

"Согласовано"

Заведующий МДОУ Детский сад № 117



"Утверждаю"

Генеральный директор
«МДОУ Детский сад № 117»

Иваненко С.В.

10.01.2015

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

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептов			
		Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг			F, мг	Se, мг	
Завтрак																					
Каша "Дружба" молочная жидкая	150	4,7	2,8	25,3	150,1	0,10	0,40	0,00	0,10	88,40	26,00	104,40	0,70	0,80	158,00	31,90	0,00	0,00	38	2010	
Чай с молоком	180	3,4	3,4	12,4	102,0	0,00	0,60	14,60	0,00	0,10	129,90	16,40	91,10	0,50	0,50	190,00	10,90	0,00	0,00	378	2015
Кисл чайный	20	1,8	2,5	10,9	73,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Масло сливочное (порция)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0,00	0,00	40,00	0,20	0,00	2,40	3,00	0,00	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00	14	2015	
Итого за прием пищи:	380	10,0	16,0	48,7	391,6	0,10	1,00	64,00	0,20	0,20	220,70	42,40	198,50	1,20	1,30	349,50	42,80	0,00	0,00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0,0	0,0	15,2	66,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2015	
Итого за прием пищи:	150	0,0	0,0	15,2	66,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
Суп картофельный с бобовыми (горохом луценым)	150	3,6	2,9	11,6	87,0	0,10	2,70	0,10	0,00	24,00	19,70	47,00	1,20	0,60	281,00	38,60	0,00	0,00	102	2015	
Каша тушеная с мясом свинины	150	8,4	16,4	10,5	248,2	0,00	25,70	10,20	0,10	66,60	23,30	47,20	1,40	0,60	298,50	28,70	0,00	0,00	ТТК		
Напиток из яблок сушеных	150	0,2	0,0	9,1	37,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	3,70	5,40	0,50	0,00	45,80	0,00	0,00	348	2015	
Хлеб ржаной йодированный	36	2,4	0,4	12,0	62,6	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	6,50	6,80	31,30	1,40	0,40	48,00	2,00	0,00			
Итого за прием пищи:	486	14,6	19,7	43,2	435,5	0,20	28,50	10,30	0,10	112,30	53,50	130,90	4,50	1,60	674,30	69,30	0,00	0,00			
Уплотненный полдник																					
Творожки рыбные с соусом	60/40	8,9	6,6	10,5	140,5	0,00	1,10	3,60	0,00	28,20	26,10	98,10	0,60	0,60	230,20	89,10	0,00	0,00	239	2015	
Рис с овощами	110	3,1	3,9	31,8	179,3	0,00	0,40	13,40	0,10	18,40	23,40	65,00	0,60	0,70	68,20	37,10	0,00	0,00	450	2003	
Чай без сахара	150	0,1	0,0	0,0	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	3,00	3,00	0,30	0,00	10,40	0,00	0,00	376	2015	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00	6,60	9,90	25,50	0,60	0,20	38,30	1,10	0,00	0,00			
Итого за прием пищи:	350	14,4	11,4	57,7	398,8	0,00	1,50	17,00	0,10	0,00	61,60	62,40	191,60	2,10	1,50	348,10	127,30	0,00	0,00		
Всего за день:		39,0	47,1	164,8	1291,9	0,30	31,00	91,30	0,40	0,30	394,60	521,00	7,80	4,40	1372,90	238,40	0,00	0,00			

