

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети ческая ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **45** | Салат из  белокачанной капусты с  морковью | **100** | 1,33 | 6,08 | 8,52 | 94,12 | 0,02 | 24,4 | - | 2,31 | 43,0 | 28,32 | 16,0 | 0,52 |
| **111** | Суп с  макаронными изделиями | **250** | 2,98 | 2,83 | 15,70 | 100,13 | 0,04 | 0,95 | - | 0,33 | 34,50 | 203,3 | 15,75 | 0,55 |
| **288** | Птица (курица отварная) | **100** | 21,67 | 13,33 | - | 206,67 | 0,04 | - | 20,0 | 0,17 | 40,0 | 143,3 | 20,0 | 2,0 |
| **303** | Каша вязкая пшеничная | **150** | 4,0 | 4,24 | 24,56 | 152,4 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 15,65 | 100,95 | 21,6 | 1,7 |
| **389** | Сок яблочный | **200** | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,60 | 0,2 | 4,0 | - | 0,2 | 14,0 | 14,0 | 8,0 | 2,8 |
| **ПР** | Хлеб пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **338** | Яблоки свежие | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,2 | 0,035 | 10,0 | 0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
|  | **ИТОГО:** |  | **35,20** | **27,72** | **108,2** | **822,84** | **0,48** | **39,35** | **20,0** | **3,83** | **176,95** | **560,67** | **106,95** | **11,23** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порци и** | **Пищевые вещества** | | | **Энергет ическая ценност ь (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **59** | Салат из моркови с  яблоками | **100** | 0,86 | 5,22 | 7,87 | 81,90 | 0,05 | 6,95 | - | 2,49 | 21,19 | 33,98 | 24,0 | 1,32 |
| **99** | Суп из овощей | **250** | 2,28 | 2,33 | 11,25 | 75,03 | 0,08 | 10,6 | - | 2,43 | 43,25 | 188,3 | 27,5 | 0,83 |
| **229** | Рыба тушенная в томате с  овощами | **100** | 9,75 | 4,95 | 3,80 | 105,0 | 0,05 | 3,73 | 5,82 | - | 39,07 | 162,19 | 48,53 | 0,85 |
| **304** | Рис отварной | **150** | 3,67 | 5,42 | 36,67 | 210,11 | 0,03 | - | 27,0 | 0,6 | 2,61 | 61,5 | 19,0 | 0,53 |
| **388** | Напиток из плодов  шиповника | **200** | 0,4 | 0,27 | 17,2 | 72,8 | 0,01 | 100,0 | 0 | 0 | 7,73 | 2,13 | 2,67 | 0,53 |
| **ПР** | Хлеб  пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,6 | 17,4 | 6,6 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **16** | Ветчина варено- копченая  (порциями) | **20** | 4,52 | 4,18 | 0 | 56,0 | 0 | 0 | 0,52 | 0 | 2,4 | 53,6 | 7,0 | 0 |
| **338** | Яблоки свежие | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | 0,035 | 10,0 | - | 0,2 | 16,0 | 11.0 | 9,0 | 2,2 |
|  | **ИТОГО:** |  | **25,70** | **23,41** | **116,01** | **783,96** | **0,32** | **131,28** | **33,34** | **6,34** | **146,05** | **561,50** | **154,3** | **7,72** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети ческая ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **45** | Салат из  белокочанной капусты с  морковью | **100** | 1,33 | 6,08 | 8,52 | 94,12 | 0,02 | 24,4 | - | 2,31 | 43,0 | 28,32 | 16,0 | 0,52 |
| **96** | Рассольник  ленинградский с крупой пшеничной | **250** | 2,2 | 5,2 | 15,6 | 117,9 | 0,15 | 14,3 | - | 2,43 | 16,55 | 34,95 | 28,0 | 1,03 |
| **250** | Бефстроганов | **100** | 15,2 | 23,10 | 5,12 | 290,0 | 0,05 | 0,74 | 32,8 | 0,08 | 43,32 | 171,15 | 22,45 | 2,4 |
| **303** | Каша  гречневая вязкая | **150** | 4,58 | 5,01 | 20,52 | 145,5 | 0,12 | 0 | 0 | 0 | 8,45 | 108,84 | 72,03 | 2,42 |
| **389** | Сок яблочный | **200** | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,60 | 0,2 | 4,0 | - | 0,2 | 14,0 | 14,0 | 8,0 | 2,8 |
| **ПР** | Хлеб  пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
