1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.31	5.58	19.78	147.12	0.43	0.08	0.09	0.03	0.06	9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.03	2.43	14.51	92.68	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	10
ВАФЛИ	30	0.80	1.00	20.00	106.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4.96	4.49	0.27	61.30	0.00	0.02	0.15	0.10	0.89	1
Итого за прием пищи:	**400**	**13.10**	**13.50**	**54.56**	**407.30**	0.95	0.13	0.35	0.15	0.95	22
II Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1.00	0.20	20.20	86.00	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	1
Итого за прием пищи:	**200**	**1.00**	**0.20**	**20.20**	**86.00**	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	1
Обед											
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ	150	9.25	7.21	8.27	135.23	4.12	0.08	0.16	5.02	0.75	3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	14.60	14.49	8.11	222.88	27.19	0.07	0.13	0.10	0.08	7
КОМПОТ ИЗ СВ/МОРОЖЕНЫХ ЯГОД	200	0.23	0.06	12.77	53.84	1.80	0.01	0.01	0.01	0.00	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	20	1.28	0.23	7.68	38.41	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**560**	**27.69**	**22.28**	**50.80**	**518.16**	33.11	0.21	0.31	5.13	0.83	13
Полдник											
РЯЖЕНКА	150	4.35	3.75	6.30	81.00	1.20	0.03	0.20	0.04	0.00	18
РОЖОК "ЗЕРНЫШКО"	20	1.55	1.13	10.34	60.14	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ЯБЛОКО	50	0.17	0.17	4.18	20.06	1.76	0.01	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**220**	**6.07**	**5.05**	**20.82**	**161.20**	2.96	0.06	0.21	0.04	0.00	19
Ужин											
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	4.25	2.13	0.00	36.25	0.20	0.01	0.03	0.01	0.00	2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.22	0.01	11.48	48.13	1.23	0.00	0.01	0.00	0.00	1
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**280**	**6.39**	**2.49**	**23.00**	**142.00**	1.43	0.05	0.06	0.01	0.00	4
Всего за день:		**54.25**	**43.52**	**169.38**	**1,314.66**	42.45	0.47	0.95	5.33	1.78	60

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1.86	2.36	0.00	29.12	0.06	0.00	0.02	0.03	0.00	7
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	140	4.03	5.39	18.05	137.41	0.45	0.04	0.10	0.03	0.06	9
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.74	2.31	12.99	84.50	0.47	0.02	0.10	0.01	0.00	9
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**352**	**10.25**	**13.56**	**40.89**	**328.55**	0.98	0.09	0.23	0.10	0.12	26
II Завтрак											
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0.33	0.14	14.37	66.25	44.00	0.01	0.03	0.08	0.00	
Итого за прием пищи:	**100**	**0.33**	**0.14**	**14.37**	**66.25**	44.00	0.01	0.03	0.08	0.00	
Обед											
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0.48	3.02	2.85	40.82	4.60	0.01	0.01	0.06	0.00	1
СУП С КЛЕЦКАМИ	150	8.22	6.91	8.42	135.02	0.87	0.04	0.07	3.77	0.37	2
ЗАПЕКАНКА (РУЛЕТ) КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ СУБПРОДУКТАМИ	160	15.55	16.35	26.80	329.61	19.85	0.26	1.06	3.71	0.33	7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.00	0.00	5.81	23.22	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	35	2.24	0.41	13.44	67.22	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**555**	**28.82**	**26.98**	**71.29**	**663.69**	25.32	0.37	1.16	7.54	0.70	13
Полдник											
ЙОГУРТ	150	7.50	4.80	12.75	130.50	0.90	0.05	0.23	0.04	0.00	17
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	2.62	3.53	19.74	121.12	0.00	0.04	0.02	0.02	0.07	
Итого за прием пищи:	**200**	**10.12**	**8.33**	**32.49**	**251.62**	0.90	0.09	0.25	0.06	0.07	18
Ужин											
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0.25	1.56	2.77	26.70	0.83	0.01	0.01	0.32	0.00	
ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ ПЕЧЕНЬЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	130/0/25	14.28	10.97	22.80	249.63	0.31	0.04	0.24	0.07	0.16	17
КИСЕЛЬ	150	0.00	0.00	19.92	79.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1
МАНДАРИН	100	0.78	0.19	7.28	36.86	15.20	0.05	0.03	0.01	0.00	3
Итого за прием пищи:	**435**	**15.31**	**12.72**	**52.77**	**392.87**	16.34	0.10	0.28	0.40	0.16	22
Всего за день:		**64.83**	**61.73**	**211.81**	**1,702.98**	87.54	0.66	1.95	8.18	1.05	82

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4.96	4.49	0.27	61.30	0.00	0.02	0.15	0.10	0.89	1