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес", молочная жидкая	150	4.1	3.3	15.8	115.2	0.10	0.40	10.10	0.00	0.10	97.10	27.50	105.30	0.60	0.80	172.50	32.50	0.00	0.00	34	2010
Хлебный напиток на молоке	150	3.8	3.7	12.9	108.1	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.40	18.00	100.70	0.30	0.50	200.20	11.70	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	370	15.0	11.9	44.4	364.7	0.20	1.10	25.80	0.90	0.30	258.80	59.20	292.90	2.30	1.90	468.00	53.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кефир	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Щи из свежей капусты с картофелем, свиной и сметаной	150/10	3.1	6.8	5.5	102.7	0.00	7.10	3.10	0.00	0.00	31.40	12.60	27.60	0.70	0.30	187.40	38.80	0.00	0.00	88	2015
Супля рыбное	50	8.6	5.5	0.6	95.9	0.00	0.30	13.50	0.40	0.10	35.70	21.70	116.50	0.50	0.70	219.80	60.40	0.00	0.00	400	2004
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.0	0.10	8.40	14.30	0.10	0.10	43.50	24.70	76.30	0.90	0.50	625.00	51.70	0.00	0.00	128	2015
Огурцы консервированные	15	0.1	0.0	0.3	2.0	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	3.50	2.10	3.60	0.10	0.00	21.20	0.00	0.00	0.00	70	2015
Напиток из шиповника с клюквой	150	0.5	0.1	14.5	86.3	0.00	33.00	0.10	0.00	0.00	15.70	5.50	9.90	0.40	0.00	66.80	0.00	0.00	0.00	388	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	48.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	541	17.5	16.9	51.9	455.5	0.20	48.60	31.00	0.50	0.20	136.30	73.40	265.20	4.00	1.90	172.90	0.00	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	100	20.3	7.9	17.5	241.4	0.00	0.20	30.80	0.20	0.10	142.10	23.10	195.00	0.80	0.50	141.40	5.50	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Кисель из вишни	150	0.1	0.0	15.9	65.0	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	13.40	4.90	8.80	0.10	0.00	40.10	0.30	0.00	0.00	350	2015
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	400	22.3	10.1	57.2	433.1	0.00	14.30	30.80	0.20	0.20	237.70	45.20	261.80	3.80	0.90	615.90	9.80	0.00	0.00		
Всего за день:		59.2	43.7	158.6	1 341.8	0.40	66.10	117.60	1.80	1.00	812.80	198.80	962.50	10.30	4.70	2 253.30	109.00	0.00	0.00		ЕНЕСТЬЮ

«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
г. Саратов

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
Каша рисовая молочная жидкая	150	3.6	2.5	20.9	125.5	0.00	0.40	9.70	0.00	88.30	18.40	85.20	0.30	0.60	138.20	31.50	0.00	0.00	33	2010	
Какао с молоком	150	4.1	4.0	11.8	108.4	0.10	0.70	15.60	0.00	136.70	23.40	106.70	0.60	0.70	223.40	11.70	0.00	0.00	382	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	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	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015	
Итого за прием пищи:	350	12.7	17.3	48.2	413.0	0.10	1.20	88.30	0.20	334.00	56.70	281.40	1.60	1.90	411.90	44.40	0.00	0.00			
II Завтрак																					
Молочный витаминный напиток	180	5.2	5.4	15.3	142.7	0.10	1.00	22.80	0.00	193.90	21.30	136.80	0.20	0.80	277.60	17.10	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	15.3	142.7	0.10	1.00	22.80	0.00	193.90	21.30	136.80	0.20	0.80	277.60	17.10	0.00	0.00			
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	170	5.2	1.6	12.0	82.8	0.10	5.70	0.20	0.00	17.90	18.00	42.30	0.80	0.30	409.30	40.30	0.00	0.00	97	2015	
Гуляш из птицы	35/35	7.8	8.2	3.3	128.1	0.10	1.40	9.00	0.00	14.70	14.50	80.10	0.80	0.10	52.80	12.90	0.00	0.00	ТТК		
Каша гречневая рассыпчатая	110	6.6	4.2	30.0	187.2	0.20	0.00	9.40	0.10	16.10	55.20	142.10	3.30	1.10	200.00	33.70	0.00	0.00	171	2015	
Напиток из смеси сухих фруктов	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015	
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	52.6	0.10	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	48.00	2.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	536	22.4	14.5	70.7	517.4	0.50	7.10	18.60	0.10	61.40	135.90	295.80	6.30	1.90	711.70	88.90	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																					
Жаркое поджаренное со свинойной	150	5.8	13.6	18.9	233.1	0.10	9.10	0.20	0.00	25.60	28.00	68.50	1.20	0.50	637.00	66.30	0.00	0.00	ТТК		
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00			
Печенье	23	1.3	7.9	13.7	127.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	353	9.5	22.4	48.0	439.8	0.10	9.10	0.20	0.00	40.60	40.90	97.00	2.10	0.70	666.70	67.40	0.00	0.00			
Всего за день:		49.8	59.6	182.2	1 512.3	0.80	18.40	123.90	0.30	629.90	254.80	811.00	10.20	5.30	2 087.70	247.80	0.00	0.00			

