

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 2 неделя						
Завтрак	Макароны отварные с сыром (150/10)	160,00	8,60	8,00	32,40	237,20	206
	Чай сладкий (150/9)	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263
	Хлеб ржаной	15,00	1,28	0,50	6,38	38,85	
	Кондитерское изделие сушка	24	2,16	1,56	16,56	88,80	
	Итого за завтрак	349,00	12,04	10,06	64,32	394,85	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Бифидок)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100,00	2,90	3,20	4,00	59,00	
Обед	Суп крестьянский	150,00	3,03	4,33	10,39	89,19	117
	Жаркое по-домашнему	150,00	9,34	8,48	12,94	172,50	51
	Соленый огурец	35	0,36	0,05	1,13	6,3	70
	Компот из сухофруктов	150,00	0,42	0,00	20,45	83,00	241
	Хлеб ржаной	15,00	1,14	0,84	7,40	31,80	
	Итого за обед	500,00	14,29	13,70	52,31	382,79	
Полдник	Кисель фруктовый	130,00	0,00	0,00	19,50	94,25	233
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Хлеб пшеничный	60,00	4,50	0,60	28,98	141,00	
	Итого за полдник	240,00	4,80	0,90	55,88	268,40	
Ужин	Пудинг гречневый с творогом	180,00	17,25	17,10	31,65	351,00	199
	Соус молочный сладкий	50,00	1,27	2,76	12,46	79,73	224
	Чай сладкий	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263
	Итого за ужин	380,00	18,52	19,86	53,09	460,73	
	Итого за день	1569,00	52,55	47,72	229,59	1565,77	

	Среднее по значению за период	313,80	10,51	9,54	45,92	313,15	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	349	350	99,71	394,85			25,22	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			3,77	5,00
обед	500	450	111,11	382,79			24,45	35,00
полдник	240	200	120,00	268,40			17,14	15,00
ужин	380	400	95,00	460,73			29,43	25,00
Итого за день	1569	1500	104,60	1565,77	1400	111,84		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	42	52,55	125,12
Жиры	47	47,72	101,52
Углеводы	203	229,59	113,10

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Вторник 2 неделя						
Завтрак	Каша кукурузная молочная	150,00	9,30	11,10	55,50	360,00	271
	Какао с молоком	150,00	1,25	1,33	10,08	50,00	248
	Бутерброд с маслом	23,00	1,53	2,63	9,74	70,00	1
	Итого за завтрак	323,00	12,08	15,06	75,32	480,00	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Кефир)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100,00	2,90	3,20	4,00	59,00	
Обед	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной (200/8/5)	150,00	2,21	3,60	5,15	70,87	56
	Плов с мясом	160,00	11,50	12,78	28,32	275,20	258
	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,62	3,41	3,41	48,75	22
	Компот из свежих фруктов	150,00	5,82	5,82	13,39	52,03	39
	Хлеб ржаной	30,00	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	535,00	22,70	26,60	63,02	524,55	
Полдник	Молоко кипяченое	142,00	4,12	3,55	6,82	76,68	255
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Кондитерское изделие (сухарь)	10,00	1,14	0,44	7,81	39,80	
	Итого за полдник	202,00	5,56	4,29	22,03	149,63	
Ужин	Рыба, припущенная в молоке	70,00	9,94	5,52	42,52	97,00	217
	Салат картофельный с зеленым горошком	100,00	3,07	11,38	10,82	160,00	23
	Чай сладкий (150/9)	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263
	Хлеб пшеничный	60,00	4,50	0,60	28,98	141,00	
	Итого за ужин	380,00	17,51	17,50	91,30	428,00	
	Итого за день	1540,00	60,75	66,65	255,67	1641,18	
	Среднее по значению за период	308,00	12,15	13,33	51,13	328,24	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	323,00	350	92,29	480,00			29,25	20,00
2-ой завтрак	100,00	100	100,00	59,00			3,59	5,00
обед	535,00	450	118,89	524,55			31,96	35,00
полдник	202,00	200	101,00	149,63			9,12	15,00
ужин	380,00	400	95,00	428,00			26,08	25,00
Итого за день	1540,00	1500	102,67	1641,18	1400	117,23		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	42	60,75	144,64
Жиры	47	66,65	141,80
Углеводы	203	255,67	125,95

