

Утверждаю:

И П Конonenko Ю А Конonenko /

2023 г.

2023 г.

4

валида, членов семьи Г

Наименование блюда	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.
1-ый день													
Завтрак													
Каша молочная манная со сливочным маслом.	200/5	10,24	15,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02
		15,94	24,11	70,57	516,50	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135,00	54,35	1,31
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2
Обед													
Салат из сырых овощей	60	0,96	4,56	3,18	56,58	0,024	6,8	0	0,28	5,6	10,4	8,00	0,36
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05
Голубцы ленивые	190	12,60	9,85	19,30	283,30	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
		31,957	22,915	88,25	739,53	0,27	13,86	60,01	1,63	132,83	145,53	96,38	6,21
ИТОГО 1-ый день		47,90	47,03	158,82	1256,03	0,46	21,24	60,06	2,14	464,61	280,53	150,73	7,52
2-ой день													
Завтрак													
Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	200/5	10,24	15,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	1,35	75	5,25	0,15
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
		19,12	20,62	74,24	449,1	0,184	3,125	0,049	0,475	466,18	213,2	67,8	1,7
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2
Обед													
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1
Суп картофельный с горохом и колбасой.	250/15	8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7	2,58
Тефтели из мяса кур в соусе.	80/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
		33,61	33,31	118,13	811,4	0,093	15,685	30,03	0,22	80,906	92,9	89,41	4,707
ИТОГО 2-ой день		52,73	53,93	192,37	1260,5	0,277	18,81	30,08	0,695	547,086	306,1	157,21	6,407
3-ий день													
Завтрак													
Каша молочная гречневая со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02

Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	0	11,6	0	0	0,54
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0	0,35	0	0	0
		15,94	20,11	70,57	486,5	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135	54,35	1,31	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	9,06	7,89	8,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	
Рыба тушеная с овощами	130	9,40	7,70	8,50	147,70	0,056	0,72	0	0	92,36	0	0	0,698	
Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	168,2	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
		29,98	23,48	113,025	734,09	0,208	18,59	0,05	0,24	167,285	89,2	24,04	3,303	
ИТОГО 3-ий день		45,92	43,59	183,595	1220,59	0,398	25,97	0,1	0,75	499,065	224,2	78,39	4,613	
4-ий день														
Завтрак														
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	
		21,14	13,01	68,13	459,76	0,18	3,13	0,05	0,48	466,18	213,20	67,80	1,70	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Икра овощная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
		30,15	26,51	102,51	756,79	0,23	7,95	52,05	1,55	123,29	149,18	105,44	4,43	
ИТОГО за 4-ый день		51,29	39,52	170,64	1216,55	0,41	11,08	52,10	2,03	589,47	362,38	173,24	6,13	
5-ый день														
Завтрак														
Каша "Янтарная" (из пшена) с яблоками и сливоч. маслом.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	
		13,9	20,55	72,45	525	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135	54,35	1,31	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	
Суп картофельный с круглой (гречка) с курицей	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	
Тефтели мясные в соусе.	90/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	
Гороховое пюре	150	9,50	3,50	56,50	224,00	0,01	0	0	0	104,5	65	96,4	62	
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
		37,02	34,11	136,91	779,93	0,153	24,865	30,05	0,2	206,696	162,9	158,24	65,747	
ИТОГО за 5-ый день		50,92	54,66	209,36	1304,93	0,343	32,245	30,1	0,71	538,476	297,9	212,59	67,057	

