

3 Дене

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминизация											№ рецептур	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг			Л, мг	Ф, мг	Se, мг	
Каши "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	150/4	4.0	7.4	29.0	200.9	0.09	0.58	38.65	0.00	0.45	89.33	24.87	104.94	0.45	0.51	0.00	37.23	0.00	0.00	175	2015	
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон изюмный	22	1.7	0.6	11.3	57.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.80	7.30	18.70	0.40	0.20	28.80	0.80	0.00	0.00			
Сыр порционный в ин.упак.	18	3.6	2.4	0.0	46.0	0.00	0.90	22.50	0.00	0.60	63.00	5.00	135.00	0.10	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00			
Брусок	14.0	0.6	0.4	14.4	46.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	26.60	18.80	22.40	0.30	0.80	277.00	1.40	0.00	0.00			
Блинчик с ванильным фаршем	7.0	4.2	5.0	27.1	170.0	0.10	0.14	33.21	0.10	0.10	60.73	17.88	75.12	0.75	0.61	0.00	27.28	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	817	14.1	15.8	96.8	600.3	0.19	8.66	92.36	0.10	1.95	255.56	79.25	358.98	4.78	2.22	245.80	66.71	0.00	0.00	TR		
Ци на свежий воздух с вертолетом	200	1.4	4.0	6.3	72.0	0.04	12.80	0.00	0.00	0.04	39.40	17.70	39.20	0.60	0.30	0.00	58.00	0.00	0.00	88	2015	
Тертый мясной с соусом красный основной	70/50	10.0	14.5	10.0	210.1	0.00	1.80	1.50	0.00	0.00	27.10	20.10	117.80	1.60	0.20	75.00	39.80	0.00	0.00	461	2014	
Каши пресные рассыпчатая	150	8.4	6.0	37.9	289.1	0.25	0.00	0.00	0.00	0.08	14.51	133.02	159.68	4.50	1.48	0.00	86.83	0.00	0.00	302	2015	
Сок фруктовый	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.02	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015	
Хлеб ржаной	23	1.5	0.3	7.7	40.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.10	4.40	20.00	0.80	0.30	31.30	1.30	0.00	0.00			
Батон изюмный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	713	22.8	28.4	92.4	701.8	0.31	18.40	1.50	0.00	0.32	103.51	189.82	407.78	10.80	2.39	132.50	157.43	0.00	0.00			
Сок фруктовый в ин.упаковке	200	0.0	0.0	30.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015	
Брусок	130	0.5	0.6	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.80	2.90	0.20	381.40	2.60	0.00	0.00			
Ваннчюо кудгине	80	3.5	1.4	34.6	164.7	0.05	0.08	3.60	0.00	0.04	0.70	14.30	35.90	11.30	0.30	0.00	24.00	0.00	0.00	408	2015	
Итого за прием пищи:	380	4.0	1.9	67.6	313.1	0.08	17.08	3.60	0.00	0.24	35.50	32.70	63.80	19.60	0.50	0.00	256.90	0.00	0.00			
Всего за день:		41.0	43.1	268.7	1815.0	0.56	44.15	97.46	0.10	1.81	384.57	299.77	830.54	32.68	2.71	248.77	250.4	0.00	0.00			

СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ИНН 7602088809
г. Ярославль