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

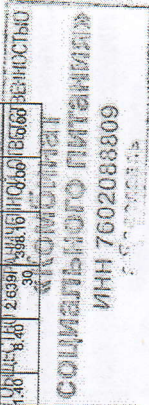
4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, 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 ячневая молочная жидкая	150	4.0	2.8	16.8	115.7	0.00	0.50	11.30	0.00	0.10	111.60	18.00	115.00	0.40	0.60	189.20	32.50	0.00	0.00	36	2010
чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	128.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	14	2015	
Итого за прием пищи:	370	9.8	14.4	44.7	362.4	0.00	1.10	65.90	0.20	0.20	250.70	44.30	234.60	1.90	1.30	400.00	44.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с яйцом	150	3.5	3.9	10.8	97.6	0.10	5.10	7.40	0.40	0.10	25.80	18.10	65.20	1.00	0.50	388.30	42.90	0.00	0.00	97	2015
Печень по-строгановски	35/35	9.2	6.9	2.8	129.7	0.10	7.20	10.70	0.00	0.60	17.00	10.10	142.40	3.00	2.70	175.80	20.30	0.00	0.00	255	2015
Макаронные изделия отварные	110	4.6	3.0	29.4	166.4	0.10	0.00	9.40	0.10	0.00	20.60	8.20	34.30	0.70	0.30	52.60	44.60	0.00	0.00	309	2015
Напиток из яблок сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.8	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.60	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	516	19.9	14.2	64.1	494.0	0.40	12.40	27.50	0.50	0.50	65.10	46.90	278.60	5.60	3.90	711.50	109.80	0.00	0.00		
Употребленный полдник																					
Пудинг творожный	110	16.9	6.2	17.2	206.1	0.00	0.30	20.80	0.20	0.20	140.90	22.70	182.90	0.90	0.50	166.80	5.40	0.00	0.00	222	2015
Молоко стуженное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
чай без сахара	150	0.1	0.0	0.4	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	376	2015	
Плошка сливочная	50	4.6	6.6	35.0	220.1	0.10	0.10	1.80	0.00	0.00	24.20	7.40	45.00	0.40	0.30	72.70	21.30	0.00	0.00	767	2004
Итого за прием пищи:	330	23.0	14.5	63.3	492.2	0.10	0.60	22.60	0.20	0.30	234.90	39.90	274.70	1.60	1.00	322.90	28.10	0.00	0.00		
Всего за день:		53.2	43.6	184.8	1409.7	0.50	27.10	116.00	0.90	1.40	591.50	141.50	802.20	12.60	8.90	1788.00	281.00	0.00	0.00		

