

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

« 06 » 11 2018 г.



1 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Пудинг из творога с молочным соусом №222	200/50	20,60	17,40	35,60	382,50	113,81	19,88	149,38	0,78	55,86	2,09	0,06	0,28
	Сыр №15	17	4,45	4,50	0,00	59,36	169,31	9,31	101,59	0,12	35,55	0,07	0,01	0,12
	Чай с молоком и сахаром №378	200	1,45	1,56	11,21	62,59	53,08	6,09	39,16	0,07	9	0,05	0,01	0,26
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		30,45	23,96	70,96	623,90	347,7	51,78	333,63	1,97	100,4	2,86	0,16	0,66
Обед														
	Огурцы свежие №71	20,00	0,16	0,02	0,51	2,66	4,74	2,88	8,65	0,12	0	0,02	0	2,06
	Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	11,12	10,99	6,66	170,40	29,06	25,75	124,15	1,84	14,75	0,39	0,06	9,83
	Тефтели из говядины №278	100	10,25	16,21	12,62	237,43	26,09	21,49	104,26	0,92	9,06	0	0,05	1,02
	Картофель в молоке №311	200	4,30	5,77	23,86	166,69	74	35,83	118,56	1,19	27,36	0,25	0,14	11,82
	Компот из свежих яблок №342	200,00	0,09	0,09	14,13	58,22	6,11	1,62	16,5	0,52	0	0,3	0,05	2,2
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		35,02	34,52	107,98	892,74	178,8	140,73	538,86	8,63	51,17	2,7	0,52	26,93
Полдник														
	Сок яблочный №389	200	0,94	0,18	18,38	78,30	12,32	6,96	12,18	2,44	0	0,2	0,01	1,6
	Булочка домашняя №424	50,00	3,78	5,39	23,61	159,86	8,72	5,69	32,59	0,44	15,03	0,04	0,05	0
	Фрукты свежие апельсины	160	1,44	0,32	12,96	64,13	54,4	20,8	36,8	0,48	0	0,32	0,06	96
	Итого за прием		6,16	5,89	54,95	302,29	75,44	33,45	81,57	3,36	15,03	0,56	0,12	97,6
	Итого за день		71,63	64,37	233,89	1818,93	601,94	225,96	954,06	13,96	166,6	6,12	0,8	125,19

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06» 11 2018 г.



2 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Горошек зеленый №306	30	0,92	1,12	1,93	21,52	6,23	6,17	18,67	0,21	5,88	0,08	0,03	2,94
	Омлет натуральный №210	200,00	16,76	24,83	2,82	301,22	90,88	14,88	197,25	2,22	119	0,08	0,04	0,04
	Масло сливочное №14	13,00	0,06	10,72	0,10	97,18	1,56	0	2,47	0,02	76,7	0,13	0	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Какао с молоком №382	200	5,54	2,86	19,42	123,50	128,57	52,84	146,91	2,18	6,6	0,03	0,04	0,57
	Итого за прием		27,23	40,03	48,42	662,87	238,74	90,39	408,8	5,63	208,2	0,97	0,19	3,55
Обед														
	Помидоры свежие №71	20,00	0,25	0,04	0,88	5,37	3,25	4,64	6,04	0,2	0	0,16	0,01	5,81
	Суп картофельный с рыбными консервами №101	250	5,51	2,71	15,07	108,15	18,68	27,87	93,56	0,96	11,27	0,17	0,1	7,93
	Сосиски для дет.питания отварные № 243	100,00	9,98	10,94	0,77	231,57	22,92	13,31	124,02	1,6	14,15	0,55	0,02	0
	Капуста тушеная №321	200	4,13	6,44	17,69	144,31	99,75	35,83	73,09	1,4	49,35	0,38	0,06	32,33
	Компот из смеси сухофруктов № 349	200	0,66	0,09	32,01	132,80		17,46	23,44	0,7	0	0,51	0,02	0,73
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		29,63	21,66	116,62	879,54	183,4	152,27	486,89	8,9	74,77	3,51	0,43	46,8
Полдник														
	Пряники	50,00	3,23	4,10	34,14	186,50	8,54	10,3	0,01	0,13	28	0,16	0,01	0
	Фрукты свежие бананы	150,00	2,78	0,93	38,85	170,39	14,8	77,7	51,8	1,11	0	0,74	0,07	18,5
	Сок персиковый №389	200	1,00	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0,2	0,02	4
	Итого за прием		7,01	5,23	93,19	442,57	37,34	96	65,81	4,04	28	1,1	0,1	22,5
	Итого за день		63,87	66,92	258,23	1984,98	459,48	338,66	961,5	18,57	311	5,58	0,72	72,85