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										№ рецептур	Сборник рецептур					
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. вл, г		Завтрак	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Е, мг			Зп, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	Со, мг
Шоколад какао-бобовый	100	13.9	23.9	13.2	321.9	0.00	0.40	0.00	0.00	0.10	17.20	26.90	172.80	2.80	0.20	52.90	26.00	0.00	0.00	0.00	158	2004
Масляные изделия сгущенные	150	7.2	4.2	46.3	256.7	0.10	0.00	12.70	0.10	0.00	57.20	18.10	54.40	1.30	0.50	64.40	101.00	0.00	0.00	0.00	309	2015
Орехи кедровые сырые	60	0.7	0.1	2.3	14.4	0.00	0.00	15.00	0.10	0.00	6.40	12.00	15.60	0.60	0.10	174.00	1.20	0.00	0.00	0.00	71	2015
Батон изюмный	23	1.7	0.7	11.8	60.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.10	7.60	19.60	0.50	0.20	30.10	0.80	0.00	0.00	0.00		
Чай с сахаром	200г/5	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Брусок	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	2.80	0.20	361.40	2.80	0.00	0.00	0.00	376	2015
Итого за прием пищи:	578	24.1	28.4	101.3	774.4	0.10	28.43	12.80	0.10	0.10	119.80	76.40	279.30	8.98	1.20	702.80	131.90	0.00	0.00	0.00		
Сольная по-домашнему на телят																						
Плов со свиными	250г/10	3.4	6.1	8.6	110.1	0.00	5.20	3.20	0.00	0.00	30.90	19.60	57.10	1.00	0.30	325.80	63.10	0.00	0.00	0.00	158	2004
Салат из вареных овощей	180	14.1	21.2	35.0	406.0	0.00	1.70	0.30	0.00	0.10	33.80	42.80	164.00	2.40	0.90	141.20	118.30	0.00	0.00	0.00	285	2015
Компот из свежих плодов (яблук)	80	0.3	0.0	1.2	6.4	0.00	4.19	0.00	0.00	0.00	10.26	8.71	19.25	0.34	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2015
Хлеб ржаной	200	0.1	0.1	27.8	115.0	0.01	0.90	0.00	0.00	0.01	14.20	12.90	4.40	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	342	2015
Итого за прием пищи:	730	19.9	27.8	83.6	699.7	0.11	11.99	3.50	0.00	0.11	94.36	89.71	299.85	5.94	1.60	507.90	183.10	0.00	0.00	0.00		
Сек. фруктов в нед. упаковке																						
Фрукт	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	388	2015
Выпечное изделие	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	2.80	0.20	361.40	2.80	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	50	4.0	4.1	25.1	103.3	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	0.00		
Всего за день:	380	4.5	4.8	58.0	312.4	0.01	17.00	0.00	0.00	0.20	34.80	18.40	28.30	5.70	0.20	361.40	2.80	0.00	0.00	0.00		
		48.5	61.8	242.9	1776.6	0.22	57.42	16.30	0.10	0.41	248.98	194.51	597.45	20.02	3.00	1572.	317.30	0.00	0.00	0.00		

Общество с ограниченной ответственностью
 «КОМБИНАТ
 СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
 ИНН 7602088809
 г. Ярославль