«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
г. Саратов

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Омлет натуральный	160	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.60	2.00	0.40	118.80	16.60	186.90	1.30	1.30	227.20	67.80	0.00	0.00	0.00	210	2015
Корейский напиток на молоке	150	3.8	3.7	12.9	108.1	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.40	18.00	100.70	0.30	0.50	200.20	11.70	0.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	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	0.00	14	2015	
Сыр (порция)	12	3.1	3.1	0.0	41.3	0.00	0.10	27.60	0.00	0.00	120.00	6.00	73.20	0.10	0.40	11.40	0.00	0.00	0.00	15	2015	
Итого за прием пищи:	362	21.6	30.2	32.1	619.2	0.20	1.20	108.80	2.20	0.50	384.20	50.50	389.30	2.90	2.40	479.60	80.60	0.00	0.00	0.00		
II Завтрак																						
Молоко кипяченое	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00	0.00		
Обед																						
Суп картофельный с клецками и свиной	150/10	4.6	6.4	16.6	148.1	0.00	2.60	0.10	0.00	0.00	18.90	12.50	36.20	0.60	0.20	206.00	42.40	0.00	0.00	0.00	108/109	2015
"Ежики" мясные со сметанным соусом	120/50	16.7	14.0	12.4	261.4	0.00	1.40	16.80	0.10	0.10	40.80	25.20	165.70	2.30	3.00	351.10	69.30	0.00	0.00	0.00	287	2015
Свекода, тушеная в сметанном соусе	110	2.0	4.8	4.6	94.9	0.00	4.20	9.10	0.00	0.00	44.50	21.70	46.80	1.40	0.40	312.40	16.30	0.00	0.00	0.00	140	2015
Компот из компотной смеси с/м	150	0.1	0.0	13.4	53.9	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	8.40	2.60	2.70	0.10	0.00	32.80	0.60	0.00	0.00	343	2015	
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	5.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	626	25.8	25.6	59.0	620.9	0.10	8.80	26.00	0.10	0.10	119.10	68.80	292.70	5.80	4.00	951.30	130.60	0.00	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																						
Гуляш из рыбы	50/50	9.0	4.4	2.8	93.2	0.10	1.00	5.70	0.00	0.10	30.50	30.50	120.20	0.50	0.50	280.70	119.00	0.00	0.00	0.00	ТТК	
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.0	0.10	8.40	14.30	0.10	0.10	43.50	24.70	76.30	0.90	0.50	625.00	51.70	0.00	0.00	0.00	128	2015
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	0.00		
Пирог "Манник"	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	0.00	ТТК	
Итого за прием пищи:	460	16.2	17.0	55.7	454.7	0.20	9.40	21.60	0.20	0.20	107.10	72.30	251.40	2.50	1.40	877.10	172.60	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		67.9	77.3	153.5	1 689.8	0.60	20.20	175.40	2.50	0.90	772.00	209.40	1 037.50	11.40	8.40	2 639.40	588.10	0.00	0.00	0.00		



