



№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	<b>ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК</b>													
	<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>													
№294 г.Москва 2017г	котлета рубленая из птицы	100	9,42	9,5	10,01	163,22	0,13	44,98	1,58	0,5	44,52	54,54	13,98	1,044
№203 г.Москва 2017г	макаронные изделия отварные	180	6,85	5,12	38,4	227,08	0,07	24	1	0	14,68	46,43	10,28	1,22
№349 г.Москва 2017г	компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,00	131,45	0,02	0	0,51	0,73	32,48	23,44	17,46	0,7
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>550</b>	<b>21,95</b>	<b>15,39</b>	<b>110,11</b>	<b>666,75</b>	<b>0,318</b>	<b>68,98</b>	<b>3,95</b>	<b>1,23</b>	<b>110,18</b>	<b>197,81</b>	<b>61,42</b>	<b>4,574</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	<b>ВТОРНИК</b>													
	<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>													
№234 г.Москва 2017г	котлета рыбная	100	12,2	7,76	14,54	176,8	0,044	16,44	2,86	0,37	49,02	110,6	24,8	0,86
№312 г.Москва 2017г	картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,64	0,18	0	21	21,79	44,37	110,57	33,3	1,21
№376 г.Москва 2017г	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	0	0	0	0,03	11,1	2,8	1,4	0,28
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>550</b>	<b>20,96</b>	<b>14,22</b>	<b>83,77</b>	<b>546,9</b>	<b>0,322</b>	<b>16,44</b>	<b>24,72</b>	<b>22,19</b>	<b>122,99</b>	<b>297,37</b>	<b>79,2</b>	<b>3,96</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	<b>СРЕДА</b>													
	<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>													
№290 г.Москва 2017г	птица тушеная в соусе	100	10,93	10,47	2,93	149,67	0,04	29,3	0,47	0,33	29,04	73,27	13,49	0,95
№305 г.Москва 2017г	рис припущенный	180	4,37	5,16	44	239,92	0,04	0,1	0,84	0	18	31,44	8,16	0,72
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,2	61,5	0	0	0,01	2,83	14,2	4,4	2,4	0,36
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>557</b>	<b>20,45</b>	<b>16,33</b>	<b>91,83</b>	<b>596,09</b>	<b>0,178</b>	<b>29,4</b>	<b>2,18</b>	<b>3,16</b>	<b>79,74</b>	<b>182,51</b>	<b>43,75</b>	<b>3,64</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	<b>ЧЕТВЕРГ</b>													
	<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>													
№269 г.Москва 2017г	биточек особый	100	9,1	11,5	10,4	181,5	0,3	25,97	2	0,14	10,36	97,57	28,1	1,93
№302г.Москва 2017г	каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,55	0,14	0	1,62	0	21,6	129,6	38,5	2,88
№349 г.Москва 2017г	компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,00	131,45	0,02	0	0,51	0,73	32,48	23,44	17,46	0,7
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>550</b>	<b>25,1</b>	<b>19,58</b>	<b>118,47</b>	<b>750,5</b>	<b>0,558</b>	<b>25,97</b>	<b>4,99</b>	<b>0,87</b>	<b>82,94</b>	<b>324,01</b>	<b>103,76</b>	<b>7,12</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>ПЯТНИЦА</b>														
<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>														
№280г.Москва 2017	фрикадельки в соусе	105	6,98	16,77	10,61	221,29	0,04	29,3	0,49	0,81	23,79	75,3	14,85	4,99
№203 г.Москва 2017г	макаронные изделия отварные	180	6,85	5,12	38,4	227,08	0,07	24	1	0	14,68	46,43	10,28	1,22
№376 г.Москва 2017	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	0	0	0	0,03	11,1	2,8	1,4	0,28
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>555</b>	<b>18,92</b>	<b>22,59</b>	<b>93,71</b>	<b>653,83</b>	<b>0,208</b>	<b>53,3</b>	<b>2,35</b>	<b>0,84</b>	<b>68,07</b>	<b>197,93</b>	<b>46,23</b>	<b>8,1</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>СУББОТА</b>														
<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>														
№260г.Москва 2017	гуляш	100	10,64	28,19	2,9	307,87	0,28	0	2,6	0	37,3	94,1	19,5	1,3
№305 г.Москва 2017г	рис припущенный	180	4,37	5,16	44	239,92	0,04	0,1	0,84	0	18	31,44	8,16	0,72
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,2	61,5	0	0	0,01	2,83	14,2	4,4	2,4	0,36
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>557</b>	<b>20,16</b>	<b>34,05</b>	<b>91,8</b>	<b>754,29</b>	<b>0,418</b>	<b>0,1</b>	<b>4,31</b>	<b>2,83</b>	<b>88</b>	<b>203,34</b>	<b>49,76</b>	<b>3,99</b>
	<b>Всего за неделю:</b>		<b>127,54</b>	<b>122,16</b>	<b>589,69</b>	<b>3968,36</b>	<b>2,00</b>	<b>194,19</b>	<b>42,50</b>	<b>31,12</b>	<b>551,92</b>	<b>1402,97</b>	<b>384,12</b>	<b>31,38</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>														
№268 г.Москва 2017г	шницель мясной	100	6,94	15,63	10,01	208,47	0,19	16,9	1,88	2,81	19,17	90,27	20,85	1,18
№203 г.Москва 2017г	макаронные изделия отварные	180	6,85	5,12	38,4	227,08	0,07	24	1	0	14,68	46,43	10,28	1,22
№376г.Москва 2017г	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	0	0	0	0,03	11,1	2,8	1,4	0,28
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>550</b>	<b>18,88</b>	<b>21,45</b>	<b>93,11</b>	<b>641,01</b>	<b>0,358</b>	<b>40,9</b>	<b>3,74</b>	<b>2,84</b>	<b>63,45</b>	<b>212,9</b>	<b>52,23</b>	<b>4,29</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>ВТОРНИК</b>														
<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>														
№ 279 г.Москва 2017	тефтели (2-й вариант)	110	6,96	16,11	10,61	215,27	0,19	16,22	2,06	0,92	21,62	85,51	17,32	0,88
№302г.Москва 2017г	каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,55	0,14	0	1,62	0	21,6	129,6	38,5	2,88
№349 г.Москва 2017г	компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,00	131,45	0,02	0	0,51	0,73	32,48	23,44	17,46	0,7
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>560</b>	<b>22,96</b>	<b>24,19</b>	<b>118,68</b>	<b>784,27</b>	<b>0,448</b>	<b>16,22</b>	<b>5,05</b>	<b>1,65</b>	<b>94,2</b>	<b>311,95</b>	<b>92,98</b>	<b>6,07</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>СРЕДА</b>														
<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>														
№271 г.Москва 2017г	котлета домашняя	100	8,06	12,11	8,7	176,03	0,11	16,2	1,76	0,7	22,06	29,5	15,71	1,38
№312 г.Москва 2017г	картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,64	0,18	0	21	21,79	44,37	110,57	33,3	1,21
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,2	61,5	0	0	0,01	2,83	14,2	4,4	2,4	0,36
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>557</b>	<b>16,88</b>	<b>18,57</b>	<b>78,13</b>	<b>547,17</b>	<b>0,388</b>	<b>16,2</b>	<b>23,63</b>	<b>25,32</b>	<b>99,13</b>	<b>217,87</b>	<b>71,11</b>	<b>4,56</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЧЕТВЕРГ</b>														
<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>														
№256 г.Москва 2017	мясо тушёное	100	10,58	15,5	2,56	192,06	0,28	0	2,58	0,18	19,08	126,76	22,6	1,49
№305 г.Москва 2017г	рис припущенный	180	4,37	5,16	44	239,92	0,04	0,1	0,84	0	18	31,44	8,16	0,72
№342 г.Москва 2017г	компот из свежих плодов	200	0,32	0,08	28,2	114,8	0,012	0	0,12	2,7	22,16	12	11,86	0,27
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>550</b>	<b>20,29</b>	<b>21,42</b>	<b>104,46</b>	<b>691,78</b>	<b>0,43</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>2,88</b>	<b>77,74</b>	<b>243,6</b>	<b>62,32</b>	<b>4,09</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			(гр)				(мг)				(мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Ca	Р	Mg	Fe
	<b>ПЯТНИЦА</b>													
	<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>													
№294 г.Москва 2017г	котлета рубленая из птицы	100	9,42	9,5	10,01	163,22	0,13	44,98	1,58	0,5	44,52	54,54	13,98	1,044
№203 г.Москва 2017г	макаронные изделия отварные	180	6,85	5,12	38,4	227,08	0,07	24	1	0	14,68	46,43	10,28	1,22
№376 г.Москва 2017	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	0	0	0	0,03	11,1	2,8	1,4	0,28
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>550</b>	<b>21,36</b>	<b>15,32</b>	<b>93,11</b>	<b>595,76</b>	<b>0,298</b>	<b>68,98</b>	<b>3,44</b>	<b>0,53</b>	<b>88,8</b>	<b>177,17</b>	<b>45,36</b>	<b>4,154</b>