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	4.36	5.53	21.31	152.37	0.44	0.04	0.10	0.03	0.06	9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.03	2.43	14.51	92.68	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	10
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**374**	**13.97**	**15.95**	**45.94**	**383.87**	0.96	0.12	0.37	0.18	1.01	22
II Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1.00	0.20	20.20	86.00	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	1
Итого за прием пищи:	**200**	**1.00**	**0.20**	**20.20**	**86.00**	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	1
Обед											
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	150	6.22	6.66	11.08	129.59	3.68	0.06	0.06	0.18	0.00	2
СУФЛЕ ИЗ КУР	50	9.48	7.27	2.89	125.66	0.60	0.03	0.02	6.27	0.16	1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3.43	3.52	21.91	133.21	0.00	0.04	0.01	0.02	0.06	2
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
КИСЕЛЬ	150	0.00	0.00	19.92	79.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	20	1.28	0.23	7.68	38.41	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**540**	**22.74**	**17.97**	**77.45**	**574.35**	4.28	0.18	0.10	6.47	0.22	8
Полдник											
КЕФИР	150	4.50	0.15	6.00	46.50	1.50	0.06	0.00	0.00	0.00	18
РОЖОК "ЗЕРНЫШКО"	20	1.55	1.13	10.34	60.14	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ЯБЛОКО	50	0.17	0.17	4.18	20.06	1.76	0.01	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**220**	**6.22**	**1.45**	**20.52**	**126.70**	3.26	0.09	0.01	0.00	0.00	19
Ужин											
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1.33	12.17	8.28	148.71	5.81	0.04	0.04	0.25	0.00	2
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	50	5.52	2.87	2.97	59.75	0.20	0.03	0.05	0.03	0.07	2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.22	0.01	11.48	48.13	1.23	0.00	0.01	0.00	0.00	1
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**350**	**8.99**	**15.40**	**34.25**	**314.21**	7.24	0.11	0.12	0.28	0.07	7
Всего за день:		**52.92**	**50.97**	**198.36**	**1,485.13**	19.74	0.52	0.62	6.93	1.30	59

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	150	3.95	5.63	21.44	152.77	0.44	0.04	0.09	5.18	0.06	9
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.23	0.97	15.52	75.95	0.23	0.01	0.05	0.01	0.00	4
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**354**	**6.80**	**10.10**	**46.81**	**306.24**	0.67	0.08	0.15	5.22	0.12	14
II Завтрак											
НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	130	0.25	0.10	11.33	49.03	20.80	0.01	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**130**	**0.25**	**0.10**	**11.33**	**49.03**	20.80	0.01	0.01	0.00	0.00	
Обед											
СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	5.53	6.21	9.15	114.83	4.45	0.05	0.07	0.12	0.00	3
АЗУ-ПО ТАТАРСКИ	150	12.57	15.34	13.77	243.72	6.69	0.10	0.11	0.01	0.00	
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.05	0.05	7.67	31.63	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.55	0.19	9.31	45.20	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	35	2.24	0.41	13.44	67.22	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**505**	**21.94**	**22.20**	**53.34**	**502.60**	11.64	0.21	0.20	0.13	0.00	6
Полдник											
РЯЖЕНКА	150	4.35	3.75	6.30	81.00	1.20	0.03	0.20	0.04	0.00	18
РОЖОК "ЗЕРНЫШКО"	20	1.55	1.13	10.34	60.14	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4.96	4.49	0.27	61.30	0.00	0.02	0.15	0.10	0.89	
Итого за прием пищи:	**210**	**10.86**	**9.37**	**16.91**	**202.44**	1.20	0.07	0.35	0.14	0.89	20
Ужин											
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	30	0.37	0.03	3.48	16.07	1.44	0.02	0.02	0.72	0.00	
ТВОРОЖНЫЕ ПАЛОЧКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/0/20	12.41	8.60	24.69	228.20	0.20	0.03	0.18	0.03	0.02	13
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.00	14.60	58.39	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ЯБЛОКО	100	0.39	0.39	9.51	45.59	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**410**	**13.37**	**9.02**	**52.28**	**348.25**	5.64	0.07	0.22	0.75	0.02	16
Всего за день:		**53.22**	**50.79**	**180.67**	**1,408.56**	39.95	0.44	0.93	6.24	1.03	60

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	6.51	5.89	32.23	208.37	0.44	0.10	0.12	0.03	0.06	1
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1.86	2.36	0.00	29.12	0.06	0.00	0.02	0.03	0.00	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.03	2.43	14.51	92.68	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	1