6 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг			F, мг	Se, мг
Завтрак																						
Каша пшеничная молочная жидкая		150	3.9	2.5	16.7	110.0	0.00	0.40	9.70	0.00	0.10	92.30	17.70	94.10	0.70	0.30	153.20	31.30	0.00	0.00	35	2010
Чай с молоком		180	3.5	3.4	12.4	102.5	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	131.80	18.00	94.20	0.70	0.50	200.20	10.90	0.00	0.00	378	2015
Кефир чайный		20	1.8	2.5	10.9	73.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:		350	9.2	8.4	40.0	285.9	0.00	1.00	24.30	0.00	0.20	224.10	35.70	188.30	1.40	0.80	353.40	42.20	0.00	0.00		
II Завтрак																						
Кефир		150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:		150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																						
Суп картофельный с фасолью		150	1.6	2.7	7.9	63.0	0.00	2.70	0.10	0.00	0.00	14.40	10.20	22.60	0.50	0.20	193.30	38.00	0.00	0.00	102	2015
Гуляш мясной из свинины		30/30	5.1	16.4	2.7	201.6	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	6.60	2.80	7.90	0.10	0.10	31.90	19.60	0.00	0.00	438	2004
Рис разуженный		110	3.0	4.7	30.0	178.4	0.00	1.00	8.10	0.00	0.00	23.50	25.60	67.50	0.70	0.70	86.40	37.40	0.00	0.00	450/тк	2003
Напиток из смеси сухофруктов		150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный		36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:		506	13.5	24.3	66.0	562.3	0.10	4.40	8.20	0.00	0.00	57.20	46.80	129.30	2.70	1.40	361.20	97.00	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																						
Колбаса цветная запеченная в духовке		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	0.80	112.10	56.30	0.00	0.00	210	2015
Батон йодированный		30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Чай с сахаром		150	0.1	0.0	9.0	36.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.20	2.60	2.30	0.20	0.00	8.20	0.00	0.00	0.00	376	2015
Ватрушка с творогом		50	6.8	2.8	24.1	151.9	0.00	0.00	7.10	0.00	0.00	39.70	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	0.00	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:		510	18.1	14.2	66.1	486.0	0.00	13.20	26.20	1.20	0.10	132.20	40.20	203.60	5.10	1.30	598.10	78.10	0.00	0.00		
Всего за день:			45.2	61.7	178.1	1 422.7	0.10	19.70	88.70	1.20	0.60	593.50	143.70	663.70	9.40	3.50	1 312.10	217.30	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								№ рецептур	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	K, мг	I, мг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.6	4.3	14.8	125.3	0.00	0.60	17.30	0.00	0.10	128.50	15.50	95.70	0.30	0.60	190.40	47.00	0.00	0.00	120	2015
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	360	11.4	9.7	45.6	333.8	0.10	1.40	36.00	0.00	0.20	298.90	47.10	243.20	1.30	1.40	470.20	62.10	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00		
Обед																					
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной	150	1.5	2.2	10.4	69.2	0.10	4.00	3.10	0.00	0.00	22.70	16.00	42.30	0.80	0.20	298.00	39.20	0.00	0.00	96	2015
Запеканка из печени с рисом	120	15.5	13.1	15.5	268.7	0.10	11.10	20.20	0.30	1.10	36.00	24.60	246.80	4.90	4.40	299.60	60.20	0.00	0.00	482	2004
Суп сметанный	30	0.4	2.4	1.2	31.3	0.00	0.00	10.10	0.00	0.00	10.80	1.30	7.20	0.00	0.00	14.90	9.10	0.00	0.00	330/пк	2015
Икра свекольная	20	0.4	1.0	1.3	21.5	0.00	1.10	0.00	0.00	0.00	9.60	5.40	11.30	0.40	0.10	77.30	5.90	0.00	0.00	75	2015
Напиток из яблок сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	506	20.5	19.1	49.5	491.0	0.30	16.30	33.40	0.30	1.10	100.80	57.80	344.30	8.00	5.10	784.60	116.40	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Котлета рыбная	70	11.6	5.0	10.7	136.5	0.10	0.30	1.20	0.00	0.10	35.30	33.20	136.90	1.10	0.70	274.70	95.50	0.00	0.00	234	2015
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.0	0.10	8.40	14.30	0.10	0.10	43.50	24.70	76.30	0.90	0.50	625.00	51.70	0.00	0.00	128	2015
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Печенье	23	1.3	7.9	13.7	127.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	403	18.1	17.9	57.9	459.2	0.20	8.70	15.50	0.10	0.20	93.80	70.80	241.70	2.90	1.40	949.40	148.30	0.00	0.00		
Всего за день:		50.8	46.9	168.2	1 358.5	0.60	29.40	84.90	0.40	1.50	504.00	181.70	899.70	14.30	8.00	2384.38	388.90	0.00	0.00		Итого за день: 1999.1

ОТВЕТСТВЕННЫЙ
«КОМБИНАТ»
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ИНН 7602088809
г. Ярославль

8 день

Привед. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углевод., г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша пшенная молочная жидкая	150	4.4	2.9	19.5	127.3	0.10	0.40	9.70	0.00	0.10	91.70	24.20	99.70	0.60	159.80	32.20	0.00	0.00	0.00	32	2010
Какао с молоком	150	3.6	3.5	11.0	97.8	0.00	0.60	13.50	0.00	0.10	119.40	21.60	94.00	0.60	0.70	197.80	10.10	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
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
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	82.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	16.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	380	15.2	18.6	46.3	432.6	0.10	1.00	63.30	1.10	0.30	238.80	59.50	283.60	2.60	1.90	454.40	51.40	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	150	4.3	4.5	6.7	95.0	0.10	0.80	19.00	0.00	0.10	161.60	17.80	114.10	0.20	0.60	231.30	14.30	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	170	5.2	1.6	12.0	82.8	0.10	5.70	0.20	0.00	0.00	17.90	16.00	42.30	0.80	0.30	409.30	40.30	0.00	0.00	97	2015
Рыбу из оливок с укроп	200	10.8	9.5	20.8	225.4	0.10	23.20	23.60	0.10	0.20	65.40	44.30	144.60	2.20	0.70	719.60	52.00	0.00	0.00	1437тк	2015
Напиток из шиповника с изюмом	150	0.5	0.1	14.5	66.3	0.00	33.00	0.10	0.00	0.00	15.70	5.50	9.90	0.40	0.00	66.80	0.00	0.00	0.00	388	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	556	18.9	11.6	59.3	437.1	0.30	61.90	23.90	0.10	0.20	105.50	74.60	228.10	4.80	1.40	1244.70	94.30	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Гулиш "Болонье" (субпродукты)	60	11.0	6.8	4.2	120.6	0.11	2.39	0.20	0.00	0.30	12.65	16.64	104.42	2.51	1.30	221.98	21.92	0.00	0.00	тк	
Макаронные изделия отварные	110	4.6	3.0	29.4	166.4	0.10	0.00	9.40	0.10	0.00	20.60	8.20	34.30	0.70	0.30	52.60	44.60	0.00	0.00	309	2015
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Печенье	20	1.1	6.9	11.9	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	500	19.6	18.1	73.6	538.1	0.21	15.39	9.60	0.10	0.30	69.05	46.14	181.52	7.01	2.00	685.68	70.22	0.00	0.00		
Всего за день:		59.0	52.8	185.9	1502.8	0.71	79.09	115.80	1.30	0.90	574.95	200.04	807.32	14.81	5.90	1261.80	230.22	0.00	0.00		