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06» 11 2018 г.

3 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Огурцы свежие №71	20,00	0,16	0,02	0,51	2,66	4,74	2,88	8,65	0,12	0	0,02	0	2,06
	Биточки куриные №294	100	14,26	10,93	6,79	183,02	42,44	19,26	125,51	1,15	28,4	1,37	0,08	0,41
	Макаронные изделия отварные №309	180	6,54	5,08	40,00	235,51	11,17	8,77	48,68	0,89	21,24	1,01	0,08	0
	Кофейный напиток №379	200	3,17	3,39	20,27	120,52	116,56	13,4	86,13	0,13	19,8	0,11	0,03	0,57
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		28,08	19,92	91,72	661,16	186,41	60,81	312,47	3,29	69,44	3,16	0,27	3,04
Обед														
	Икра кабачковая №73	45,00	0,71	2,41	3,77	39,38	15,39	8,52	14,88	0,38	0	1,2	0,02	5,14
	Борщ с капустой и картофелем №82	250	1,89	5,11	12,60	103,21	36,78	23,13	49,21	1,07	36,42	0,25	0,05	7,85
	Рыба, тушенная в томате с овощами № 229	90/30	18,01	8,80	1,59	157,50	22,12	30,54	171,68	0,63	16,55	3,22	0,14	0,94
	Картофельное пюре №128	200	4,24	7,27	27,98	197,15	52,32	41,35	118,58	1,54	47,3	0,24	0,18	13,84
	Компот из апельсинов №346	200	0,45	0,10	33,99	141,20	23,02	7,63	11,5	0,24	0	0,1	0,02	12
	Фрукты свежие яблоки	150	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	0,3	0,05	15
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		35,00	25,73	144,83	963,40	212,43	177,83	549,09	11,2	100,3	7,05	0,68	54,77
Полдник														
	Винегрет с сельдью №69	100/30	4,36	3,82	7,61	81,73	39,59	27,47	93,45	1,06	3,64	0,2	0,06	10,13
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Сок грушевый №389	200	1,00	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0,2	0,02	4
	Итого за прием		9,31	4,52	51,96	286,86	65,09	51,97	150,95	4,86	3,64	1,05	0,16	14,13
	Итого за день		72,39	50,17	288,51	1911,42	463,93	290,61	1012,51	19,35	173,4	11,26	1,11	71,94