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**362**	**13.02**	**14.18**	**56.59**	**407.69**	1.02	0.16	0.26	0.11	0.12	2
II Завтрак											
ЯБЛОКО	100	0.39	0.39	9.51	45.59	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**100**	**0.39**	**0.39**	**9.51**	**45.59**	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Обед											
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	150	5.17	5.03	7.60	96.47	0.74	0.02	0.04	0.13	0.02	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (ОЛЕНИНА)	50	11.01	9.89	4.67	151.83	0.20	0.07	0.07	1.52	0.27	
РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	110	2.15	5.37	11.38	103.28	7.94	0.05	0.04	0.63	0.10	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.00	0.00	5.81	23.22	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	20	1.28	0.23	7.68	38.41	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**510**	**21.94**	**20.81**	**51.11**	**481.01**	8.88	0.19	0.16	2.28	0.39	
Полдник											
ЙОГУРТ	150	7.50	4.80	12.75	130.50	0.90	0.05	0.23	0.04	0.00	1
ПИРОЖКИ ПРОСТЫЕ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКОМ	50	3.64	2.59	27.71	149.75	1.80	0.05	0.03	0.01	0.04	
Итого за прием пищи:	**200**	**11.14**	**7.39**	**40.46**	**280.25**	2.70	0.10	0.26	0.05	0.04	1
Ужин											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	30	0.43	1.83	1.99	26.28	1.31	0.01	0.01	0.00	0.00	
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	9.07	8.92	3.72	141.13	6.13	0.10	0.72	2.86	0.13	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.35	3.83	19.01	120.10	9.60	0.11	0.07	0.02	0.06	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.22	0.01	11.48	48.13	1.23	0.00	0.01	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**380**	**13.99**	**14.94**	**47.72**	**393.26**	18.27	0.26	0.83	2.88	0.19	
Всего за день:		**60.48**	**57.71**	**205.39**	**1,607.80**	34.87	0.73	1.53	5.32	0.74	6

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.51	7.28	27.01	192.20	0.49	0.04	0.11	0.04	0.09	1
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2.30	1.94	10.83	70.55	0.39	0.02	0.08	0.01	0.00	8
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.50	1.96	14.88	83.40	0.00	0.02	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**350**	**8.31**	**11.18**	**52.72**	**346.15**	0.88	0.08	0.20	0.05	0.09	1
II Завтрак											
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0.33	0.14	14.37	66.25	44.00	0.01	0.03	0.08	0.00	
Итого за прием пищи:	**100**	**0.33**	**0.14**	**14.37**	**66.25**	44.00	0.01	0.03	0.08	0.00	
Обед											
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	150	5.94	5.86	7.64	107.55	7.67	0.05	0.06	0.13	0.02	2
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7.80	9.65	8.56	160.15	0.49	0.04	0.02	4.53	0.07	2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.41	3.89	15.85	108.41	7.64	0.09	0.08	0.02	0.06	3
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.05	0.05	7.67	31.63	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.55	0.19	9.31	45.20	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**510**	**19.67**	**19.99**	**60.55**	**510.56**	16.30	0.24	0.18	4.68	0.15	1
Полдник											
РЯЖЕНКА	150	4.35	3.75	6.30	81.00	1.20	0.03	0.20	0.04	0.00	1
РОЖОК "ЗЕРНЫШКО"	20	1.55	1.13	10.34	60.14	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4.96	4.49	0.27	61.30	0.00	0.02	0.15	0.10	0.89	
Итого за прием пищи:	**210**	**10.86**	**9.37**	**16.91**	**202.44**	1.20	0.07	0.35	0.14	0.89	2
Ужин											
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0.33	2.09	4.02	36.89	1.11	0.01	0.02	0.42	0.00	
ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ	160/0/20	0.25	14.21	25.53	227.26	5.76	0.00	0.01	0.04	0.14	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.17	0.00	12.16	48.63	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**370**	**0.75**	**16.30**	**41.71**	**312.78**	6.87	0.01	0.03	0.46	0.14	2
Всего за день:		**39.92**	**56.98**	**186.26**	**1,438.18**	69.25	0.41	0.79	5.41	1.27	5

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1.86	2.36	0.00	29.12	0.06	0.00	0.02	0.03	0.00	7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	3.59	5.14	13.85	116.52	0.38	0.06	0.10	0.03	0.06	8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.03	2.43	14.51	92.68	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	10
