

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 1 неделя						
Завтрак	Плов фруктовый	200	4,60	9,20	59,00	324,00	0.35
	Чай сладкий	200	0,00	0,00	11,98	45,00	263
	Кондитерское изделие сушка	10,00	1,14	0,44	7,81	39,80	
	Итого за завтрак	410	5,74	9,64	78,79	408,80	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Бифидок)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100	2,90	3,20	4,00	59,00	
Обед	Суп гороховый	200	1,77	1,95	12,88	148,64	88
	Жаркое по-домашнему	180	29,16	24,84	28,26	370,00	51
	Соленый огурец	60	0,48	0,06	1,50	8,40	70
	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	24,23	99,00	241
	Хлеб ржаной	50,00	4,25	1,65	21,25	129,50	
	Итого за обед	690	36,17	28,50	88,12	755,54	
Полдник	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	30,00	129,00	233
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Хлеб пшеничный	40,00	3,00	0,40	19,32	94,00	
	Итого за полдник	290	3,30	0,70	56,72	256,15	
Ужин	Вермишель молочная сладкая с маслом	210	6,91	9,45	27,43	196,39	10
	Яйцо вареное	40,00	5,10	4,60	0,30	63,00	3
	Чай сладкий	200	0,00	0,00	11,98	45,00	113
	Итого за ужин	450	12,01	14,05	39,71	304,39	
	Итого за день	1940	60,12	56,09	267,34	1783,88	
	Среднее по значению за период	388,00	12,02	11,22	53,47	356,78	

--	--	--	--	--	--	--	--

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	410	400	102,50	408,8			22,92	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59			3,31	5,00
обед	690	600	115,00	755,54			42,35	35,00
полдник	290	250	116,00	256,15			14,36	15,00
ужин	450	450	100,00	304,392			17,06	25,00
Итого за день	1940	1800	107,78	1783,882	1800	99,10		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	60,117	111,33
Жиры	60	56,092	93,49
Углеводы	261	267,336	102,43

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Вторник 1 неделя						
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	204,00	99
	Какао с молоком	180	1,50	1,60	12,10	60,00	248
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром 30/4,5/12	46,5	5,06	7,43	14,61	148,50	3
	Итого за завтрак	426,5	13,20	16,62	54,84	412,50	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Кефир)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100	2,90	3,20	4,00	59,00	
Обед	Борщ на м/б со сметаной	200	3,52	7,98	11,78	117,00	5
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,50	6,40	21,90	263,00	186
	Гуляш	70	5,25	6,65	2,16	144,20	152
	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,50	8,40	70
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,89	60,00	240
	Хлеб ржаной	50,00	4,25	1,65	21,25	129,50	
	Итого за обед	730	18,16	22,90	74,49	722,10	
Полдник	Молоко кипяченое	200	6,00	6,60	9,80	121,00	255
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Кондитерское изделие (сухарь)	20	1,90	0,60	16,60	50,00	
	Итого за полдник	270	8,20	7,50	33,80	204,15	
Ужин	Рагу из овощей	200	2,97	5,36	13,54	115,56	77
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	209
	Чай сладкий	200	0,00	0,00	11,98	45,00	263
	Хлеб пшеничный	80,00	6,00	0,80	38,64	188,00	
	Итого за ужин	520	14,07	10,76	64,46	411,56	

	Итого за день	2046,5	56,52	60,97	231,59	1809,31	
	Среднее по значению за период	409,30	11,30	12,19	46,32	361,86	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	426,5	400	106,63	412,5			22,80	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59			3,26	5,00
обед	730	600	121,67	722,1			39,91	35,00
полдник	270	250	108,00	204,15			11,28	15,00
ужин	520	450	115,56	411,5556			22,75	25,00
Итого за день	2046,5	1800	113,69	1809,306	1800	100,52		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	56,52	104,67
Жиры	60	60,97	101,62
Углеводы	261	231,59	88,73

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<u>Среда 1 неделя</u>						
Завтрак	Каша молочная с хлопьями "Геркулес"	200	6,35	8,51	21,86	187,00	93
	Кофейный напиток с молоком	180	1,50	1,50	12,50	58,00	253
	Бутерброд с маслом	34	2,30	3,54	14,61	101,00	1
	Итого за завтрак	414	10,15	13,55	48,97	346,00	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Ряженка)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100	2,90	3,20	4,00	59,00	
Обед	Щи из квашеной капусты	200	1,41	4,78	4,63	71,36	153
	Рис припущенный	150	3,58	4,27	38,19	205,50	316
	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	150,50	174
	Соленый огурец	60	0,48	0,06	1,50	8,40	70
	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	24,23	99,00	241
	Хлеб ржаной	50,00	4,25	1,65	21,25	129,50	
	Итого за обед	730	19,20	20,25	97,11	664,26	
	Полдник	Чай с молоком (200/12)	200	1,48	1,70	14,47	76,00
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Хлеб пшеничный	40,00	3,00	0,40	19,32	94,00	
	Итого за полдник	290	4,78	2,40	41,19	203,15	
Ужин	Запеканка из творога с морковью	200	21,87	20,67	47,73	475,87	238
	Соус молочный сладкий	50	1,27	2,76	12,46	79,76	224
	Чай сладкий	200	0,00	0,00	11,98	45,00	113
	Итого за ужин	450	23,14	23,43	72,17	600,63	
	Итого за день	1984	60,17	62,82	263,45	1873,04	