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06» 11 2018 г.
4 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Каша "Геркулес" молочная жидкая №182	200	8,08	8,94	27,74	223,06	218,21	54,6	225,4	1,08	48,86	0,43	0,16	0,92
	Сыр №15	17	4,44	4,49	0,00	59,18	168,81	9,28	101,28	0,12	35,45	0,07	0,01	0,12
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Какао с молоком №382	200	3,91	3,63	18,70	120,22	121,06	28,19	108,92	0,9	13,2	0,01	0,03	0,57
	Итого за прием		20,38	17,56	70,59	521,91	519,58	108,57	479,1	3,1	97,51	1,16	0,28	1,61
Обед														
	Салат из свеклы №52	100,00	1,41	6,01	8,26	92,80	35,46	20,7	40,63	1,32	0	0,1	0,01	6,65
	Суп картофельный с бобовыми и гречками №119	250	6,82	4,00	25,93	169,33	28,67	34,47	86,58	1,99	16,39	0,56	0,19	4,31
	Гуляш 3246	100,00	18,17	19,57	3,99	265,05	13,49	24,49	188,52	2,75	0	2,71	0,06	1,18
	Каша гречневая рассыпчатая №171	180	8,53	2,23	34,33	194,76	62,95	157,2	222,22	4,76	0	1,11	0,18	1,02
	Компот из свежих яблок №342	200,00	0,09	0,09	14,13	58,22	6,11	1,62	16,5	0,52	0	0,3	0,05	2,2
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		44,12	33,34	136,84	1037,50	185,48	291,64	721,19	15,38	16,39	6,52	0,71	15,36
Полдник														
	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42	100	1,74	6,18	9,24	99,50	15,91	18,71	47,32	0,74	0	2,7	0,08	13,04
	Котлеты куриные №294	100	14,26	10,93	6,79	183,02	42,44	19,26	125,51	1,15	28,4	1,37	0,08	0,41
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Чай с лимоном и сахаром №377	200	0,14	0,03	9,28	37,14	2,48	0,66	1,21	0,06	0	0,01	0	1,01
	Итого за прием		20,09	17,64	49,46	439,11	72,33	55,13	217,54	2,95	28,4	4,73	0,24	14,46
	Итого за день		84,59	68,54	256,89	1998,52	777,39	455,34	1417,83	21,43	142,3	12,41	1,23	31,43

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06» 2018 г.
5 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Запеканка из творога № 223	200	29,63	21,16	32,19	440,65	270,25	40,85	336,94	1,02	134,5	0,74	0,08	0,49
	Масло сливочное №14	13,00	0,06	10,72	0,10	97,18	1,56	0	2,47	0,02	76,7	0,13	0	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Чай с молоком и сахаром №378	200	1,54	1,58	11,25	63,29	53,06	6,09	39,15	0,07	9	0,05	0,01	0,26
	Итого за прием		35,18	33,96	67,69	720,57	336,37	63,44	422,06	2,11	220,2	1,57	0,17	0,75
Обед														
	Помидоры свежие №71	20,00	0,25	0,04	0,88	5,37	3,25	4,64	6,04	0,2	0	0,16	0,01	5,81
	Суп из овощей №99	250	1,79	3,86	10,16	83,31	19,89	18,77	45,6	0,68	17,7	0,2	0,06	8,52
	Плов из курицы №291	200,00	20,14	24,24	35,94	445,53	30,01	55,71	273,24	2,5	44,63	2,87	0,09	0,87
	Компот из смеси сухофруктов № 349	200	0,66	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,7	0	0,51	0,02	0,73
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		31,94	29,67	129,19	924,35	124,43	149,74	515,06	8,12	62,33	5,48	0,4	15,93
Полдник														
	Фрукты свежие апельсины	160	1,44	0,32	12,96	64,13	54,4	20,8	36,8	0,48	0	0,32	0,06	96
	Печенье	20,00	1,22	3,19	13,02	83,05	4,37	1,9	12,35	0,15	22,8	0,19	0,02	0
	Ряженка №386	200	5,80	5,00	8,40	102,00	221,76	26,1	165,3	0,17	0	0	0,06	0,56
	Итого за прием		8,46	8,51	34,38	249,18	280,53	48,8	214,45	0,8	22,8	0,51	0,14	96,56
	Итого за день		75,58	72,14	231,26	1894,10	741,33	261,98	1151,57	11,03	305,4	7,56	0,71	113,24

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

« 06 »


11

2018 г.