ИНН 7602088809
г. Ярославль

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белок, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150	4.1	3.3	15.8	115.2	0.10	0.40	10.10	0.00	0.10	97.10	27.50	105.30	0.60	0.80	172.50	32.50	0.00	0.00	34	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.80	9.90	25.50	0.60	0.20	38.30	1.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	360	9.8	7.6	43.6	295.8	0.10	1.00	24.70	0.00	0.20	233.60	53.80	221.50	1.70	1.50	401.80	44.50	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ из свежей капусты с картофелем, свиной	150/10	2.9	6.0	6.2	102.2	0.00	4.40	0.10	0.00	0.00	26.60	13.20	25.80	0.70	0.10	189.70	39.20	0.00	0.00	82	2015
Азу из говядины	60	9.3	9.4	3.0	145.9	0.00	1.30	0.00	0.00	0.00	12.00	13.30	85.70	1.30	0.10	63.60	24.60	0.00	0.00	438	2004
Каша гречневая рассычатая	110	6.6	4.2	29.9	186.2	0.20	0.00	9.10	0.10	0.10	16.10	95.00	141.70	3.30	1.10	199.60	33.70	0.00	0.00	171	2015
Кукуруза консервированная отварная	15	0.3	0.0	1.7	8.7	0.00	0.60	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	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	531	21.9	20.1	66.2	562.3	0.30	6.30	9.20	0.10	0.20	70.10	132.60	292.90	6.80	1.80	517.40	99.50	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	100	20.3	7.9	17.2	239.9	0.00	0.20	30.60	0.20	0.10	140.50	23.00	193.80	0.80	0.50	139.30	1.40	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.00	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Кисель из вишни	150	0.1	0.0	15.9	65.0	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	13.40	4.90	8.80	0.10	0.00	40.10	0.30	0.00	0.00	350	2015
Ватрушка с джемом	50	3.9	2.1	33.0	169.0	0.00	2.50	4.40	0.00	0.00	22.30	8.30	40.80	0.40	0.20	82.50	17.90	0.00	0.00	741	2004
Итого за прием пищи:	320	25.7	11.7	77.2	539.5	0.00	3.80	35.00	0.20	0.20	237.60	43.00	287.20	1.30	0.90	344.90	42.00	0.00	0.00		
Всего за день:	58.2	38.6	20.2	1462.1	202.2	0.40	14.10	68.90	0.30	0.60	551.80	235.40	812.50	11.90	4.30	1434.40	166.50	0.00	0.00		

«КОЛОС»
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
МНН 760208809
г Ярославль