5 день

Группы единицы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур					
			Белка, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Св, мг	В9, мкг	Р, мг	Са, мг	К, мг	Л, мг			Е, мг	Se, мг			
Каша	Пюре из картофеля	50/50	11,8	18,3	4,5	248,4	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,10	20,40	17,90	125,20	2,00	0,10	53,50	80,80	0,00	0,00	260	2015	
Овощи	Картофельные севича	150	8,4	6,0	37,9	239,1	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	14,51	133,02	199,66	4,50	1,49	0,00	56,63	0,00	0,00	302	2015	
Батон	Испариванный	43	0,2	0,0	0,9	4,6	0,00	2,97	0,00	0,00	0,00	0,00	7,29	6,19	12,97	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	71	2015	
Чай	с сахаром	20	1,5	0,8	10,3	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,40	6,60	17,06	0,40	0,10	28,20	0,70	0,00	0,00			
Оладьи	2 шт	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2015	
Итого за прием пищи:		70	4,2	4,8	29,0	29,0	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	0,00	0,00		
		5/8	26,3	29,7	96,6	776,4	0,25	4,00	0,00	0,00	0,00	0,18	57,70	184,31	357,65	7,41	1,69	79,70	136,13	0,00	0,00	424	2015	
Борщ	на сметане капуста с картофелем и кури	250/10	4,8	6,9	10,9	142,5	0,00	13,39	12,50	0,00	0,00	0,06	82,13	332,63	68,25	1,50	0,63	0,00	82,75	0,00	0,00	82	2015	
Рис	отварной	100	11,5	20,8	11,5	284,7	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,10	16,30	21,00	127,80	2,10	0,20	56,80	25,10	0,00	0,00	32	2015	
Чай	с сахаром	150	3,5	4,2	37,0	200,7	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,25	5,27	25,19	78,91	0,59	0,33	0,00	60,03	0,00	0,00	302	2015	
Хлеб	ржаной	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2015	
Батон	испариванный	20	1,9	0,3	9,7	50,5	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,20	6,90	25,20	1,20	0,40	38,40	1,60	0,00	0,00			
Выпечное	маковое	22	1,7	0,6	11,3	57,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,30	18,70	0,40	0,20	28,80	0,80	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием пищи:		50	4,9	5,1	28,6	179,0	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,40	6,30	37,90	0,50	0,30	56,10	25,10	0,00	0,00	424	2015	
		8/29	28,1	37,9	124,0	985,0	0,23	14,01	12,50	0,00	0,00	0,41	115,20	399,31	357,56	6,57	2,36	101,10	195,39	0,00	0,00			
Ож	фруктовый в ин. упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	0,01	4,00	0,00	0,00	0,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399	2015	
Фрукт		140	0,8	0,4	14,4	65,6	0,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00	26,60	16,80	22,40	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Шоколад		15	1,1	5,1	8,0	82,5	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	0,00			
Итого за прием пищи:		365	1,7	5,5	42,6	236,3	0,01	11,00	0,00	0,00	0,00	0,20	40,60	24,80	36,40	5,60	0,30	217,00	1,40	0,00	0,00			
Всего за день:		58,0	73,0	263,1	1397,7	0,49	29,01	12,50	0,00	0,00	0,79	213,50	599,82	75,61	19,56	4,36	47,80	344,91	0,00	0,00	0,00			

ИНН 7602088809
г. Ярославль

6 день

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углево-да, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	Л, мг	Ф, мг	Se, мг						
Виточек мясной	100	11,5	20,8	11,5	294,7	0,00	0,60	0,00	0,00	0,10	16,30	21,00	127,60	2,10	0,20	55,80	25,10	0,00	0,00	0,00	ТК				
Матричные изделия отварные	150	7,2	4,2	46,3	256,7	0,10	0,00	12,70	0,10	0,00	16,10	14,10	54,40	1,30	0,50	84,40	101,00	0,00	0,00	0,00	ТК	2015			
Овощи тушеные с маслом	31	0,3	0,1	1,2	7,4	0,00	7,80	0,10	0,00	0,00	4,30	8,20	8,10	0,30	0,10	89,90	0,60	0,00	0,00	0,00	71	2015			
Ватон йогуртовый	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,40	6,60	17,00	0,40	0,10	26,20	0,70	0,00	0,00	0,00					
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Фрукт	140	0,6	0,4	14,4	65,8	0,00	7,00	0,00	0,00	0,00	28,60	18,80	22,40	2,80	0,30	217,00	1,40	0,00	0,00	0,00	376	2015			
Итого за прием пищи:	856	21,2	28,1	98,7	737,0	0,10	15,43	12,80	0,10	0,10	119,50	70,10	232,50	7,16	1,20	474,30	128,80	0,00	0,00	0,00					
Обед																									
Суп картофельный с горохом тушеным, маслом (овся)	265	6,5	6,4	16,6	161,9	0,13	5,76	0,00	0,00	0,09	49,41	96,89	98,48	2,26	0,38	0,00	65,11	0,00	0,00	0,00	192	2015			
Гуляш из ягн. гов. (гов./гов)	50/50	12,6	12,3	4,7	180,0	0,10	1,80	35,60	0,00	0,08	42,00	15,00	97,20	1,05	0,70	0,00	32,30	0,00	0,00	0,00	290	2015			
Рис отварной	150	3,5	4,2	37,0	200,7	0,03	0,00	0,00	0,00	0,25	5,27	25,19	76,81	0,59	0,83	0,00	60,08	0,00	0,00	0,00	302	2015			
Сок фруктовый	180	0,0	0,0	18,2	79,2	0,02	3,60	0,00	0,00	0,18	12,60	7,20	12,60	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	369	2015			
Хлеб ржаной	28	1,9	0,3	6,4	48,7	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	5,30	24,40	1,10	0,30	38,10	1,80	0,00	0,00	0,00					
Итого за прием пищи:	713	24,5	23,2	85,8	670,5	0,38	11,26	35,60	0,00	0,59	108,28	89,57	309,80	7,52	2,21	38,10	178,04	0,00	0,00	0,00					
Полдник																									
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	0,01	4,00	0,00	0,00	0,20	14,00	6,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	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	0,00					
Выпечное изделие	50	4,0	4,1	25,1	163,3	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	0,00					
Итого за прием пищи:	380	4,5	4,6	58,0	312,4	0,01	17,00	0,00	0,00	0,20	34,80	16,40	28,30	5,70	0,20	361,40	2,60	0,00	0,00	0,00					
Всего за день:		50,2	53,5	242,5	1719,9	0,49	43,69	48,40	0,10	0,89	262,98	178,07	570,40	13,86	2,41	839,80	210,84	0,00	0,00	0,00					