6 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Каша манная молочная №181	200	5,76	9,91	28,32	225,61	121,19	17,58	101,89	0,4	75,85	0,62	0,06	0,21
	Бутерброд с колбасой полукопченной № 6	20/50	7,22	8,45	23,67	202,07	11,27	16,17	42,63	0,98	0	0,65	0,08	0
	Кофейный напиток №379	200	3,17	3,39	20,27	120,52	116,56	13,4	86,13	0,13	19,8	0,11	0,03	0,57
	Итого за прием		16,15	21,75	72,26	548,20	249,02	47,15	230,65	1,51	95,65	1,38	0,17	0,78
Обед														
	Салат из квашеной капусты №47	100	2,60	8,30	12,65	137,68	80,16	24,1	27,25	0,98	0	2,38	0,02	44,58
	Рассольник ленинградский №96	250	2,28	5,19	15,57	119,95	20,52	23,77	67,09	0,91	35,6	0,25	0,09	6,39
	Печень по-строгановски №255	100,00	18,12	12,90	2,78	199,94	8,68	17,41	284,47	6,27	4555	5,07	0,17	4,81
	Макаронные изделия отварные №309	180	6,54	5,08	40,00	235,51	11,17	8,77	48,68	0,89	21,24	1,01	0,08	0
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Напиток из плодов шиповника №388	200	0,67	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	0,76	0,01	80
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		39,31	33,18	150,19	1069,07	171,55	130,44	597,39	13,73	4612	11,21	0,59	135,78
Полдник														
	Вафли	28	0,78	0,92	21,64	94,71	4,48	2,8	10,08	0,42	0,56	0,2	0,01	0
	Фрукты свежие яблоки	150	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	0,3	0,05	15
	Молоко кипяченое №385	200	5,45	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	0,2	0,06	1,04
	Итого за прием		6,83	7,68	44,89	272,68	239,68	40,66	183,18	3,89	36,56	0,7	0,12	16,04
	Итого за день		62,29	62,61	267,34	1889,95	660,25	218,25	1011,22	19,13	4744	13,29	0,88	152,6

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ГО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л. 

« 06 » 11 2018 г.



7 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Огурцы свежие №71	20,00	0,16	0,02	0,51	2,66	4,74	2,88	8,65	0,12	0	0,02	0	2,06
	Сосиски для дет.питания отварные № 243	100,00	9,98	10,94	0,77	231,57	22,92	13,31	124,02	1,6	14,15	0,55	0,02	0
	Каша гречневая рассыпчатая №171	180	8,53	2,23	34,33	194,76	62,95	157,2	222,22	4,76	0	1,11	0,18	1,02
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Какао с молоком №382	200	5,54	2,86	19,42	123,50	128,57	52,84	146,91	2,18	6,6	0,03	0,04	0,57
	Итого за прием		28,16	16,55	79,18	671,94	230,68	242,73	545,3	9,66	20,75	2,36	0,32	3,65
Обед														
	Икра кабачковая №73	45,00	0,71	2,41	3,77	39,38	15,39	8,52	14,88	0,38	0	1,2	0,02	5,14
	Свекольник №81	250	0,86	0,06	4,29	20,97	15,68	21,57	31,22	0,4	0	0,3	0,02	0,6
	Котлета мясная №268	100	14,51	11,95	12,80	218,46	34,77	27,66	140,12	1,43	2,59	3,13	0,06	0,05
	Рагу из овощей №143	200	3,54	22,00	17,20	311,00	74,32	32,52	90	1,2	92	2,01	0,12	25
	Компот из свежих яблок №342	200,00	0,09	0,09	14,13	58,22	6,11	1,62	16,5	0,52	0	0,3	0,05	2,2
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		28,81	37,95	102,39	905,37	185,07	145,05	459,46	7,97	94,59	8,68	0,49	32,99
Полдник														
	Салат из моркови с изюмом №66	100	1,89	0,12	18,53	80,85	46,11	43,07	61,29	1,03	0	1,4	0,05	1,82
	Сок яблочный №389	200	0,94	0,18	18,38	78,30	12,32	6,96	12,18	2,44	0	0,2	0,01	1,6
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	143,34	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0,78	0,1	0
	Итого за прием		7,57	0,90	65,89	302,49	72,23	69,83	125,67	4,67	0	2,38	0,16	3,42
	Итого за день		64,54	55,40	247,46	1879,80	487,98	457,61	1130,43	22,3	115,3	13,42	0,97	40,06

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06»

И

2018 г.