6-ый день														
Завтрак														
Макароны отварные со сливочным маслом и сыром	150/5/5	8,37	11,3	40,83	242,18	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№274 сб. пил. 1994
Какао на молоке	200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54	№397 сб. пил. 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№151 сб. пил. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост 31805-2012
Молоко	200	21,45	19,78	77,63	494,04	0,104	1,705	0,049	0,095	300,71	140	16,16	0,97	№400 сб. пил. 2004
		5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Свекла с сыром	60	0,32	0,04	1,12	44,60	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№29 сб. пил. 1994
Суп картофельный с горбушей.	250/15	7,92	8,75	14,53	131,80	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39	№13 сб. пил. 2004
Гречка по-купечески с мясом	190	13,40	10,75	18,80	282,10	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72	№624 сб. пил. 2005
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост 31805-2012
ИТОГО за 6-ый день		28,40	19,94	82,99	671,49	0,11	24,38	0,02	0,17	76,91	84,20	108,65	7,29	
		49,85	39,72	160,62	1165,53	0,22	26,09	0,07	0,27	377,62	224,20	124,81	8,26	
7-ый день														
Завтрак														
Каша молочная манная со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№2216 сб. пил. 2004
Запеканка из творога со спущенным молоком	50/10	7,28	6	10,80	93,20	0,03	0,25	0,11	0	75,47	16,3	114,97	0,28	№469 сб. пил. 2005
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136 сб. пил. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост 31805-2012
Молоко	200	23,12	17,86	81,24	534,90	0,21	7,63	0,12	0,40	404,85	148,30	169,32	1,57	№400 сб. пил. 2004
		5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Салат из огурца консервирован с луком и растит маслом	60	1,68	0	1,14	5,6	0,004	0,49	0	0,01	1,7	3	1,4	0,05	№128/110/332,2 сб. пил. 2004
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	7,67	10,55	21,97	173,72	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№104 сб. пил. 2004
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№508 сб. пил. 2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	гост 31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
ИТОГО за 7-ый день		25,6	23,95	105,95	687,27	0,214	15,81	52,05	0,11	123,84	129,18	74,68	4,93	
		48,72	41,81	187,19	1222,17	0,42	23,44	52,17	0,51	528,69	277,48	244,00	6,50	
8-ый день														
Завтрак														
Омлет натуральный с зеленым горошком	150	9,3	11,25	43,13	349,01	0,154	0,39	0,39	4,55	105,43	18,72	0,26	2,99	№255 сб. пил. 2004
Чай с сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629 сб. пил. 1994
Углекислый напиток	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост 31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№151 сб. пил. 2004
Молоко	200	18,18	16,51	81,45	544,61	0,188	2,135	0,429	0,625	254,18	99,92	13,71	3,94	№400 сб. пил. 2004
		5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Суп картофельный с горбушей.	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№75 сб. пил. 1994
Гречка по-купечески с мясом	250/15/5	6,02	10	12,35	175,72	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39	№131/110/332,2 сб. пил. 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	190	13,40	10,75	18,80	282,10	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72	№79 сб. пил. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	№19 сб. пил. 2004
ИТОГО за 8-ый день		25,6	23,95	105,95	687,27	0,214	15,81	52,05	0,11	123,84	129,18	74,68	4,93	627/94
		48,72	41,81	187,19	1222,17	0,42	23,44	52,17	0,51	528,69	277,48	244,00	6,50	гост 31805-2012

ИТОГО за 8-ый день															29,37	31,05	117,255	849,81	0,1	10,09	0,063	0,28	101,49	147	85,62
9-ый день															47,55	47,56	198,705	1394,42	0,288	12,225	0,492	4,905	355,67	246,92	99,33
Завтрак																									
Каша молочная пшенная со сливочным маслом.															Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.
Чай с сахаром.															10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35
Хлеб пшеничный в/с йодированный.															0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0
Масло сливочное															5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0
Молоко															0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0
															15,94	20,11	70,57	486,5	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135	54,35
															5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28
Обед																									
Икра овощная															Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной															1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2
Котлета рыбная Любительская															9,06	7,89	9,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04
Рис отварной со сливочным маслом															8,2	3,95	9,22	187,26	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0
Соус красный основной															3,65	5,37	26,69	209,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0
Компот из смеси сухофруктов.															2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,1
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.															1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0
															5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0
ИТОГО за 9-ый день															31,47	25,91	103,01	722,47	0,27	20,36	0,49	0,40	183,23	159,25	54,34
10-ый день															47,41	46,02	173,58	1208,97	0,46	27,74	0,54	0,91	515,01	294,25	104,29
Завтрак																									
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом															Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.
Чай с лимоном и сахаром															12,26	7,75	29,81	284,16	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35
Хлеб пшеничный в/с йодированный.															0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2
Сыр															5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0
Молоко															3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25
															21,14	13,01	68,13	459,76	0,184	3,125	0,049	0,475	466,18	213,2	67,8
															5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28
Обед																									
Салат из зеленого горошка															0,22	1,04	3,76	24,45	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4
Рагу овощное с курицей															9,20	14,82	36,28	312,60	0,08	12,94	0,05	2,24	42,06	0	44,2
Суп картофельный с горохом и курицей															8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный															1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.															5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0
															24,38	23,06	101,58	728,52	0,142	21,63	0,07	2,48	81,91	19,2	84,9
															45,52	36,07	169,71	1188,28	0,326	24,755	0,119	2,955	548,09	232,4	152,7
ИТОГО за 10-ый день																									
ВСЕГО ЗА ДЕСЯТЬ ДНЕЙ															Б	Ж	У	К							
ВСЕГО ЗА ОДИН ДЕНЬ															487,80	449,90	1804,59	12437,97							
ИП Кононенко Ю.А.															47,46	48,1	179,87	1261,77							
Технолог:																									
Бухгалтер:																									

Ю.А.Кононенко.
О.Н.Фенькив.
Л.Е.Макрицкая

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813678

Владелец Попова Наталья Ивановна

Действителен с 31.03.2023 по 30.03.2024