|  | **ИТОГО:** |  | **28,13** | **40,23** | **99,38** | **872,84** | **0,6** | **43,44** | **32,8** | **5,64** | **139,12** | **417,06** | **163,08** | **10,63** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энерге тическ ая**  **ценнос**  **ть (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **54** | Салат из  свеклы с яблоками | **100** | 1,09 | 6,08 | 11,21 | 103,9 | 0,02 | 6,44 | - | - | 29,27 | 31,81 | 16,83 | 1,48 |
| **102** | Суп  картофельный с фасолью | **250** | 4,9 | 5,33 | 19,23 | 144,43 | 0,15 | 5,83 | - | 2,45 | 41,48 | 137,8 | 38,25 | 1,83 |
| **289** | Рагу из курицы | **175** | 12,56 | 11,72 | 15,2 | 217,0 | 0,07 | 11,33 | 14,6 | 0 | 36,8 | 102,8 | 38,7 | 1,92 |
| **349** | Компот из  сухофруктов | **200** | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 196,38 | 0,02 | 0,8 | - | 0,2 | 5,84 | 46,0 | 33,0 | 0,96 |
| **ПР** | Хлеб  пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **338** | Бананы | **100** | 1,5 | 0,51 | 21,0 | 94,5 | 0,04 | 10,0 | 0 | 0,4 | 8,0 | 28,0 | 42,0 | 0,6 |
| **15** | Сыр порциями | **15** | 3,48 | 4,43 | - | 53,75 | 0,005 | 0,11 | 39,0 | 0,08 | 132,0 | 75,0 | 5,25 | 0,15 |
|  | **ИТОГО:** |  | **28,51** | **29,01** | **143,32** | **948,68** | **0,37** | **34,51** | **53,60** | **3,75** | **267,19** | **481,21** | **190,63** | **8,40** |

День: 5 – пятница Неделя: первая

Возрастная категория: 7 - 11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети ческая**  **ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **53** | Салат из свеклы  с зеленым горошком | **100** | 1,65 | 4,12 | 7,3 | 72,9 | 0,05 | 6,9 | - | - | 28,33 | 41,6 | 18,4 | 2,95 |
| **82** | Борщ с капустой  и картофелем | **250** | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 103,75 | 0,05 | 10,3 | - | 2,4 | 34,45 | 53,03 | 26,2 | 1,18 |
| **240** | Фрикадельки  рыбные с маслом | **110** | 11,84 | 8,64 | 5,14 | 158,0 | 0,1 | 0,52 | 58,6 | 0 | 42,94 | 162,06 | 35,76 | 0,98 |
| **310** | Картофель  отварной | **150** | 3,0 | 0,6 | 23,7 | 112,2 | 0,15 | 21,75 | - | 0,15 | 18,0 | 81,0 | 33,0 | 1,2 |
| **ПР** | Хлеб пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано- пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **342** | Компот из яблок | **200** | 0,16 | 0,16 | 23,88 | 97,6 | 0,01 | 1,8 | 0 | 0 | 6,4 | 4,4 | 3,6 | 0,18 |
|  | **ИТОГО:** |  | **22,3** | **19,06** | **101,19** | **683,17** | **0,42** | **41,27** | **58,6** | **3,17** | **143,92** | **401,89** | **133,56** | **7,95** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети ческая ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **45** | Салат из  белокачанной капусты с  морковью | **100** | 1,33 | 6,08 | 8,52 | 94,12 | 0,02 | 24,4 | - | 2,31 | 43,0 | 28,32 | 16,0 | 0,52 |
| **99** | Суп из овощей | **250** | 2,28 | 2,33 | 11,25 | 75,03 | 0,08 | 10,6 | - | 2,43 | 43,25 | 188,3 | 27,5 | 0,83 |
| **294/**  **330** | Котлеты из  курицы с соусом сметанным | **120** | 12,51 | 14,78 | 15,02 | 243,0 | 0,09 | 0,68 | 55,65 | 0,45 | 56,01 | 70,23 | 18,12 | 1,38 |
| **309** | Макаронные  изделия отварные | **150** | 5,5 | 4,51 | 26,44 | 168,45 | 0,06 | - | - | 1,95 | 12,0 | 34,5 | 7,5 | 0,75 |
| **342** | Компот из яблок | **200** | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | 0,01 | 0,9 | 0 | 0,1 | 14,18 | 4,4 | 5,14 | 0,95 |
| **ПР** | Хлеб пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **338** | Бананы | **100** | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 94,51 | 0,04 | 10,0 | - | 0,4 | 8,0 | 28,0 | 42,0 | 0,6 |
| **15** | Сыр порциями | **15** | 3,48 | 4,43 | - | 53,75 | 0,01 | 0,11 | 39,0 | 0,08 | 132,0 | 75,0 | 5,25 | 0,15 |