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			(гр)				(мг)				(мг)			
			белки	жиры	углев.		В <sub>1</sub>	А	Е	С	Ca	Р	Mg	Fe
	<b>СУББОТА</b>													
	<b>ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАК)</b>													
№260г.Москва 2017	гуляш	100	10,64	28,19	2,9	307,87	0,28	0	2,6	0	37,3	94,1	19,5	1,3
№302г.Москва 2017г	каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,55	0,14	0	1,62	0	21,6	129,6	38,5	2,88
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,2	61,5	0	0	0,01	2,83	14,2	4,4	2,4	0,36
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,044	0	0,44	0	8	26	5,6	0,44
	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,054	0	0,42	0	10,5	47,4	14,1	1,17
	<b>итого:</b>	<b>557</b>	<b>26,11</b>	<b>36,2</b>	<b>94,17</b>	<b>806,92</b>	<b>0,518</b>	<b>0</b>	<b>5,09</b>	<b>2,83</b>	<b>91,6</b>	<b>301,5</b>	<b>80,1</b>	<b>6,15</b>
	<b>Всего за неделю:</b>		<b>126,48</b>	<b>137,15</b>	<b>581,66</b>	<b>4066,91</b>	<b>2,44</b>	<b>142,40</b>	<b>45,35</b>	<b>36,05</b>	<b>514,92</b>	<b>1464,99</b>	<b>404,10</b>	<b>29,31</b>
	<b>Всего за период:</b>		<b>254,02</b>	<b>259,31</b>	<b>1171,35</b>	<b>8035,27</b>	<b>4,44</b>	<b>336,59</b>	<b>87,85</b>	<b>67,17</b>	<b>1066,84</b>	<b>2867,96</b>	<b>788,22</b>	<b>60,70</b>
	<b>Среднее значение за период:</b>		<b>21,2</b>	<b>21,6</b>	<b>97,6</b>	<b>669,6</b>	<b>0,4</b>	<b>28,0</b>	<b>7,3</b>	<b>5,6</b>	<b>88,9</b>	<b>239,0</b>	<b>65,7</b>	<b>5,1</b>

исполнитель: гл. технолог: Ж.Э. Филиппова