«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
г. Ярославль

7 день

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		Заправка	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Св, мг	Мо, мг	Р, мг	Ев, мг	Зп, мг			К, мг	Л, мг	Ф, мг
Торт для гостей	50/50	11.8	18.3	4.5	246.4	0.00	1.00	0.00	0.00	0.10	20.40	17.60	125.20	2.00	0.10	53.50	60.90	0.00	0.00	280	2015
Крем гречишная рассыпчатая	150	8.4	6.0	37.9	238.1	0.25	0.00	0.00	0.00	0.08	14.51	133.02	199.68	4.50	1.48	0.00	56.83	0.00	0.00	302	2015
Сливки натуральные свежие	40	0.2	0.0	0.8	4.3	0.00	2.81	0.00	0.00	0.00	6.97	5.84	12.23	0.23	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2015
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	375	2015
Бисквит йодированный	222	1.7	0.6	11.3	57.6	0.00	0.00	0.00	0.00	4.80	7.30	18.70	0.40	0.20	28.80	0.80	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	351.40	2.50	0.00	0.00		
Печенье за прием пищи:	687	22.8	25.4	82.2	670.6	0.25	16.94	0.00	0.00	0.18	78.48	175.56	372.91	10.31	1.98	443.70	140.83	0.00	0.00		
См.фруктовый с ягодами и корицей	250/10	9.1	7.4	17.0	182.5	0.13	12.00	50.00	0.00	0.10	50.88	3.50	146.25	2.13	0.25	0.00	54.13	0.00	0.00	97	2015
Шоколад из семени рубленый	100	13.8	23.9	13.2	321.9	0.00	0.40	0.00	0.00	0.10	17.20	25.90	172.60	2.80	0.20	52.50	28.00	0.00	0.00		
Капуста тушеная	150	3.6	5.2	15.4	124.9	0.10	32.00	0.10	0.00	0.10	85.20	29.10	57.90	1.80	0.80	372.20	82.00	0.00	0.00	138	2015
Сливки натуральные свежие	80	0.7	0.1	2.3	14.4	0.00	15.00	0.10	0.00	0.00	8.40	12.00	15.60	0.60	0.10	174.00	1.20	0.00	0.00	71	2015
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	375	2015
Хлеб ржаной	21	1.4	0.3	7.0	96.5	0.00	0.00	0.00	0.00	3.80	4.00	18.30	0.80	0.30	28.60	1.20	0.00	0.00	0.00		
Бисквит йодированный	22	1.7	0.8	11.3	57.6	0.00	0.00	0.00	0.00	4.80	7.30	18.70	0.40	0.20	28.80	0.80	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	828	30.5	37.5	91.2	797.8	0.23	59.43	50.20	0.00	0.30	181.38	84.20	432.15	8.81	1.85	858.50	155.33	0.00	0.00		
Сок фруктовый в ину,улитковом	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	399	2015
Фрукт	140	0.6	0.4	14.4	65.8	0.00	7.00	0.00	0.00	0.00	28.60	16.90	22.40	2.80	0.30	217.00	1.40	0.00	0.00		
Шоколад	15	1.1	1.1	8.0	82.5	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:	355	1.7	5.5	42.6	236.3	0.01	11.00	0.00	0.00	0.20	40.80	24.80	36.40	5.80	0.30	217.00	1.40	0.00	0.00		
Всего за день:		54.9	68.3	206.0	1704.6	0.49	87.27	50.20	0.00	0.88	300.46	294.56	841.46	13.61	2.15	1075.50	166.73	0.00	0.00		

