ПТ - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Сырники из творога запеченные	100	14.60	10.13	22.50	298.6	327/Прм
	Соус молочный сладкий	40	1.06	1.96	6.55	47.56	*449
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>18.00</b>	<b>12.96</b>	<b>50.72</b>	<b>449.37</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.15	15.15	69	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0.75</b>	<b>0.15</b>	<b>15.15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	Картофельное пюре	120	1.87	2.69	11.58	78.23	*434/Пермь
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	114/Прм
	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.5	121/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	200	10.00	7.58	8.62	142.56	133/Прм

	Рыба, припущенная в молоке	70	10.86	6.21	2.20	108.59	*342
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.38	0.00	20.25	82.5	527/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2.39	0.43	11.69	62.31	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>641</b>	<b>27.97</b>	<b>21.52</b>	<b>68.03</b>	<b>580.69</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	20	1.50	1.96	14.88	83.4	609/Прм
	Ряженка	180	5.22	4.50	7.20	90	535/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6.72</b>	<b>6.46</b>	<b>22.08</b>	<b>173.4</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	2	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>2</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1343</b>	<b>53.44</b>	<b>41.09</b>	<b>155.98</b>	<b>1272.46</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>13450</b>	<b>513.65</b>	<b>454.56</b>	<b>1570.90</b>	<b>12670.34</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1345</b>	<b>51.36</b>	<b>45.46</b>	<b>157.09</b>	<b>1267.03</b>	

**Примерное меню приготавливаемых блюд  
(зима - весна)**

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ПН - 1 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток с молоком	180	3.01	2.97	12.33	87.26	395/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
	Каша манная молочная жидкая	200	6.28	5.54	31.76	202.1	268/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>414</b>	<b>11.57</b>	<b>12.28</b>	<b>59.56</b>	<b>394.4</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Банан (плоды свежие)	100	1.50	0.50	21.00	96	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>1.50</b>	<b>0.50</b>	<b>21.00</b>	<b>96</b>	
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Кукуруза консервированная	65	1.45	1.06	7.30	45.06	245/Мск
	Суп с рыбными консервами	250	8.63	3.38	12.95	117	159/Прм
	Гуляш из говядины	70	12.44	12.74	2.24	173.18	373/Прм
	Каша гречневая рассыпчатая	140	6.16	3.64	38.96	213.01	243/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.17	0.00	0.87	5.74	54-3гн/Нск
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>784</b>	<b>34.13</b>	<b>21.61</b>	<b>91.78</b>	<b>702.88</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка молочная	50	4.96	2.47	28.94	157.81	585/Прм
	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>14.96</b>	<b>8.87</b>	<b>45.94</b>	<b>331.81</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1551</b>	<b>62.16</b>	<b>43.26</b>	<b>218.28</b>	<b>1525.09</b>	
<b>ВТ - 1 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Омлет натуральный	180	16.22	21.98	4.23	280.13	307/Прм



	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Сыр твердый порциями	10	2.56	2.61	0.00	34.3	106/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>21.12</b>	<b>25.46</b>	<b>25.90</b>	<b>417.64</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый	190	0.95	0.19	19.19	87.4	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>190</b>	<b>0.95</b>	<b>0.19</b>	<b>19.19</b>	<b>87.4</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы и моркови	65	0.84	6.70	4.61	82.55	52/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	19.80	81	54-1хн/Нск
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Суп из овощей с фасолью	230	9.11	7.80	10.90	151.18	148/Прм
	Капуста тушеная	150	2.32	4.30	11.83	95.73	428/Прм
	Печень, тушенная в соусе	75	9.98	5.77	4.12	108	*406
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>789</b>	<b>28.03</b>	<b>25.36</b>	<b>80.72</b>	<b>667.35</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	609/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>8.25</b>	<b>8.14</b>	<b>35.22</b>	<b>248.6</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1662</b>	<b>58.35</b>	<b>59.15</b>	<b>161.03</b>	<b>1420.99</b>	
<b>СР - 1 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша "Дружба"	200	5.40	9.92	28.36	224.32	*266
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
	Какао с молоком	200	4.08	4.24	13.96	110.06	397/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>434</b>	<b>11.76</b>	<b>17.93</b>	<b>57.79</b>	<b>439.42</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>9.80</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из горошка зеленого консервированного	65	1.91	3.37	4.02	53.92	10/Мск
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	12.32	9.64	1.63	142.63	154/Прм
	Картофель отварной	145	2.75	7.11	18.41	147.9	431/Прм
	Чай с молоком (2-й вариант)	180	1.40	1.46	15.62	78.84	507/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Котлеты рыбные,	80	12.29	2.59	8.06	105.11	351/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>759</b>	<b>35.95</b>	<b>24.96</b>	<b>77.20</b>	<b>677.29</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сдоба обыкновенная	60	5.17	2.51	35.83	185.45	589/Прм
	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>15.17</b>	<b>8.91</b>	<b>52.83</b>	<b>359.45</b>	

