

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 2 неделя						
Завтрак	Макароны отварные с сыром	180	9,68	9,00	36,45	266,85	206
	Чай сладкий (200/12)	200	0,00	0,00	11,98	45,00	113
	Кондитерское изделие сушка	20	1,80	1,30	13,80	74,00	
	Итого за завтрак	400	11,48	10,30	62,23	385,85	
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 крестьянский	180	3,81	5,44	13,06	111,99	117
	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	3,80	2,80	24,65	106,00	
	Итого за обед	670	37,76	33,14	91,70	695,39	
Полдник	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	30,00	129,00	233
	Хлеб пшеничный	80,00	6,00	0,80	38,64	188,00	
	Итого за полдник	280	6,00	0,80	68,64	317,00	
Ужин	Пудинг гречневый с творогом	180	17,25	17,10	31,65	351,00	199
	Соус молочный сладкий	50	1,27	2,76	12,46	79,76	224
	Чай сладкий (200/12)	200	0,00	0,00	11,98	45,00	113
	Итого за ужин	430	18,52	19,86	56,09	475,76	
	Итого за день	1880	76,66	67,30	282,66	1933,00	
	Среднее по значению за период	376,00	15,33	13,46	56,53	386,60	

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

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	400	400	100,00	385,85			19,96	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			3,05	5,00
обед	670	600	111,67	695,39			35,97	35,00
полдник	280	250	112,00	317,00			16,40	15,00
ужин	430	450	95,56	475,76			24,61	25,00
Итого за день	1880	1800	104,44	1933,001	1800	107,39		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	76,66	141,96
Жиры	60	67,30	112,17
Углеводы	261	282,66	108,30

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Вторник 2 неделя						
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	12,40	14,80	74,00	480,00	271
	Какао с молоком	180	1,50	1,60	12,10	60,00	248
	Бутерброд с маслом 30/5	35	3,04	5,80	18,02	135,34	1
	Итого за завтрак	415	16,94	22,20	104,12	675,34	
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	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	180	3,31	6,36	7,72	106,20	56
	Плов с мясом	200	14,37	15,98	35,40	344,00	258
	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	4,54	4,55	65,00	22
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,89	60,00	240
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	670	21,22	28,03	76,32	652,90	
Полдник	Молоко кипяченое	171	4,96	4,28	8,21	92,34	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	241	7,16	5,18	32,21	175,49	
Ужин	Рыба, припущенная в молоке	70	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 (200/12)	200	0,00	0,00	11,98	45,00	263
	Хлеб пшеничный	80	6,00	3,04	41,12	214,40	
	Итого за ужин	450	19,01	19,94	106,44	516,40	
	Итого за день	1876	67,23	78,55	323,09	2079,13	
	Среднее по значению за период	375,20	13,45	15,71	64,62	415,83	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	415	400	103,75	675,34			32,48	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			2,84	5,00
обед	670	600	111,67	652,90			31,40	35,00
полдник	241	250	96,40	175,49			8,44	15,00
ужин	450	450	100,00	516,40			24,84	25,00
Итого за день	1876	1800	104,22	2079,13	1800	115,51		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	67,23	124,50
Жиры	60	78,55	130,92
Углеводы	261	323,09	123,79

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Среда 2 неделя						
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 сливочным и сыром	46	5,06	7,02	14,61	144,00	3
	Итого за завтрак	426	12,91	17,03	48,97	389,00	
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	Суп молочный с крупой	180	5,18	5,97	15,55	140,40	43
сложный гарнир	картофельное пюре	70	1,42	2,44	8,43	66,27	206
	Капуста тушеная	70	1,40	2,13	4,21	47,76	200
	Котлеты из говядины	70	9,18	7,49	6,68	129,85	161
	Помидор свежий	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	30	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	680	20,73	19,08	73,35	569,38	
Полдник	Чай с молоком (200/12)	200	1,48	1,70	14,47	76,00	261
	Фрукт сезонный	50	0,30	0,30	7,40	33,15	
	Хлеб пшеничный	80	6,00	3,04	41,12	214,40	
	Итого за полдник	330	7,78	5,04	62,99	323,55	
Ужин	Вареники ленивые	186	12,30	16,50	30,30	444,30	116
	Соус молочный сладкий	50	1,27	2,76	12,46	79,76	224
	Чай сладкий (200/12)	200	0,00	0,00	11,98	45,00	263
	Итого за ужин	436	13,57	19,26	54,74	569,06	
	Итого за день	1972	57,89	63,61	244,05	1909,99	