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**352**	**10.10**	**13.43**	**38.21**	**315.84**	0.96	0.12	0.24	0.11	0.12	26
II Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1.00	0.20	20.20	86.00	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**200**	**1.00**	**0.20**	**20.20**	**86.00**	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Обед											
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0.57	2.67	2.31	35.70	2.10	0.01	0.02	0.06	0.00	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	7.67	5.17	12.00	125.33	2.95	0.12	0.06	0.15	0.00	2
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	150	17.20	17.76	25.76	331.69	0.77	0.06	0.11	0.17	0.00	2
КИСЕЛЬ	150	0.00	0.00	19.92	79.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.55	0.19	9.31	45.20	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**530**	**28.91**	**26.14**	**80.82**	**675.22**	5.82	0.25	0.21	0.38	0.00	8
Полдник											
ЙОГУРТ	150	7.50	4.80	12.75	130.50	0.90	0.05	0.23	0.04	0.00	17
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3.55	6.71	25.28	175.55	0.00	0.04	0.03	0.04	0.19	
Итого за прием пищи:	**200**	**11.05**	**11.51**	**38.03**	**306.05**	0.90	0.09	0.26	0.08	0.19	18
Ужин											
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	100/0/20	13.20	13.08	13.25	226.13	0.16	0.04	0.16	0.08	0.16	1
КИСЕЛЬ	150	0.00	0.00	19.92	79.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ЯБЛОКО	100	0.39	0.39	9.51	45.59	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**370**	**13.59**	**13.47**	**42.68**	**351.40**	4.16	0.06	0.18	0.08	0.16	13
Всего за день:		**64.65**	**64.75**	**219.94**	**1,734.51**	15.84	0.54	0.91	0.65	0.47	68

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/0/10	4.83	8.64	22.96	189.67	0.58	0.06	0.13	0.05	0.11	12
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.74	2.31	12.99	84.50	0.47	0.02	0.10	0.01	0.00	9
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**364**	**9.19**	**14.45**	**45.80**	**351.69**	1.05	0.11	0.24	0.09	0.17	22
II Завтрак											
МОРС ИЗ ОБЛЕПИХИ	130	0.30	1.36	10.92	58.61	20.80	0.01	0.01	0.06	0.00	
Итого за прием пищи:	**130**	**0.30**	**1.36**	**10.92**	**58.61**	20.80	0.01	0.01	0.06	0.00	
Обед											
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	6.91	8.15	9.73	140.57	3.58	0.06	0.07	0.14	0.00	4
ГУЛЯШ ИЗ ОЛЕНИНЫ	60	9.40	6.84	2.18	108.45	1.10	0.10	0.01	2.86	0.00	1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3.43	3.52	21.91	133.21	0.00	0.04	0.01	0.02	0.06	2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.00	0.00	5.81	23.22	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	20	1.28	0.23	7.68	38.41	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**520**	**23.35**	**19.03**	**61.28**	**511.66**	4.68	0.25	0.10	3.02	0.06	9
Полдник											
КЕФИР	150	4.50	0.15	6.00	46.50	1.50	0.06	0.00	0.00	0.00	18
РОЖОК "ЗЕРНЫШКО"	20	1.55	1.13	10.34	60.14	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4.96	4.49	0.27	61.30	0.00	0.02	0.15	0.10	0.89	1
Итого за прием пищи:	**210**	**11.01**	**5.77**	**16.61**	**167.94**	1.50	0.10	0.15	0.10	0.89	20
Ужин											
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1.03	2.07	2.51	32.79	1.52	0.03	0.01	0.00	0.00	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	6.06	2.78	3.79	64.49	0.52	0.03	0.05	0.31	0.15	2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.18	5.27	21.42	146.30	10.38	0.12	0.10	0.03	0.08	4
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.17	0.00	12.16	48.63	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
АПЕЛЬСИН	100	0.87	0.19	7.86	41.71	24.00	0.03	0.03	0.01	0.00	3
Итого за прием пищи:	**530**	**13.23**	**10.66**	**59.26**	**391.54**	36.42	0.25	0.21	0.35	0.23	11
Всего за день:		**57.08**	**51.27**	**193.87**	**1,481.44**	64.45	0.72	0.71	3.62	1.35	65

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1.86	2.36	0.00	29.12	0.06	0.00	0.02	0.03	0.00	7
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	4.09	5.24	18.54	138.21	0.44	0.06	0.10	0.03	0.06	10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.03	2.43	14.51	92.68	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	10
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**352**	**10.60**	**13.53**	**42.90**	**337.53**	1.02	0.12	0.24	0.11	0.12	28
II Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1.00	0.20	20.20	86.00	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**200**	**1.00**	**0.20**	**20.20**	**86.00**	4.00	0.02	0.02	0.00	0.00	
Обед											
СУП РЫБНЫЙ	150	7.40	3.51	14.33	118.63	5.30	0.10	0.06	0.12	0.00	2
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13.40	13.54	12.25	225.29	16.70	0.05	0.12	0.04	0.16	5
КОМПОТ ИЗ СВ/МОРОЖЕНЫХ ЯГОД	200	0.23	0.06	12.77	53.84	1.80	0.01	0.01	0.01	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	35	2.24	0.41	13.44	67.22	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**565**	**25.60**	**17.81**	**66.76**	**532.78**	23.80	0.22	0.21	0.17	0.16	1
Полдник											
РЯЖЕНКА	150	4.35	3.75	6.30	81.00	1.20	0.03	0.20	0.04	0.00	18
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	50	8.54	2.34	16.85	130.10	6.48	0.11	0.56	2.19	0.03	
Итого за прием пищи:	**200**	**12.89**	**6.09**	**23.15**	**211.10**	7.68	0.14	0.76	2.23	0.03	19
Ужин											
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	40	0.50	0.04	4.65	21.42	1.92	0.02	0.03	0.96	0.00	
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90/0/20	16.40	12.70	27.76	293.87	0.23	0.05	0.23	0.06	0.13	16
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.22	0.01	11.48	48.13	1.23	0.00	0.01	0.00	0.00	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.40	0.40	9.80	44.40	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**400**	**17.52**	**13.15**	**53.69**	**407.82**	7.38	0.07	0.27	1.02	0.13	2
Всего за день:		**67.61**	**50.78**	**206.70**	**1,575.23**	43.88	0.57	1.50	3.53	0.44	82

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са
Завтрак											
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0.02	3.30	0.03	29.92	0.00	0.00	0.00	0.03	0.06	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1.86	2.36	0.00	29.12	0.06	0.00	0.02	0.03	0.00	7
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.53	10.25	23.54	209.09	1.11	0.14	0.16	0.08	0.12	1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.74	2.31	12.99	84.50	0.47	0.02	0.10	0.01	0.00	9
БАТОН	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**362**	**11.75**	**18.42**	**46.38**	**400.23**	1.64	0.19	0.29	0.15	0.18	29
II Завтрак											
НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	130	0.25	0.10	11.33	49.03	20.80	0.01	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**130**	**0.25**	**0.10**	**11.33**	**49.03**	20.80	0.01	0.01	0.00	0.00	
Обед											
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	6.34	4.99	15.55	132.56	2.07	0.06	0.04	4.15	0.14	2
КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С РИСОМ	50	6.35	7.68	3.22	114.90	0.44	0.02	0.01	4.35	0.08	
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	110	10.66	5.68	22.97	186.34	0.73	0.27	0.11	0.58	0.08	8
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.05	0.05	7.67	31.63	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.33	0.29	13.97	67.80	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	20	1.28	0.23	7.68	38.41	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	**510**	**27.01**	**18.92**	**71.06**	**571.64**	3.74	0.40	0.17	9.08	0.30	14
Полдник											
ЙОГУРТ	150	7.50	4.80	12.75	130.50	0.90	0.05	0.23	0.04	0.00	17
РОЖОК "ЗЕРНЫШКО"	20	1.55	1.13	10.34	60.14	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4.96	4.49	0.27	61.30	0.00	0.02	0.15	0.10	0.89	
Итого за прием пищи:	**210**	**14.01**	**10.42**	**23.36**	**251.94**	0.90	0.09	0.38	0.14	0.89	19
Ужин											
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0.57	2.67	2.31	35.70	2.10	0.01	0.02	0.06	0.00	
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	15.34	3.49	3.99	109.00	2.10	0.08	0.08	0.36	0.00	3
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.35	3.83	19.01	120.10	9.60	0.11	0.07	0.02	0.06	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.17	0.00	12.16	48.63	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	30	1.92	0.35	11.52	57.62	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	
МАНДАРИН	100	0.78	0.19	7.28	36.86	15.20	0.05	0.03	0.01	0.00	3
Итого за прием пищи:	**490**	**21.13**	**10.53**	**56.27**	**407.91**	29.00	0.29	0.22	0.45	0.06	10
Всего за день:		**74.15**	**58.39**	**208.40**	**1,680.75**	56.08	0.98	1.07	9.82	1.43	75

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг
Итого за весь период	589.11	546.89	1,980.78	15,429.24	474.05	6.04	10.96	55.03	10.86	6,713.08	8,881.45	2,416.92	120.32	22,340.53	784.62	0.32