8 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Помидоры свежие №71	20,00	0,25	0,04	0,88	5,37	3,25	4,64	6,04	0,2	0	0,16	0,01	5,81
	Макароньы, запеченные с сыром №204	225	12,19	20,74	43,43	414,19	189,14	19,38	156,93	1,18	148,5	1,35	0,08	0,05
	Кофейный напиток №379	200	3,17	3,39	20,27	120,52	116,56	13,4	86,13	0,13	19,8	0,11	0,03	0,57
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		19,56	24,67	88,73	659,53	320,45	53,92	292,6	2,51	168,3	2,27	0,2	6,43
Обед														
	Огурец соленый	20,00	0,16	0,02	0,34	2,00	4,6	2,8	4,8	0,12	0	1	0	0,7
	Суп картофельный с бобовыми №119	250	5,54	4,11	17,58	130,95	25,7	29,84	75,21	1,75	17,7	0,26	0,18	4,6
	Жаркое по-домашнему №259	200	13,90	15,85	21,07	284,63	22,81	44,26	194,85	2,88	0	3,23	0,16	9,52
	Кисель №350	200	0,31	0,00	39,40	160,00	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		29,01	21,42	128,59	834,92	92,39	130,06	441,6	8,85	17,7	6,23	0,56	14,82
Полдник														
	Рыба, тушенная в томате с овощами № 229	100/80	19,46	10,82	7,18	203,38	36	46,18	204,77	1,05	17,19	4,35	0,17	2,71
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Фрукты свежие бананы	100,00	1,85	0,62	25,90	113,50	14,8	77,7	51,8	1,11	0	0,74	0,07	18,5
	Чай с лимоном и сахаром №377	200	0,14	0,03	9,28	37,14	2,48	0,66	1,21	0,06	0	0,01	0	1,01
	Итого за прием		25,40	11,97	66,51	473,47	64,78	141,04	301,28	3,22	17,19	5,75	0,32	22,22

Итого за день **74,71 58,30 282,26 1967,62 482,12 339,81 1058,27 15,35 196,6 14,15 1,08 43,47**
 СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
 Управления Роспотребнадзора по Московской области
 Бойкова Ю.Л.

«06» 11 2018 г.

9 день б

№	Наименование блюда	Выход, г				ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
			Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Горошек зеленый №306	30	0,92	1,12	1,93	21,52	6,23	6,17	18,67	0,21	5,88	0,08	0,03	2,94
	Масло сливочное №14	13,00	0,06	10,72	0,10	97,18	1,56	0	2,47	0,02	76,7	0,13	0	0
	Омлет натуральный №210	200,00	16,76	24,83	2,82	301,22	90,88	14,88	197,25	2,22	119	0,08	0,04	0,04
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Чай с сахаром №376	200	0,09	0,02	9,10	35,10	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0
	Итого за прием		21,78	37,19	38,10	574,47	110,43	37,55	261,89	3,48	201,6	0,94	0,15	2,98
Обед														
	Кукуруза консервир	30,00	0,35	1,53	3,28	28,67	5,56	1,86	6,18	0,16	0	0,82	0	13,66
	Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,71	2,58	18,86	111,30	13,69	20,92	55,74	0,86	10,62	0,32	0,08	6,6
	Куры отварные №288	80	18,97	15,95	15,95	220,59	15,67	15,97	134,91	1,5	40,44	0,58	0,05	0,73
	Каша рисовая рассыпчатая №171	180	4,45	4,27	45,15	241,18	66,36	72,5	138,06	1,46	26,55	0,81	0,09	10,17
	Компот из апельсинов №346	200	0,45	0,10	33,99	141,20	23,02	7,63	11,5	0,24	0	0,1	0,02	12
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		36,03	25,87	167,43	1000,28	163,1	172,04	513,13	8,26	77,61	4,37	0,46	43,16
Полдник														
	Сыр №15	17	4,45	4,50	0,00	59,36	169,31	9,31	101,59	0,12	35,55	0,07	0,01	0,12
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Сок персиковый №389	200	1,00	0,20	0,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0,2	0,02	4
	Фрукты свежие груши	130	0,52	0,39	13,39	58,62	24,7	15,6	20,8	2,99	0	0,52	0,03	6,5
	Итого за прием		9,92	5,59	37,74	323,11	219,51	49,41	179,89	6,91	35,55	1,44	0,14	10,62
	Итого за день		67,73	68,65	243,27	1897,86	493,04	259	954,91	18,65	314,8	6,75	0,75	56,76

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06» 11 2018 г.