| **14** | Масло сливочное | **10** | 0,10 | 7,20 | 0,13 | 65,72 | 0 | 0 | 40,0 | 0,10 | 2,40 | 3,0 | 0 | 0 |
|  | **ИТОГО:** |  | **30,68** | **40,63** | **139,66** | **1047,9** | **0,37** | **46,69** | **134,65** | **8,44** | **324,64** | **491,55** | **138,11** | **6,64** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети ческая ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **61** | Салат из моркови с яблоками и  курагой | **100** | 1,52 | 5,13 | 13,18 | 105,01 | 0,06 | 5,1 | - | 3,04 | 37,64 | 56,5 | 39,5 | 1,06 |
| **82** | Борщ с капустой и  картофелем | **250** | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 96,4 | 0,05 | 10,3 | - | 2,4 | 34,45 | 53,03 | 26,2 | 1,18 |
| **227** | Рыба  припущенная с соусом | **120** | 13,41 | 2,97 | 3,135 | 93,0 | 0,08 | 0,65 | 22,05 | 0 | 22,08 | 154,74 | 22,08 | 0,75 |
| **312** | Пюре  картофельное | **150** | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,25 | 0,15 | 10,26 | 0 | 0,06 | 14,99 | 16,98 | 9,3 | 0,28 |
| **349** | Компот из  сухофруктов | **200** | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 196,38 | 0,02 | 0,8 | 0 | 0,2 | 5,84 | 46,0 | 33,0 | 0,96 |
| **ПР** | Хлеб пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
|  | **ИТОГО:** |  | **24,8** | **18,74** | **125,19** | **766,76** | **0,42** | **27,11** | **22,05** | **6,32** | **128,8** | **387,05** | **146,68** | **5,69** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порци и** | **Пищевые вещества** | | | **Энергет ическая ценност ь (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **54** | Салат из  свеклы с яблоками | **100** | 1,09 | 6,08 | 11,21 | 103,9 | 0,02 | 6,44 | - | - | 29,27 | 31,81 | 16,83 | 1,48 |
| **98** | Суп  крестьянский с  крупой (перловой) | **250** | 2,7 | 2,78 | 14,58 | 90,68 | 0,06 | 10,0 | - | - | 49,25 | 222,5 | 26,5 | 0,78 |
| **259** | Жаркое по- домашнему из  говядины | **175** | 16,2 | 18,09 | 16,58 | 295,0 | 0,12 | 6,76 | 0 | 0 | 30,50 | 205,75 | 42,48 | 3,86 |
| **342** | Компот из  свежих плодов | **1/200** | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | 0,01 | 0,9 | 0 | 0 | 14,18 | 4,4 | 5,14 | 0,95 |
| **ПР** | Хлеб  пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **338** | Яблоки свежие | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | 0,04 | 10,0 | - | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
|  | **ИТОГО:** |  | **24,37** | **28,15** | **109,47** | **787,30** | **0,31** | **34,10** | **0,00** | **0,82** | **153,00** | **535,26** | **116,55** | **10,73** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети ческая ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества (мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **45** | Салат из  белокачанной капусты с  морковью | **100** | 1,33 | 6,08 | 8,52 | 94,12 | 0,02 | 24,4 | - | 2,31 | 43,0 | 28,32 | 16,0 | 0,52 |
| **102** | Суп картофельный  с горохом | **250** | 4,9 | 5,33 | 19,23 | 144,43 | 0,15 | 5,83 | - | 2,45 | 41,48 | 137,8 | 38,25 | 1,83 |
| **280** | Фрикадельки из  говядины в соусе | **105** | 21,32 | 9,93 | 0,87 | 178,13 | 0,08 | 1,0 | 20,0 | 1,20 | 14,74 | 219,3 | 26,9 | 3,34 |
| **303** | Каша вязкая  рисовая | **150** | 2,56 | 4,17 | 26,57 | 154,05 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 4,13 | 55,58 | 18,0 | 0,37 |
| **289** | Сок яблочный | **200** | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,60 | 0,2 | 4,0 | 0 | 0,2 | 14,0 | 14,0 | 8,0 | 2,8 |