	Среднее по значению за период	394,40	11,58	12,72	48,81	382,00	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	426	400	106,50	389,00			20,37	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			3,09	5,00
обед	680	600	113,33	569,38			29,81	35,00
полдник	330	250	132,00	323,55			16,94	15,00
ужин	436	450	96,89	569,06			29,79	25,00
Итого за день	1972	1800	109,56	1909,99	1800	106,11		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	57,89	107,21
Жиры	60	63,61	106,01
Углеводы	261	244,05	93,51

61,4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Четверг 2 неделя						
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	192,00	88
	какао с молоком	180	1,50	1,60	12,10	60,00	248
	Бутерброд с маслом 30/5	35	3,04	5,80	18,02	135,34	1
	Итого за завтрак	415	10,75	14,87	55,21	387,34	
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	Рассольник ленинградский	180	3,42	5,97	17,44	120,83	33
	Макароны отварные	150	5,90	8,11	31,29	229,76	49
	Бефстроганов	80	17,28	14,10	1,78	203,43	148
	Огурец 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	30	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	700	29,79	29,39	80,65	700,12	
Полдник	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	33,00	129,00	233
	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	1,80	3,84	53,34	251,75	
Ужин	Овощное рагу с мясом птицы	180	9,88	9,76	15,74	198,00	137
	Хлеб ржаной	50	3,80	2,80	24,65	106,00	113
	Чай сладкий (200/12)	200	0,00	0,00	11,98	45,00	263
	Итого за ужин	430	13,68	12,56	52,37	349,00	
	Итого за день	1915	58,92	63,86	245,57	1747,21	
	Среднее по значению за период	383,00	11,78	12,77	49,11	349,44	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	415	400	103,75	387,34			22,17	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	59,00			3,38	5,00
обед	700	600	116,67	700,12			40,07	35,00
полдник	270	250	108,00	251,75			14,41	15,00
ужин	430	450	95,56	349,00			19,97	25,00
Итого за день	1915	1800	106,39	1747,21	1800	97,07		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	58,92	109,10
Жиры	60	63,86	106,43
Углеводы	261	245,57	94,09

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<u>Пятница 2 неделя</u>						
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,01	8,09	28,39	213,00	96
	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	11,55	15,39	58,91	406,34	
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 овощной со сметаной	180	1,54	4,44	5,88	77,04	148
	Картофель отварной с маслом	150,00	3,00	21,00	10,50	192,00	
	Суфле рыбное	80	9,58	12,16	8,06	179,89	146
	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	30	2,55	0,99	12,75	77,70	
	Итого за обед	700	17,66	38,65	62,92	634,03	
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	Винегрет овощной	200	2,60	21,60	13,60	260,00	
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	209
	Хлеб пшеничный	80,00	6,00	0,80	38,64	188,00	
	Чай сладкий (200/12)	200	0,00	0,00	11,98	45,00	263
	Итого за ужин	520	13,70	27,00	64,52	556,00	

	Итого за день	2005	50,71	91,48	224,49	1872,12	
	Среднее по значению за период	401,00	10,14	18,30	44,90	374,42	

	Объем блюд	норма	% от нормы	калорийность	норма кк	% от нормы	в % соотношении	норма в %
завтрак	415	400	103,75	406,34			21,70	20,00
2-ой завтрак	100	100	100,00	32,00			1,71	5,00
обед	700	600	116,67	634,03			33,87	35,00
полдник	270	250	108,00	243,75			13,02	15,00
ужин	520	450	115,56	556,00			29,70	25,00
Итого за день	2005	1800	111,39	1872,12	1800	104,01		

Потребность в пищевых веществах	норма	фактически за день	% от нормы
Белки	54	50,71	93,91
Жиры	60	91,48	152,47
Углеводы	261	224,49	86,01

	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	1880,00	1800,00	104,44	1933,00	1800,00	107,39	76,66	67,30	282,66	54,00	60,00	261,00			
вторник	1876,00	1800,00	104,22	2079,13	1800,00	115,51	67,23	78,55	323,09	54,00	60,00	261,00			
среда	1972,00	1800,00	109,56	1909,99	1800,00	106,11	57,89	63,61	244,05	54,00	60,00	261,00			
четверг	1915,00	1800,00	106,39	1747,21	1800,00	97,07	58,92	63,86	245,57	54,00	60,00	261,00			
пятница	2005,00	1800,00	111,39	1872,12	1800,00	104,01	50,71	91,48	224,49	54,00	60,00	261,00			
ИТОГО	9648,00	9000,00	107,20	9541,45	9000,00	106,02	311,40	364,80	1319,86	270,00	300,00	1305,00	115,33	121,60	101,14