10 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Огурцы свежие №71	20,00	0,16	0,02	0,51	2,66	4,74	2,88	8,65	0,12	0	0,02	0	2,06
	Биточки рыбные № 234	100	15,85	10,67	15,22	221,75	46,29	29,65	160,93	0,98	44,88	1,52	0,14	0,37
	Каша гречневая рассыпчатая №171	180	9,06	5,92	39,55	251,30	74,06	179,87	249,7	5,57	25,9	1,13	0,31	9,92
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Чай с молоком и сахаром №378	200	1,45	1,56	11,21	62,59	53,08	6,09	39,16	0,07	9	0,05	0,01	0,26
	Итого за прием		30,47	18,67	90,64	657,75	189,67	234,99	501,94	7,74	79,78	3,37	0,54	12,61
Обед														
	Щи из свежей капусты с картофелем 250		1,83	4,05	7,10	72,30	29,66	12,54	26,52	0,44	28,1	0,16	0,02	9,54
	Шницель мясной №268	100	14,51	11,95	12,80	218,46	34,77	27,66	140,12	1,43	2,59	3,13	0,06	0,05
	Картофель тушеный с луком №145	200	4,18	14,10	28,14	260,00	44,26	38,22	112,92	1,62	16	34,44	0,2	24
	Напиток из плодов шиповника №31	200	0,67	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	0,76	0,01	80
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		30,29	31,81	127,23	926,75	159,71	134,81	449,46	8,17	46,69	40,23	0,51	113,59
Полдник														
	Ряженка №386	200	5,80	5,00	8,40	102,00	221,76	26,1	165,3	0,17	0	0	0,06	0,56
	Оладьи №401	100	9,26	8,50	50,60	316,71	130,38	22,15	138,58	0,81	37,46	0,98	0,1	0,38
	Итого за прием		15,06	13,50	59,00	418,71	352,14	48,25	303,88	0,98	37,46	0,98	0,16	0,94
	Итого за день		75,82	63,98	276,87	2003,21	701,52	418,05	1255,28	16,89	163,9	44,58	1,21	127,14

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

«06» 11 2018 г.

11 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Каша молочная "Дружба" №175	200	5,12	8,34	25,94	199,13	124,35	28,82	129,62	0,56	62,27	0,24	0,09	0,53
	Сыр №15	17	4,45	4,50	0,00	59,36	169,31	9,31	101,59	0,12	35,55	0,07	0,01	0,12
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Какао с молоком №382	200	3,64	3,34	18,27	114,94	110,5	26,97	101,09	0,89	12	0,01	0,03	0,52
	Итого за прием		17,76	17,28	83,06	560,50	439,66	95,1	392,3	5,87	109,8	1,27	0,26	16,17
Обед														
	Горошек зеленый №306	30	0,92	1,12	1,12	21,52	6,23	6,17	18,67	0,21	5,88	0,08	0,03	2,94
	Суп картофельный №97	250	4,82	4,40	18,50	134,65	15,36	27,14	67,35	1,02	10,62	0,2	0,11	9,64
	Мясо тушеное № 256	100,00	10,58	28,17	2,56	305,00	19,08	22,6	126,76	1,49	0	2,58	0,28	0,18
	Макаронные изделия отварные №309	180	6,54	5,08	40,00	235,51	11,17	8,77	48,68	0,89	21,24	1,01	0,08	0
	Компот из смеси сухофруктов № 349	200	0,66	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,7	0	0,51	0,02	0,73
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		32,62	40,30	144,39	1086,82	123,12	135,3	451,64	8,35	37,74	6,12	0,74	13,49
Полдник														
	Фрукты свежие яблоки	150	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	0,3	0,05	15
	Печенье	20,00	1,22	3,19	13,02	83,05	4,37	1,9	12,35	0,15	22,8	0,19	0,02	0
	Молоко кипяченое №385	200	5,45	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	0,2	0,06	1,04
	Итого за прием		7,27	9,95	36,27	261,02	239,57	39,76	185,45	3,62	58,8	0,69	0,13	16,04
	Итого за день		57,65	67,53	263,72	1908,34	803	270,16	1029,39	17,84	206,3	8,08	1,13	35,7