10 день

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Витамины				Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Энергетическая ценность, ккал	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																						
	150	3,8	2,6	17,1	112,4	0,00	0,40	10,10	0,00	0,10	92,80	12,40	72,50	0,30	0,40	142,50	31,60	0,00	0,00	31	2010	
Каша манная молочная жидкая	150	3,8	3,7	12,9	108,1	0,10	0,70	15,60	0,00	0,10	136,40	18,00	100,70	0,30	0,50	200,20	11,70	0,00	0,00	379	2015	
Кофейный напиток на молоке	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,60	9,90	25,50	0,60	0,20	39,30	1,10	0,00	0,00			
Батон йодированный	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	
Масло сливочное (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	
Сыр (порциями)	350	12,6	17,1	45,5	399,6	0,10	1,20	88,70	0,20	0,20	338,20	45,30	262,70	1,30	1,50	393,00	44,40	0,00	0,00			
II Завтрак																						
	150	4,4	4,8	6,0	88,5	0,00	1,10	30,00	0,00	0,30	180,00	21,00	142,50	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2015	
Кефир	150	4,4	4,8	6,0	88,5	0,00	1,10	30,00	0,00	0,30	180,00	21,00	142,50	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																						
	150/10	3,1	6,8	7,0	108,7	0,00	5,10	3,10	0,00	0,00	25,20	13,20	31,30	0,60	0,20	226,70	38,90	0,00	0,00	99	2015	
Суп из овощей со свиной и сметаной	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		
Гуляш из рыбы	130	2,8	4,1	18,1	126,0	0,10	8,40	14,30	0,10	0,10	43,50	24,70	76,30	0,90	0,50	625,00	51,70	0,00	0,00	128	2015	
Картофельное пюре	15	0,1	0,0	0,3	2,0	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	3,50	2,10	3,60	0,10	0,00	21,20	0,00	0,00	0,00	70	2015	
Огурцы консервированные	150	0,1	0,0	13,4	53,9	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	8,40	2,60	2,70	0,10	0,00	32,80	0,60	0,00	0,00	343	2015	
Компот из компотной смеси с/м	36	2,4	0,4	12,0	62,6	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	6,50	6,80	31,30	1,40	0,40	49,00	2,00	0,00	0,00			
Хлеб ржаной йодированный	691	17,5	15,7	53,6	446,4	0,30	15,90	23,10	0,10	0,20	117,60	79,90	265,40	3,60	1,70	1 235, 212,20	40	0,00	0,00			
Уплотненный полдник																						
	150	8,4	16,4	10,6	248,5	0,00	25,70	10,20	0,10	0,10	66,60	23,40	47,30	1,40	0,60	299,00	28,70	0,00	0,00	ТК	2015	
Капуста тушеная с мясом свинины	150	0,1	0,0	0,0	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	3,00	3,00	0,30	0,00	10,40	0,00	0,00	0,00	376	2015	
Чай без сахара	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,60	9,90	25,50	0,60	0,20	39,30	1,10	0,00	0,00	740	2004	
Батон йодированный	50	6,1	2,9	24,5	153,3	0,10	0,00	0,00	0,30	0,00	51,60	8,20	68,90	0,60	0,60	62,20	21,50	0,00	0,00			
Шанжжи наливные с ягодами	360	16,9	20,2	60,5	480,8	0,10	25,70	10,20	0,40	0,10	133,20	44,50	144,70	2,90	1,40	410,90	51,30	0,00	0,00			
Итого за прием пищи:		51,4	57,8	165,6	1 415,3	0,50	43,90	152,00	0,70	0,80	769,00	190,70	815,30	8,00	4,60	2 039, 307,90	30	0,00	0,00			
Всего за день:																						

Оформлено в соответствии с требованиями к оформлению документов, используемых в работе органов государственной власти субъектов Российской Федерации.

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«КОММОНАТ»
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
г. Ярославль

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	533.7	515.5	1740.2	14386.6	4.91	349.29	1146.80	9.60	8.70	6208.95	1924.24	8118.42	111.21	56.26	20039.38	2542.02	0.00	0.00
Среднее значение за период	53.4	51.6	174.0	1438.7	0.49	34.93	114.70	1.00	0.90	620.90	192.42	811.84	11.12	5.60	2003.94	254.20	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.8	32.2	53.0															

Содержание в 100 г продукта
ИНН 7602088809
г Ярославль

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

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