Среднее значение за период	58.91	54.69	198.08	1,542.92	47.41	0.60	1.10	5.50	1.09	671.31	888.15	241.69	12.03	2,234.05	78.46	0.03
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15.3	31.9	52.8													

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1 и 3	362	149	531	208	402

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
92.32	97.36	23.02	0.57	158.17	8.18	0.00	0.00	189	2008
07.65	78.99	14.98	0.22	156.51	9.00	0.00	0.00	379	2011
4.80	10.80	3.00	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
19.92	69.55	4.35	0.91	56.35	8.05	0.01	0.02	209	2011
24.69	256.70	45.35	2.20	371.03	25.23	0.01	0.02		
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00	442	2008
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00		
30.48	90.79	38.46	1.60	325.93	9.33	0.01	0.03	92	2008
77.58	147.52	36.35	2.93	533.55	9.75	0.00	0.05	346	2008
17.18	8.10	8.58	0.14	77.62	0.60	0.00	0.00	375	2011
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
5.22	27.00	8.46	0.70	47.00	0.00	0.00	0.00		
36.67	296.90	100.76	5.64	984.10	19.68	0.01	0.08		
36.00	138.00	21.00	0.15	219.00	13.50	0.00	0.00	435	2008
0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00		
6.34	4.36	3.17	0.87	122.32	0.88	0.00	0.00	338	2011
92.34	142.36	24.17	1.31	341.32	14.38	0.00	0.00		
20.00	67.50	10.00	0.28	53.75	0.00	0.01	0.10	52	2008
12.25	7.42	5.26	0.66	32.83	0.00	0.00	0.00	431	2008
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
40.08	115.42	27.95	1.99	157.08	0.00	0.01	0.10		
07.78	825.38	206.23	13.94	######	61.29	0.03	0.20		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
70.40	40.00	2.80	0.08	7.04	0.00	0.00	0.00	15	2011
94.71	74.37	12.40	0.36	144.36	7.93	0.00	0.00	120	2011
97.01	70.11	14.41	0.25	145.55	8.10	0.00	0.00	382	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
67.20	203.04	36.41	1.10	324.75	16.75	0.00	0.00		
9.63	1.53	2.43	0.27	5.60	0.00	0.00	0.00	388	2011
9.63	1.53	2.43	0.27	5.60	0.00	0.00	0.00		
13.29	8.78	4.71	0.26	52.69	0.91	0.00	0.00	45	2011
29.71	51.26	59.84	0.88	60.18	3.86	0.01	0.01	118.2	2011
70.55	274.25	45.37	5.05	######	16.27	0.02	0.16	284	2011
6.18	0.00	1.35	0.00	0.63	0.00	0.00	0.00	402	2008
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
9.14	47.25	14.81	1.23	82.25	0.00	0.00	0.00		
35.08	405.03	134.99	7.69	######	21.04	0.03	0.17		
78.50	144.00	21.00	0.15	210.00	13.50	0.00	0.03		2008
7.86	25.40	4.68	0.31	50.32	0.54	0.01	0.00	471	2008
86.36	169.40	25.68	0.46	260.32	14.04	0.01	0.03		
9.16	9.18	6.37	0.40	67.68	1.05	0.00	0.01	40	2012
76.99	184.18	22.52	0.44	203.06	4.52	0.02	0.03	155	2012
10.02	4.64	1.58	0.00	0.45	0.00	0.00	0.00	411	2008
31.50	15.30	9.90	0.09	155.00	0.00	0.00	0.14	338	2011
27.67	213.30	40.37	0.93	426.19	5.57	0.02	0.18		
25.94	992.30	239.88	10.45	######	57.40	0.06	0.38		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
19.92	69.55	4.35	0.91	56.35	8.05	0.01	0.02	209	2011
94.59	77.08	13.27	0.26	150.40	7.65	0.00	0.00	189	2008
07.65	78.99	14.98	0.22	156.51	9.00	0.00	0.00	379	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
27.24	244.18	39.40	1.80	391.06	25.42	0.01	0.02		
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00	442	2008
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00		
27.86	87.88	20.89	1.20	349.24	4.87	0.00	0.03	96	2011
13.41	27.94	92.47	0.65	11.48	1.10	0.00	0.00	321	2008
21.52	26.93	7.06	0.63	40.81	0.48	0.01	0.01	309	2011
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	364	2008
10.02	4.64	1.58	0.00	0.45	0.00	0.00	0.00	411	2008
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
5.22	27.00	8.46	0.70	47.00	0.00	0.00	0.00		
34.24	197.88	139.37	3.45	448.98	6.45	0.01	0.04		
39.00	147.00	22.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	435	2008
0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00		
6.34	4.36	3.17	0.87	122.32	0.88	0.00	0.00	338	2011
95.34	151.36	25.67	1.16	122.32	0.88	0.00	0.00		
24.07	41.93	18.39	0.87	282.55	3.73	0.00	0.02	67	2011
29.53	74.07	11.27	0.25	127.64	41.14	0.00	0.00	271	2012
12.25	7.42	5.26	0.66	32.83	0.00	0.00	0.00	431	2008
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
73.68	163.92	47.61	2.83	513.52	44.87	0.00	0.02		
94.50	771.34	260.05	12.04	######	79.62	0.02	0.08		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
91.67	66.38	28.98	0.55	123.54	7.56	0.00	0.00	174	2011
49.06	32.51	7.74	0.40	71.64	3.60	0.00	0.00	378	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