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ТО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

« 06 » 11 2018 г.

12 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Помидоры свежие №71	20,00	0,25	0,04	0,88	5,37	3,25	4,64	6,04	0,2	0	0,16	0,01	5,81
	Биточки мясные №268	100	15,63	18,78	15,51	295,42	43,37	34,71	176,97	1,81	37,46	3,19	0,08	0,09
	Каша рисовая рассыпчатая №171	180	4,45	4,27	45,15	241,18	66,36	72,5	138,06	1,45	26,55	0,81	0,09	10,17
	Чай с лимоном и сахаром №377	200	0,14	0,03	9,28	37,14	2,48	0,66	1,21	0,06	0	0,01	0	1,01
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		24,42	23,62	94,97	698,56	126,96	129,01	365,78	4,53	64,01	4,82	0,26	17,08
Обед														
	Салат с кукурузой №39	100	1,18	5,11	10,95	95,58	16,68	5,59	18,55	0,49	0	2,46	0,01	15,41
	Борщ с капустой и картофелем №82	250	1,89	5,11	12,60	103,21	36,78	23,13	49,21	1,07	36,42	0,25	0,05	7,85
	Рагу из птицы №289	250	15,46	14,02	22,75	280,07	30,48	45,86	180,43	1,97	57,5	0,24	0,18	16,31
	Кисель №350	200	0,31	0,00	39,40	160,00	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		27,94	25,68	135,90	896,20	123,22	127,74	414,93	7,63	93,92	4,69	0,46	39,57
Полдник														
	Салат из моркови с сахаром №62	100,00	1,23	0,09	11,48	81,70	2,57	36	52,76	0,66	0	13,4	0,05	3,36
	Фрукты свежие бананы	150,00	2,78	0,93	38,85	170,39	14,8	77,7	51,8	1,11	0	0,74	0,07	18,5
	Сок грушевый №389	200	1,00	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0,2	0,02	4
	Итого за прием		5,01	1,22	70,53	337,77	31,37	121,7	118,56	4,57	0	14,34	0,14	25,86
	Итого за день		57,37	50,52	301,40	1932,53	281,55	378,45	899,27	16,73	157,9	23,85	0,86	82,51

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ГО
Управления Роспотребнадзора по Московской области
Бойкова Ю.Л.

« 06 » 11 2018 г.



13 день б

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Запеканка из творога №223	200	29,15	20,59	31,60	425,33	268,57	40,08	330,15	0,9	123,3	0,02	0,08	0,5
	Масло сливочное №14	13,00	0,06	10,72	0,10	97,18	1,56	0	2,47	0,02	76,7	0,13	0	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Чай с сахаром №376	200	0,09	0,02	9,10	35,10	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0
	Итого за прием		33,25	31,83	64,95	677,06	281,89	56,58	376,12	1,95	200	0,8	0,16	0,5
Обед														
	Огурцы свежие №71	20,00	0,16	0,02	0,51	2,66	4,74	2,88	8,65	0,12	0	0,02	0	2,06
	Рассольник ленинградский №96	250	2,28	5,19	15,57	119,95	20,52	23,77	67,09	0,91	35,6	0,25	0,09	6,39
	Тефтели рыбные №239	120	11,41	9,93	12,26	184,70	22,69	15,56	71,95	0,52	11,43	4,17	0,06	0,15
	Капуста тушеная №321	200	4,13	6,44	17,69	144,31	99,75	35,83	73,09	1,4	49,35	0,38	0,06	32,33
	Фрукты свежие яблоки	150	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	0,3	0,05	15
	Напиток из плодов шиповника №3	200	0,67	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	0,76	0,01	80
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		28,35	23,89	139,92	895,23	222,72	147,93	407,18	10,93	96,38	7,62	0,49	135,93
Полдник														
	Булочка домашняя №424	50,00	3,78	5,39	23,61	159,86	17,43	11,38	65,19	0,88	30,06	0,08	0,1	0
	Ряженка №386	200	5,80	5,00	8,40	102,00	221,76	26,1	165,3	0,17	0	0	0,06	0,56
	Итого за прием		257,54	225,31	1185,61	261,86	1874,3	1446,8	3832,75	69,41	938,7	93,3	3,46	490,16
	Итого за день		319,14	281,03	1390,48	1834,15	2378,9	1651,31	4616,05	82,29	1235	101,7	4,11	626,59