«КОМБИНАТ
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
г. Свердловск

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. чл, г		Вит. А		Вит. В1		Вит. В2		Вит. В6		Вит. В12		Вит. С		Вит. Е		Вит. Р		Вит. К		Вит. F				Вит. Se	
						мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг			мг	мг
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150/3	3,8	4,3	23,5	156,2	0,00	0,40	16,70	0,00	0,10	87,20	19,90	89,40	0,30	0,60	133,60	31,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	182	2015	
Батон калорийный	21	1,6	0,8	10,8	56,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	8,90	17,80	0,40	0,20	27,50	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Сыр полужирный в м.л. утв.	16	3,6	2,4	0,0	46,0	0,00	0,80	22,50	0,00	0,60	63,00	5,00	135,00	0,10	0,50	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	
Чай с мятой (содержащий сахар)	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	2,80	0,28	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	
Блинчик с вишневым фаршем	70	4,2	5,0	27,1	170,0	0,10	0,14	33,21	0,10	0,00	60,73	17,89	75,12	0,75	0,61	0,00	27,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Фрукт	140	0,6	0,4	14,4	65,8	0,00	7,00	0,00	0,00	0,00	28,60	16,80	22,40	2,80	0,30	217,00	1,40	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:	610	13,9	12,7	85,8	633,0	0,10	8,47	72,41	0,10	0,70	253,23	67,98	342,62	4,63	2,31	384,10	60,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Жиры на сахар и муку с картофелем	200	1,4	4,0	6,3	72,0	0,04	12,60	0,00	0,00	0,04	39,40	11,70	39,20	0,60	0,30	0,00	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Котлета говяжья	100	12,2	6,1	17,6	183,2	0,10	0,70	0,00	0,00	0,10	39,00	44,40	175,30	1,70	0,80	340,30	178,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Пюре картофельное	180	3,4	5,3	22,3	150,4	0,08	19,88	0,00	0,00	0,08	40,47	30,36	94,74	1,10	0,53	0,00	62,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Оладьи картофельные с мясом	70	0,4	0,0	1,4	7,5	0,00	4,89	0,00	0,00	0,00	14,97	10,16	21,28	0,39	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	0,00
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	2,80	0,28	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	0,00
Хлеб ржаной	49	3,2	0,6	16,4	85,3	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	6,80	9,30	42,60	2,00	0,80	66,80	2,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кондитерское изделие	20	1,1	6,8	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	804	21,8	24,9	90,9	679,4	0,33	38,10	0,00	0,00	0,23	150,74	113,32	375,93	6,07	2,63	406,90	302,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сок фруктовый в кон. упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	0,01	4,00	0,00	0,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80	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	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	2,99	0,20	361,40	2,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Выпеченное изделие	80	3,5	1,4	34,6	164,0	0,05	0,09	0,00	0,00	0,04	0,70	14,30	35,50	11,30	0,30	67,00	24,00	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:	390	4,0	1,9	67,5	313,1	0,05	17,09	3,60	0,00	0,24	35,50	32,70	63,80	17,00	0,50	361,40	26,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Всего за день:	38,8	39,5	244,3	1 525,5	0,49	63,66	76,01	0,10	1,17	499,47	213,90	782,35	27,79	5,44	1 192,99	989,99	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