45.81	117.45	43.52	1.36	222.98	11.88	0.00	0.00		
12.81	7.72	8.19	0.30	91.61	0.26	0.00	0.00	437	2008
12.81	7.72	8.19	0.30	91.61	0.26	0.00	0.00		
31.04	73.21	21.55	1.32	390.60	6.63	0.00	0.03	81	2011
16.66	136.33	28.88	2.12	651.96	8.35	0.00	0.05	260	2008
7.15	1.24	2.06	0.25	35.34	0.25	0.00	0.00	396	2008
4.14	15.66	5.94	0.18	0.00	0.00	0.00	0.00		
9.14	47.25	14.81	1.23	82.25	0.00	0.00	0.00		
68.13	273.69	73.24	5.10	######	15.23	0.00	0.08		
36.00	138.00	21.00	0.15	219.00	13.50	0.00	0.00	435	2008
0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00		
19.92	69.55	4.35	0.91	56.35	8.05	0.01	0.02	209	2011
05.92	207.55	25.35	1.35	275.35	21.55	0.01	0.02		
14.72	15.84	10.94	0.29	57.65	1.44	0.00	0.02	62	2011
39.34	149.10	17.91	0.29	147.30	1.57	0.02	0.02	225	2008
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
14.40	9.90	7.20	1.98	278.00	2.00	0.00	0.01	338	2011
68.46	174.84	36.05	2.56	482.95	5.01	0.02	0.05		
01.13	781.25	186.35	10.67	######	53.93	0.03	0.15		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
04.94	148.59	29.91	1.55	209.48	7.65	0.02	0.00	184	2008
70.40	40.00	2.80	0.08	7.04	0.00	0.00	0.00	15	2011
07.65	78.99	14.98	0.22	156.51	9.00	0.00	0.00	379	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
38.07	286.14	54.49	2.26	400.83	17.37	0.02	0.00		
14.40	9.90	7.20	1.98	278.00	2.00	0.00	0.01	338	2011
14.40	9.90	7.20	1.98	278.00	2.00	0.00	0.01		
14.16	55.65	13.22	0.74	122.26	2.44	0.00	0.02		2008
15.54	69.01	47.36	1.44	99.10	4.19	0.00	0.02	273	2008
32.30	52.81	23.46	0.94	347.37	3.60	0.00	0.03	342	2012
6.18	0.00	1.35	0.00	0.63	0.00	0.00	0.00	402	2008
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
5.22	27.00	8.46	0.70	47.00	0.00	0.00	0.00		
79.61	227.96	102.76	4.09	616.36	10.23	0.00	0.07		
78.50	144.00	21.00	0.15	210.00	13.50	0.00	0.03		2008
14.73	35.00	8.49	1.24	170.98	1.72	0.01	0.01	406.1	2011
93.23	179.00	29.49	1.39	380.98	15.22	0.01	0.04		
8.55	11.18	5.28	0.30	67.34	1.34	0.00	0.00	55	2011
9.52	128.92	8.33	2.75	145.16	4.02	0.02	0.09	282	2011
18.60	64.09	25.83	1.12	682.59	6.00	0.00	0.03	310	2011
12.25	7.42	5.26	0.66	32.83	0.00	0.00	0.00	431	2008
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
56.75	252.11	57.39	5.88	998.42	11.36	0.02	0.12		
32.06	955.11	251.33	15.60	######	56.18	0.05	0.24		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
04.33	105.67	23.33	0.35	166.21	8.90	0.00	0.01	189	2008
30.90	58.72	12.20	0.22	122.04	6.75	0.00	0.00	382	2011
5.80	18.00	4.00	0.42	22.00	0.00	0.00	0.00		2008
91.03	182.39	39.53	0.99	310.25	15.65	0.00	0.01		
9.63	1.53	2.43	0.27	5.60	0.00	0.00	0.00	388	2011
9.63	1.53	2.43	0.27	5.60	0.00	0.00	0.00		
27.07	71.47	18.65	1.22	348.65	5.08	0.00	0.03	88	2011
21.90	29.94	69.73	0.50	25.28	1.15	0.00	0.00	294	2011
36.57	65.10	22.61	0.91	565.15	6.51	0.00	0.03	312	2011
7.15	1.24	2.06	0.25	35.34	0.25	0.00	0.00	396	2008
4.14	15.66	5.94	0.18	0.00	0.00	0.00	0.00		
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
04.66	223.91	131.68	4.11	######	12.99	0.00	0.06		
36.00	138.00	21.00	0.15	219.00	13.50	0.00	0.00	435	2008
0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00		
19.92	69.55	4.35	0.91	56.35	8.05	0.01	0.02	209	2011
05.92	207.55	25.35	1.35	275.35	21.55	0.01	0.02		
12.23	12.24	8.49	0.53	90.25	1.40	0.00	0.01	40	2012
8.05	6.68	4.54	0.18	51.75	0.00	0.00	0.00	444	2008
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
20.28	18.92	13.03	0.71	142.00	1.40	0.00	0.01		
31.52	634.30	212.02	7.43	######	51.59	0.01	0.10		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
70.40	40.00	2.80	0.08	7.04	0.00	0.00	0.00	15	2011
30.58	86.82	30.84	0.85	155.16	7.04	0.00	0.00	184	2008
07.65	78.99	14.98	0.22	156.51	9.00	0.00	0.00	379	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
63.71	224.37	55.42	1.56	346.51	16.76	0.00	0.00		
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00	442	2008
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00		
12.30	11.10	4.50	0.21	94.50	0.00	0.00	0.00		2008
27.91	83.30	25.32	1.73	366.32	4.30	0.00	0.03	102	2011
23.00	176.94	35.01	2.26	343.33	7.07	0.00	0.06	244	2011
10.02	4.64	1.58	0.00	0.45	0.00	0.00	0.00	411	2008
4.14	15.66	5.94	0.18	0.00	0.00	0.00	0.00		
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
85.20	332.14	85.04	5.43	875.10	11.37	0.00	0.09		
78.50	144.00	21.00	0.15	210.00	13.50	0.00	0.03		2008
8.26	32.29	4.90	0.38	45.21	1.25	0.01	0.01	415	2011
86.76	176.29	25.90	0.53	255.21	14.75	0.01	0.04		