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Сергиево-Посадского ГО
Управления Роспотребнадзора по Московской области

Бойкова Ю.Л.

« 06 » 2018 г.

14 день б



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак														
	Омлет натуральный №210	200,00	16,76	24,83	2,82	301,22	90,88	14,88	197,25	2,22	119	0,08	0,04	0,04
	Масло сливочное №14	13,00	0,06	10,72	0,10	97,18	1,56	0	2,47	0,02	76,7	0,13	0	0
	Сыр №15	17	4,44	4,49	0,00	59,18	168,81	9,28	101,28	0,12	35,45	0,07	0,01	0,12
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Кофейный напиток №379	200	3,17	3,39	20,27	120,52	116,56	13,4	86,13	0,13	19,8	0,11	0,03	0,57
	Итого за прием		28,38	43,93	47,34	697,55	389,31	54,06	430,63	3,49	251	1,04	0,16	0,73
Обед														
	Салат из соленых огурцов с луком №21	100,00	0,85	5,04	2,57	59,10	23,73	13,32	23,22	0,6	0	0,32	0,15	4,11
	Суп из овощей №99	250	1,79	3,86	10,16	83,31	19,89	18,77	45,6	0,68	17,7	0,2	0,06	8,52
	Бефстроганов №245	100,00	13,52	15,62	3,99	210,35	0	0	0	0	0	0	0	0
	Каша гречневая рассыпчатая №171	180	9,06	5,92	39,55	251,30	74,06	179,87	249,7	5,57	25,9	1,13	0,31	9,92
	Компот из свежих яблок №342	200,00	0,09	0,09	14,13	58,22	6,11	1,62	16,5	0,52	0	0,3	0,05	2,2
	Хлеб ржаной	78	5,15	0,94	26,05	137,89	27,3	36,66	123,24	3,04	0	1,09	0,14	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,45	11,5	16,5	43,5	1	0	0,65	0,08	0
	Итого за прием		34,41	31,97	120,60	919,62	162,59	266,74	501,76	11,41	43,6	3,69	0,79	24,75
Полдник														
	Печенье	20,00	1,22	3,19	13,02	83,05	4,37	1,9	12,35	0,15	22,8	0,19	0,02	0
	Фрукты свежие апельсины	160	1,44	0,32	12,96	64,13	54,4	20,8	36,8	0,48	0	0,32	0,06	96
	Молоко кипяченое №385	200	5,45	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	0,2	0,06	1,04
	Итого за прием		8,11	9,67	34,53	257,53	269,97	47,06	205,75	0,8	58,8	0,71	0,14	97,04
	Итого за день		70,90	85,57	202,47	1874,70	821,87	367,86	932,39	15,7	353,4	5,44	1,09	122,52
	итого за 14 дней		1153,59	1115,48	4745,62	26796,41	10150	5918,3	18361,9	308,5	8593	274	16,7	1702
	среднее за период		82,40	79,68	338,97	1914,03	661,5	329,44	78,71	17,45	547,7	12,9	0,94	72