Соль дополн	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1556</b>	<b>63.28</b>	<b>52.20</b>	<b>197.62</b>	<b>1523.16</b>	
<b>ЧТ - 1 неделя</b>							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	140	20.44	14.18	31.50	418.04	327/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.17	0.00	0.87	5.74	54-3гн/Нск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
	Концентрат киселя витаминизированного(подлив)	45	0.00	0.00	2.25	8.53	*516/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>409</b>	<b>22.89</b>	<b>17.95</b>	<b>50.09</b>	<b>537.35</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	190	5.05	9.33	31.10	225.91	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>190</b>	<b>5.05</b>	<b>9.33</b>	<b>31.10</b>	<b>225.91</b>	
ОБЕД	Концентрат киселя витаминизированного	190	0.00	0.00	0.00	0	633/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Салат из свеклы отварной	65	0.98	3.58	5.46	57.85	51/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	220	11.00	8.34	9.48	156.82	133/Прм
	Птица отварная	80	20.87	21.03	0.39	274.01	409/Прм
	Макаронные изделия отварные	140	5.29	3.46	33.64	187.04	297/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>764</b>	<b>43.42</b>	<b>37.20</b>	<b>78.43</b>	<b>824.61</b>	
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	609/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>8.25</b>	<b>8.14</b>	<b>35.22</b>	<b>248.6</b>	
Соль дополн	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1646</b>	<b>79.61</b>	<b>72.62</b>	<b>194.84</b>	<b>1836.47</b>	
<b>ПТ - 1 неделя</b>							
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3.01	2.97	12.33	87.26	395/Мск
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
	Каша гречневая вязкая	200	7.68	6.20	34.96	226.98	254/Прм
	Яйца вареные	20	2.54	2.30	0.14	31.4	306/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>434</b>	<b>15.51</b>	<b>15.24</b>	<b>62.90</b>	<b>450.68</b>	
ЗАВТРАК 2	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.90</b>	<b>0.20</b>	<b>8.10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД	Картофельное пюре	140	2.18	3.14	13.51	91.27	*434/Пермь
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм

	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Кукуруза консервированная	65	1.45	1.06	7.30	45.06	245/Мск
	Щи из свежей капусты с картофелем	230	7.61	11.18	6.35	156.88	147/Прм
	Тефтели из печени с рисом	70	6.01	7.34	10.38	132.03	284
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>754</b>	<b>22.62</b>	<b>23.51</b>	<b>73.25</b>	<b>598.74</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Пирожки печеные из сдобного теста с овощным фаршем	60	4.45	5.20	23.92	160.06	562/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>14.45</b>	<b>11.60</b>	<b>40.92</b>	<b>334.06</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1551</b>	<b>53.48</b>	<b>50.55</b>	<b>185.17</b>	<b>1426.48</b>	
<b>ПН - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная жидкая	200	5.62	5.92	33.38	209.3	274/Прм
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Сыр твердый порциями	10	2.56	2.61	0.00	34.3	106/Прм
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>420</b>	<b>10.52</b>	<b>9.40</b>	<b>55.05</b>	<b>346.81</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый	190	0.95	0.19	19.19	87.4	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>190</b>	<b>0.95</b>	<b>0.19</b>	<b>19.19</b>	<b>87.4</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы и моркови	65	0.84	6.70	4.61	82.55	52/Прм
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	27.00	110	527/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	220	12.41	7.08	16.13	178.09	149/Прм
	Рыба, запеченная в омлете	80	14.72	8.95	4.77	158.79	343/Прм
	Картофель отварной	145	2.75	7.11	18.41	147.9	431/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>779</b>	<b>36.50</b>	<b>30.63</b>	<b>100.38</b>	<b>826.22</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Вафли	30	0.84	0.99	23.19	105	607/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>6.84</b>	<b>6.19</b>	<b>36.09</b>	<b>228.5</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1672</b>	<b>54.81</b>	<b>46.41</b>	<b>210.71</b>	<b>1488.93</b>	
<b>ВТ - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка морковная с творогом	150	12.32	12.16	25.92	300.62	320/Прм
	Какао с молоком	200	4.08	4.24	13.96	110.06	397/Мск