ИНН 7602098809
г. Ярославль

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины											Минеральные вещества									№ рецеп-туры	Оборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. кб, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Св, мг	Мг, мг	Р, мг	Са, мг	К, мг	Na, мг	Mg, мг	Zn, мг	Fe, мг	I, мг	F, мг	Se, мг					
																							В12, мкг	В5, мг	В6, мг		
Завтрак: Торженики с колбасой, сметанным соусом	1300/1	28.0	12.7	38.8	401.4	0.00	0.30	26.60	0.10	0.30	263.20	37.60	302.60	1.00	0.90	284.40	3.30	0.90	0.00	0.00	0.00	223	2015				
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0.1	0.0	10.0	40.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.30	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015				
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.00	10.40	14.30	2.90	0.20	381.40	2.60	0.00	0.00	0.00	0.00						
Итого за прием пищи:	501	28.6	13.2	67.6	502.5	0.00	13.33	26.60	0.10	0.30	285.10	49.60	318.70	4.18	1.10	645.80	5.90	0.90	0.00	0.00	0.00						
Полдник: Рассольник Ленинградский с муром	250/10	5.2	2.8	17.1	115.8	0.10	8.80	0.20	0.00	0.10	34.70	27.50	84.00	1.40	0.60	512.60	85.30	0.00	0.00	0.00	0.00	56	2015				
Котлета из мяса кур "Грибная"	90	14.1	13.6	2.8	209.3	0.10	0.70	28.60	0.20	0.20	20.30	18.80	158.60	1.40	0.00	22.50	31.00	0.00	0.00	0.00	0.00	116	2015				
Макаронные изделия отварные	150	7.2	4.2	46.3	266.1	0.10	0.00	12.50	0.10	0.00	57.10	18.10	54.40	1.30	0.50	84.40	101.00	0.00	0.00	0.00	0.00	309	2015				
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015				
Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.60	3.80	17.40	0.80	0.20	27.20	1.10	0.00	0.00	0.00	0.00						
Итого за прием пищи:	736	27.9	20.8	67.9	676.0	0.20	7.53	39.30	0.30	0.30	126.80	69.60	298.20	5.18	1.30	647.10	218.40	0.00	0.00	0.00	0.00						
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	339	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	2.80	0.20	381.40	2.60	0.00	0.00	0.00	0.00						
Вспомогательные ингредиенты	50	4.0	4.1	25.1	153.3	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	0.00	0.00						
Итого за прием пищи:	380	4.5	4.6	58.0	312.4	0.01	17.00	0.00	0.00	0.20	34.80	18.40	28.30	5.70	0.20	381.40	2.60	0.00	0.00	0.00	0.00						
Всего за день:	610	38.8	207.5	1 480.9	0.31	37.86	65.90	0.40	0.90	458.70	137.60	646.20	14.68	2.80	1 654.20	228.90	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						

«КОМБИНАТ»
 СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
 ИНН 7602088909
 г. Ярославль

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Итого за весь период	497,7	539,0	2376,3	16867,1	4,85	531,49	589,93	1,30	138,37	3 219,60	2 881,21	7 143,55	213,93	4,06	100,67	2 099,99	0,00	0,00		
Среднее значение за период	49,8	53,9	237,6	1 686,7	0,49	53,15	58,99	0,10	13,84	321,96	288,12	714,36	21,56	0,41	10,07	210,00	0,00	0,00		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,8	28,8	59,4																	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник
7-11 лет	602	781	372

«СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602088809
г. Ярославль