| **ПР** | Хлеб пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано- пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **338** | Бананы | **100** | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 94,51 | 0,04 | 10,0 | - | 0,4 | 8,0 | 28,0 | 42,0 | 0,6 |
| **ПР** | Зефир | **40** | 0,25 | 0 | 0,32 | 129,01 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,72 | 5,28 | 2,72 | 0,48 |
|  | **ИТОГО:** |  | **36,68** | **26,85** | **126,13** | **1019,57** | **0,57** | **45,23** | **20** | **7,18** | **149,87** | **548,08** | **168,47** | **11,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые**  **вещества** | | | **Энергети ческая ценность (ккал)** | **Витамины (мг)** | | | | **Минеральные вещества**  **(мг)** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **52** | Салат из  отварной свеклы | **100** | 1,41 | 6,01 | 8,26 | 92,8 | 0,02 | 6,65 | - | - | 35,47 | 40,63 | 20,69 | 1,33 |
| **88** | Щи из свежей капусты с  картофелем | **250** | 1,8 | 4,98 | 8,13 | 84,48 | 0,08 | 18,48 | - | 2,38 | 33,98 | 47,43 | 22,2 | 0,83 |
| **240** | Фрикадельки  рыбные с маслом | **110** | 11,84 | 8,64 | 5,14 | 158,0 | 0,1 | 0,52 | 58,6 | 0 | 42,94 | 162,06 | 35,76 | 0,98 |
| **310** | Картофель отварной | **150** | 3,0 | 0,6 | 23,7 | 112,2 | 0,15 | 21,75 | - | 0,15 | 18,0 | 81,0 | 33,0 | 1,2 |
| **ПР** | Хлеб пшеничный | **20** | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,76 | 0,02 | - | - | 0,26 | 4,60 | 17,40 | 6,60 | 0,22 |
| **ПР** | Хлеб ржано-  пшеничный | **40** | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | 0,04 | - | - | 0,36 | 9,20 | 42,40 | 10,0 | 1,24 |
| **342** | Компот из  свежих плодов | **1/200** | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | 0,01 | 0,9 | 0 | 0 | 14,18 | 4,4 | 5,14 | 0,95 |
| **338** | Яблоки свежие | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | 0,04 | 10,0 | - | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
|  | **ИТОГО:** |  | **22,43** | **21,43** | **112,33** | **745,20** | **0,46** | **58,30** | **58,60** | **3,35** | **174,37** | **406,32** | **142,39** | **8,95** |

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М. П.Могильного и В.А. Тутельяна . – М.: Де Ли принт,2011.-544с.

Директор ООО « АТЛАНТА » В. В. Доценко

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Б** | **Ж** | **У** | **Э.ц.** | **В1** | **С** | **А** | **Е** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
| **День 1** | 35,2 | 27,72 | 108,2 | 822,8 | 0,475 | 39,35 | 20 | 3,83 | 177 | 560,7 | 107 | 11,23 |
| **День 2** | 25,70 | 23,41 | 116,01 | 783,96 | 0,32 | 131,28 | 33,34 | 6,34 | 146,05 | 561,50 | 154,3 | 7,72 |
| **День 3** | 28,13 | 40,23 | 99,38 | 872,8 | 0,6 | 43,44 | 32,8 | 5,64 | 139,1 | 417,1 | 163,1 | 10,63 |
| **День 4** | 28,51 | 29,01 | 143,32 | 948,68 | 0,37 | 34,51 | 53,60 | 3,75 | 267,19 | 481,21 | 190,63 | 8,40 |
| **День 5** | 22,3 | 19,06 | 101,2 | 683,2 | 0,42 | 41,27 | 58,6 | 3,17 | 143,9 | 401,9 | 133,6 | 7,95 |
| **День 6** | 30,68 | 40,63 | 139,7 | 1048 | 0,37 | 46,69 | 134,7 | 8,44 | 324,6 | 491,6 | 138,1 | 6,64 |
| **День 7** | 24,8 | 18,74 | 125,2 | 766,8 | 0,42 | 27,11 | 22,05 | 6,32 | 128,8 | 387,1 | 146,7 | 5,69 |
| **День 8** | 24,37 | 28,15 | 109,47 | 787,30 | 0,31 | 34,10 | 0,00 | 0,82 | 153,00 | 535,26 | 116,55 | 10,73 |
| **День 9** | 36,68 | 26,85 | 126,1 | 1020 | 0,57 | 45,23 | 20 | 7,18 | 149,9 | 548,1 | 168,5 | 11,4 |
| **День 10** | 22,43 | 21,43 | 112,33 | 745,20 | 0,46 | 58,30 | 58,60 | 3,35 | 174,37 | 406,32 | 142,39 | 8,95 |
| **Итого:** | **278,80** | **275,23** | **1180,91** | **8478,74** | **4,32** | **501,28** | **433,69** | **48,84** | **1803,91** | **4790,79** | **1460,87** | **89,34** |