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Среда 2 неделя						
Завтрак	Каша молочная с хлопьями "Геркулес"	150,00	4,76	6,38	16,40	140,25	93
	Кофейный напиток с молоком	150,00	1,25	1,25	10,42	48,33	253
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром 30/4,5/12	46,5	5,055	7,425	14,61	148,5	3
	Итого за завтрак	346,50	11,07	15,06	41,43	337,08	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Ряженка)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100,00	2,90	3,20	4,00	59,00	251
Обед	Суп молочный с крупой	150,00	4,32	4,97	13,71	117,00	43
сложный гарнир	картофельное пюре	50,00	1,02	1,75	6,02	47,33	206
	Капуста тушеная	50,00	1,00	1,53	3,00	34,00	200
	Котлеты из говядины	65,00	8,44	6,88	6,13	119,98	161
	Помидор свежий	30,00	0,24	0,03	0,75	4,20	70
	Компот из сухофруктов	150,00	0,42	0,00	20,45	83,00	241
	Хлеб ржаной	30,00	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	525,00	17,99	16,15	62,81	483,21	
Полдник	Чай сладкий	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Кондитерское изделие (сухарь)	12,00	1,14	0,36	9,96	30,00	
	Итого за полдник	212,00	1,44	0,66	26,34	93,15	
Ужин	Вареники ленивые	155,00	10,25	13,75	25,25	370,25	116
	Соус молочный сладкий	35,00	0,89	1,93	8,72	55,81	224

	Хлеб пшеничный	60,00	4,50	0,60	28,98	141,00	
	Чай сладкий	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263
	Итого за ужин	400,00	15,64	16,28	71,93	597,06	
	Итого за день	1583,50	49,04	51,35	206,51	1569,50	
	Среднее по значению за период	316,70	9,81	10,27	41,30	313,90	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	346,50	350	99,00	337,08			21,48	20,00
2-ой завтрак	100,00	100	100,00	59,00			3,76	5,00
обед	525,00	450	116,67	483,21			30,79	35,00
полдник	212,00	200	106,00	93,15			5,93	15,00
ужин	400,00	400	100,00	597,06			38,04	25,00
Итого за день	1583,50	1500	105,57	1569,50	1400	112,11		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	42	49,04	116,75
Жиры	47	51,35	109,25
Углеводы	203	206,51	101,73

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<u>Четверг 2 неделя</u>						
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	4,66	5,60	18,82	144,00	88
	какао с молоком	150,00	1,25	1,33	10,08	50,00	248
	Бутерброд с маслом 30/5	35	3,04	5,80	18,02	135,34	1
	Итого за завтрак	335,00	8,95	12,73	46,92	329,34	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Кефир)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100,00	2,90	3,20	4,00	59,00	
Обед	Рассольник ленинградский	163,00	3,28	4,80	16,76	116,11	33
	Макароны отварные	120,00	4,69	6,48	25,03	183,81	49
	Бефстроганов	50	10,80	8,81	1,11	127,14	148
	Огурец свежий	30,00	0,24	0,03	0,75	4,20	70
	Компот из свежих фруктов	150,00	0,12	0,12	11,92	45,00	240
	Хлеб ржаной	30,00	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	543,00	21,68	21,24	68,33	553,96	
Полдник	Кисель фруктовый	160,00	0,00	0,00	24,00	116,00	233
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Кондитерское изделие (печенье)	12,00	0,90	2,12	7,76	53,76	
	Итого за полдник	222,00	1,20	2,42	39,16	202,91	
Ужин	Овощное рагу с мясом птицы	180,00	9,85	10,15	15,70	200,40	137
	Хлеб ржаной	30,00	2,55	0,99	12,75	77,70	113
	Кондитерское изделие (сухарь)	20,00	2,28	0,88	15,62	79,60	