	Среднее по значению за период	396,80	12,03	12,56	52,69	374,61	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	414	400	103,50	346,00			18,47	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			3,15	5,00
обед	730	600	121,67	664,26			35,46	35,00
полдник	290	250	116,00	203,15			10,85	15,00
ужин	450	450	100,00	600,63			32,07	25,00
Итого за день	1984	1800	110,22	1873,04	1800,00	104,06		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	60,17	111,43
Жиры	60	62,82	104,70
Углеводы	261	263,45	100,94

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Четверг 1 неделя							
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6,44	7,53	25,38	192,00	91
	какао с молоком	180	1,50	1,60	12,10	60,00	248
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	46	5,06	7,02	14,61	144,00	3
Итого за завтрак		426	13,00	16,15	52,09	396,00	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт (Кефир)	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
	Итого за 2 завтрак	100	2,90	3,20	4,00	59,00	251
Обед	Суп-уха	180	4,77	5,85	22,77	135,27	41
	Макароны отварные	150	5,90	8,11	33,29	229,76	49
	Бефстроганов	80	17,28	14,10	1,78	203,43	148
	Кукуруза консервированная отварная	60	3,00	0,12	4,98	33,00	
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,89	60,00	240
	Хлеб ржаной	50,00	4,25	1,65	21,25	129,50	
Итого за обед		720	35,36	29,99	99,96	790,96	
Полдник	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	33,00	129,00	233
	ватрушка с творогом	50	4,00	3,07	17,49	130,21	289,314
Итого за полдник		250	4,00	3,07	50,49	259,21	
Ужин	Омлет натуральный с маслом	150	13,46	12,75	11,25	235,50	110
	зеленый горошек консервированный отварной	60	3,00	0,12	4,98	33,00	209
	Хлеб пшеничный	80,00	6,00	0,80	38,64	188,00	
	Чай сладкий	200	0,00	0,00	11,98	45,00	113
Итого за ужин		490	22,46	13,67	66,85	501,50	
Итого за день		1986	77,72	66,08	273,39	2006,67	
	Среднее по значению за период	397,20	15,54	13,22	54,68	401,33	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	426	400	106,50	396,00			19,73	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			2,94	5,00
обед	740	600	123,33	790,96			39,42	35,00
полдник	250	250	100,00	259,21			12,92	15,00
ужин	490	450	108,89	501,50			24,99	25,00
Итого за день	2006	1800	111,44	2006,67	1800,00	111,48		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	77,72	143,92
Жиры	60	66,08	110,14
Углеводы	261	273,39	104,75

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Пятница 1 неделя						
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	192,00	88
	Кофейный напиток с молоком	180	1,50	1,50	12,50	58,00	253
	Бутерброд с маслом 30/5	35	3,04	5,80	18,02	135,34	1
	Итого за завтрак	415	10,75	14,77	55,61	385,34	
Второй завтрак	Сок	100	0,00	0,00	8,00	32,00	
	Итого за 2 завтрак	100	0,00	0,00	8,00	32,00	
Обед	Суп рисовый	180	1,61	3,38	7,06	65,45	98
	картофельное пюре	120,00	2,45	4,19	14,45	113,60	206
	Котлета рыбная	80	7,80	5,35	28,30	114,00	134
	Соленый огурец	60	0,48	0,06	1,50	8,40	70
	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	24,23	99,00	241
	Хлеб ржаной	50,00	4,25	1,65	21,25	129,50	
	Итого за обед	690	17,10	14,64	96,78	529,95	
Полдник	Молоко кипяченое	200	6,00	6,60	9,80	121,00	255
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,50	3,54	12,94	89,60	
	Итого за полдник	270	7,80	10,44	30,14	243,75	
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,95	6,41	21,90	263,00	186
	Котлеты из говядины	75	9,84	8,02	7,16	139,13	161
	Хлеб пшеничный	80,00	6,00	0,80	38,64	188,00	
	Чай сладкий	200	0,00	0,00	11,98	45,00	113
	Итого за ужин	505	20,79	15,23	79,68	635,13	
	Итого за день	1980	56,44	55,07	270,21	1826,16	
	Среднее по значению за период	396,00	11,29	11,01	54,04	365,23	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	415	400	103,75	385,34			21,10	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	32,00			1,75	5,00
обед	690	600	115,00	529,95			29,02	35,00
полдник	270	250	108,00	243,75			13,35	15,00
ужин	505	450	112,22	635,13			34,78	25,00
Итого за день	1980	1800	110,00	1826,16	1800,00	101,45		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	56,44	104,52
Жиры	60	55,07	91,79
Углеводы	261	270,21	103,53

	Объем блюد	норма	% от нормы	калорий ность	норма кк	% от нормы	Б	Ж	У	Норма Б	Норма Ж	Норма У	% Б за нед	% Ж за нед	% У за нед
понедельник	1940,00	1800,00	107,78	1783,88	1800,00	99,10	60,117	56,092	267,336	54,00	60,00	261,00			
вторник	2046,50	1800,00	113,69	1809,31	1800,00	100,52	56,52167	60,97056	231,59	54,00	60,00	261,00			
среда	1984,00	1800,00	110,22	1873,04	1800,00	104,06	60,17	62,82	263,45	54,00	60,00	261,00			
четверг	2006,00	1800,00	111,44	2006,67	1800,00	111,48	77,72	66,08	273,39	54,00	60,00	261,00			
пятница	1980,00	1800,00	110,00	1826,16	1800,00	101,45	56,4408	55,071	270,214	54,00	60,00	261,00			
ИТОГО	9956,50	9000,00	110,63	9299,06	9000,00	103,32	310,97	301,04	1305,98	270,00	300,00	1305,00	115,17	100,35	100,07