	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Концентрат киселя витаминизированного(подлив)	40	0.00	0.00	2.00	7.58	516/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>420</b>	<b>18.65</b>	<b>17.27</b>	<b>57.30</b>	<b>496.86</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Яблоки (плоды свежие)	100	0.40	0.40	9.80	47	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>9.80</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Печень, тушенная в соусе	75	9.98	5.77	4.12	108	*406
	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Салат из горошка зеленого консервированного	65	1.91	3.37	4.02	53.92	10/Мск
	Рассольник ленинградский	220	1.80	4.62	14.30	106.7	*139
	Рагу из овощей	150	2.31	11.46	11.33	158.98	201/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>759</b>	<b>21.37</b>	<b>26.01</b>	<b>69.48</b>	<b>601.1</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка домашняя	60	4.82	6.23	37.88	224.96	*583
	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>14.82</b>	<b>12.63</b>	<b>54.88</b>	<b>398.96</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1542</b>	<b>55.24</b>	<b>56.31</b>	<b>191.46</b>	<b>1543.92</b>	
<b>СР - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	180	16.22	21.98	4.23	280.13	307/Прм
	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Чай с лимоном и сахаром	190	0.17	0.00	0.87	5.74	54-3гн/Нск
	Масло сливочное	4	0.03	2.90	0.05	26.44	703/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>404</b>	<b>18.67</b>	<b>25.75</b>	<b>20.57</b>	<b>390.91</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый	190	0.95	0.19	19.19	87.4	537/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>190</b>	<b>0.95</b>	<b>0.19</b>	<b>19.19</b>	<b>87.4</b>	
<b>ОБЕД</b>	Кукуруза консервированная	65	1.45	1.06	7.30	45.06	245/Мск
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Суп с рыбными консервами	250	8.63	3.38	12.95	117	159/Прм
	Бефстроганов из отварной говядины	70	11.13	13.09	1.67	169.29	372/Прм
	Рис отварной	140	3.57	2.23	37.34	183.68	419/Прм
	Кисель из яблок	200	0.12	0.12	29.16	114.94	*520
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>794</b>	<b>30.18</b>	<b>20.67</b>	<b>117.88</b>	<b>778.86</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
	Пряники	35	2.07	1.64	26.25	128.1	608/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм

<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>285</b>	<b>8.07</b>	<b>6.84</b>	<b>39.15</b>	<b>251.6</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1676</b>	<b>57.87</b>	<b>53.45</b>	<b>196.79</b>	<b>1508.77</b>	
<b>ЧТ - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Батон нарезной	30	2.25	0.87	15.42	78.6	117/Прм
	Сыр твердый порциями	10	2.56	2.61	0.00	34.3	106/Прм
	Каша "Дружба"	200	5.32	5.62	28.26	184.7	266/Прм
	Яйца вареные	20	2.54	2.30	0.14	31.4	306/Прм
	Кофейный напиток с молоком	180	3.01	2.97	12.33	87.26	395/Мск
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>440</b>	<b>15.68</b>	<b>14.37</b>	<b>56.15</b>	<b>416.26</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Апельсин (плоды свежие)	100	0.90	0.20	8.10	43	118/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0.90</b>	<b>0.20</b>	<b>8.10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>	Чай с сахаром	180	0.13	0.00	5.76	23.53	54-2гн/Нск
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм
	Салат из моркови	65	0.72	6.57	5.92	85.8	19/Пермь
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	12.32	9.64	1.63	142.63	154/Прм
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9.08	7.58	25.50	206.25	301/Прм
	Печень говяжья по-строгановски	70	11.45	8.79	2.74	135.55	403/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>754</b>	<b>38.98</b>	<b>33.37</b>	<b>71.01</b>	<b>742.65</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Йогурт	200	10.00	6.40	17.00	174	536/Прм
	Сдоба обыкновенная	60	5.17	2.51	35.83	185.45	589/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>15.17</b>	<b>8.91</b>	<b>52.83</b>	<b>359.45</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1557</b>	<b>70.73</b>	<b>56.85</b>	<b>188.09</b>	<b>1561.36</b>	
<b>ПТ - 2 неделя</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с сахаром	180	0.09	0.00	6.25	24.61	54-2гн/Нск
	Батон нарезной	35	2.62	1.02	17.99	91.7	117/Прм
	Сырники из творога запеченные	140	20.44	14.18	31.50	418.04	327/Прм
	Концентрат киселя витаминизированного(подлив)	45	0.00	0.00	2.25	8.53	*516/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>23.15</b>	<b>15.20</b>	<b>57.99</b>	<b>542.88</b>	
	Концентрат киселя витаминизированного	190	0.00	0.00	0.00	0	633/Прм
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>190</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ОБЕД</b>	Картофельное пюре	140	2.18	3.14	13.51	91.27	*434/Пермь
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.5	114/Прм

	Икра кабачковая (промышленного производства)	65	1.23	5.78	5.00	77.35	121/Прм
	Борщ с капустой и картофелем	220	11.00	8.34	9.48	156.82	133/Прм
	Рыба, припущенная в молоке	80	12.42	7.10	2.51	124.1	*342
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	27.00	110	527/Прм
	Хлеб ржано-пшеничный	39	3.00	0.55	14.70	78.39	116/Прм
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>774</b>	<b>32.61</b>	<b>25.15</b>	<b>86.96</b>	<b>708.43</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	609/Прм
	Яблоки (плоды свежие)	50	0.20	0.20	4.90	23.5	118/Прм
	Ряженка	200	5.80	5.00	8.00	100	535/Прм
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>8.25</b>	<b>8.14</b>	<b>35.22</b>	<b>248.6</b>	
<b>Соль дополн</b>	Соль йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0	Вне сбор-в
<b>ИТОГО ЗА СОЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНО</b>		<b>3</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1647</b>	<b>64.01</b>	<b>48.49</b>	<b>180.17</b>	<b>1499.91</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>16060</b>	<b>619.54</b>	<b>539.29</b>	<b>1924.16</b>	<b>15335.08</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1606</b>	<b>61.95</b>	<b>53.93</b>	<b>192.42</b>	<b>1533.51</b>	