12.95	139.45	15.17	0.45	116.34	3.28	0.02	0.02	217	2011
10.02	4.64	1.58	0.00	0.45	0.00	0.00	0.00	411	2008
14.40	9.90	7.20	1.98	278.00	2.00	0.00	0.01	338	2011
37.37	153.99	23.95	2.43	394.79	5.28	0.02	0.03		
37.04	900.79	198.31	12.75	######	50.16	0.03	0.16		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
20.16	113.88	23.80	0.43	192.89	10.60	0.00	0.01	190	2008
97.01	70.11	14.41	0.25	145.55	8.10	0.00	0.00	382	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
22.25	202.55	45.01	1.09	366.24	19.42	0.00	0.01		
9.54	2.11	7.96	0.33	50.79	0.00	0.00	0.00	437	2008
9.54	2.11	7.96	0.33	50.79	0.00	0.00	0.00		
41.15	93.96	23.81	1.51	351.70	5.54	0.00	0.03	84	2011
12.72	16.23	77.01	1.23	54.13	0.63	0.00	0.00	260	2011
21.52	26.93	7.06	0.63	40.81	0.48	0.01	0.01	309	2011
6.18	0.00	1.35	0.00	0.63	0.00	0.00	0.00	402	2008
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
5.22	27.00	8.46	0.70	47.00	0.00	0.00	0.00		
93.00	187.61	126.60	4.34	494.27	6.65	0.01	0.04		
89.00	147.00	22.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	435	2008
0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00		
19.92	69.55	4.35	0.91	56.35	8.05	0.01	0.02	209	2011
08.92	216.55	26.85	1.20	56.35	8.05	0.01	0.02		
7.51	21.00	6.76	0.26	42.73	0.20	0.00	0.00	10	2012
25.58	81.42	15.61	0.49	149.47	42.80	0.00	0.01	256	2012
44.86	85.82	30.31	1.22	764.25	8.55	0.00	0.03	312	2011
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
30.60	20.70	11.70	0.27	197.00	2.00	0.00	0.02	338	2011
16.38	249.44	77.07	3.29	######	53.55	0.00	0.06		
50.09	858.26	283.49	10.25	######	87.67	0.02	0.13		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
70.40	40.00	2.80	0.08	7.04	0.00	0.00	0.00	15	2011
02.39	115.37	17.76	0.39	160.39	7.65	0.01	0.01	184	2008
07.65	78.99	14.98	0.22	156.51	9.00	0.00	0.00	379	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
35.52	252.92	42.34	1.10	351.74	17.37	0.01	0.01		
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00	442	2008
14.00	14.00	8.00	2.80	240.00	2.00	0.00	0.00		
27.34	116.60	30.19	0.99	494.96	50.99	0.00	0.02	106	2011
56.86	140.18	29.30	2.36	396.43	8.82	0.00	0.04	298	2012
17.18	8.10	8.58	0.14	77.62	0.60	0.00	0.00	375	2011
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
9.14	47.25	14.81	1.23	82.25	0.00	0.00	0.00		
16.73	335.62	91.79	4.99	######	60.41	0.00	0.06		
36.00	138.00	21.00	0.15	219.00	13.50	0.00	0.00	435	2008
10.77	118.35	12.96	2.39	250.89	3.83	0.02	0.08	451	2008
96.77	256.35	33.96	2.54	469.89	17.33	0.02	0.08		
19.62	21.12	14.59	0.38	76.86	1.92	0.00	0.02	62	2011
68.49	193.38	23.85	0.60	210.87	2.28	0.02	0.03	219	2008
12.25	7.42	5.26	0.66	32.83	0.00	0.00	0.00	431	2008
14.40	9.90	7.20	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	338	2011
14.76	231.82	50.90	3.64	320.56	4.20	0.02	0.05		
27.78	######	226.99	15.07	######	101.31	0.05	0.20		

Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
а, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
0.48	0.76	0.00	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	14	2011
70.40	40.00	2.80	0.08	7.04	0.00	0.00	0.00	15	2011
19.76	159.01	44.27	1.10	206.81	9.13	0.00	0.01	189	2008
97.01	70.11	14.41	0.25	145.55	8.10	0.00	0.00	382	2011
4.60	17.80	6.80	0.40	27.20	0.72	0.00	0.00		2008
92.25	287.68	68.28	1.84	387.20	17.95	0.00	0.01		
12.81	7.72	8.19	0.30	91.61	0.26	0.00	0.00	437	2008
12.81	7.72	8.19	0.30	91.61	0.26	0.00	0.00		
24.43	40.85	30.08	0.84	154.78	2.51	0.01	0.02	113	2011
12.25	18.76	64.67	0.39	11.23	0.45	0.00	0.00	301	2011
39.30	124.42	47.92	2.91	412.23	6.65	0.00	0.02	199	2011
7.15	1.24	2.06	0.25	35.34	0.25	0.00	0.00	396	2008
6.21	23.49	8.91	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00		
5.22	27.00	8.46	0.70	47.00	0.00	0.00	0.00		
44.56	235.76	162.10	5.36	660.58	9.86	0.01	0.04		
78.50	144.00	21.00	0.15	210.00	13.50	0.00	0.03		2008
0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00		
19.92	69.55	4.35	0.91	56.35	8.05	0.01	0.02	209	2011
98.42	213.55	25.35	1.35	266.35	21.55	0.01	0.05		
12.30	11.10	4.50	0.21	94.50	0.00	0.00	0.00		2008
36.97	196.31	35.43	0.80	422.39	129.85	0.00	0.01	229	2011
18.60	64.09	25.83	1.12	682.59	6.00	0.00	0.03	310	2011
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
7.83	40.50	12.69	1.05	70.50	0.00	0.00	0.00		
31.50	15.30	9.90	0.09	155.00	0.00	0.00	0.14	338	2011
07.20	327.30	88.35	3.27	######	135.85	0.00	0.18		
55.24	######	352.27	12.12	######	185.47	0.02	0.28		

F, мг
1.92
0.19