	Чай сладкий	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263
	Итого за ужин	380,00	14,68	12,02	53,05	387,70	
	Итого за день	1580,00	49,41	51,62	211,46	1532,91	
	Среднее по значению за период	316,00	9,88	10,32	42,29	306,58	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	335,00	350	95,71	329,34			21,48	20,00
2-ой завтрак	100,00	100	100,00	59,00			3,85	5,00
обед	543,00	450	120,67	553,96			36,14	35,00
полдник	222,00	200	111,00	202,91			13,24	15,00
ужин	380,00	400	95,00	387,70			25,29	25,00
Итого за день	1580,00	1500	105,33	1532,91	1400	109,49		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	42	49,41	117,64
Жиры	47	51,62	109,82
Углеводы	203	211,46	104,17

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<u>Пятница 2 неделя</u>						
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150,00	5,26	6,07	21,29	159,75	96
	Кофейный напиток с молоком	150,00	1,25	1,25	10,42	69,94	253
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром 30/4,5/12	46,50	5,06	7,43	14,61	148,50	3
	Итого за завтрак	346,50	11,57	14,75	46,32	378,19	
Второй завтрак	Сок	100,00	0,00	0,00	10,00	46,00	
	Итого за 2 завтрак	100,00	0,00	0,00	10,00	46,00	
Обед	Суп овощной со сметаной	150,00	1,26	3,39	4,85	61,30	148
	Картофель отварной с маслом	110,00	2,13	7,70	15,40	140,80	
	Суфле рыбное	70,00	12,25	5,20	13,30	135,89	146
	Соленый огурец	35,00	0,36	0,05	1,13	6,30	70
	Компот из сухофруктов	150,00	0,42	0,00	20,45	83,00	241
	Хлеб ржаной	30,00	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	545,00	18,97	17,33	67,88	504,99	
Полдник	Молоко кипяченое	130,00	3,90	4,29	6,37	0,60	255
	Фрукт сезонный	50,00	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Кондитерское изделие (печенье)	20,00	0,80	0,60	16,80	75,60	
	Итого за полдник	200,00	5,00	5,19	30,57	109,35	
Ужин	Винегрет овощной	200,00	3,40	20,60	16,40	260,10	
	Яйцо отварное (0,5)	20,00	2,50	2,30	0,15	31,50	209
	Хлеб ржаной	30,00	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Чай сладкий	150,00	0,00	0,00	8,98	30,00	263

	Итого за ужин	400,00	8,45	23,89	38,28	399,30	
	Итого за день	1591,50	43,98	61,16	193,05	1437,84	
	Среднее по значению за период	318,30	8,80	12,23	38,61	287,57	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	346,50	350	99,00	378,19			26,30	20,00
2-ой завтрак	100,00	100	100,00	46,00			3,20	5,00
обед	545,00	450	121,11	504,99			35,12	35,00
полдник	200,00	200	100,00	109,35			7,61	15,00
ужин	400,00	400	100,00	399,30			27,77	25,00
Итого за день	1591,50	1500	106,10	1437,84	1400	102,70		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	42	43,98	104,72
Жиры	47	61,16	130,12
Углеводы	203	193,05	95,10

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	Б	Ж	У	Норма Б	Норма Ж	Норма У	% Б за нед	% Ж за нед	% У за нед
понедельник	1569,00	1500,00	104,60	1565,77	1400,00	111,84	52,55	47,72	229,59	42,00	47,00	203,00			
вторник	1540,00	1500,00	102,67	1641,18	1400,00	117,23	60,75	66,65	255,67	42,00	47,00	203,00			
среда	1583,50	1500,00	105,57	1569,50	1400,00	112,11	49,04	51,35	206,51	42,00	47,00	203,00			
четверг	1580,00	1500,00	105,33	1532,91	1400,00	109,49	49,41	51,62	211,46	42,00	47,00	203,00			
пятница	1591,50	1500,00	106,10	1437,84	1400,00	102,70	43,98	61,16	193,05	42,00	47,00	203,00			
ИТОГО	7864,00	7500,00	104,85	7747,20	7000,00	110,67	255,72	278,48	1096,28	210,00	235,00	1015,00	121,77	118,50	108,01