Приложение

Таблица № 1

Анализ калорийности рационов питания в течение дня (в пределах ±5%)

Рацион питания	Норма калорийности по СанПиН			Фактическая ежедневная калорийность рационов питания по меню									
	норма	min. (-5%)	mak. (+5%)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	280	266	294	266	280	293	268	292	268	267	283	289	292
2 завтрак	70	67	74	68	70	68	72	72	68	72	70	68	72
Обед	490	466	515	515	510	471	485	467	495	506	506	466	478
Полдник	420	399	441	411	399	429	434	429	429	415	401	438	418
Итого:	1260			1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260

Пункт 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице N 3 приложения N 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

Таблица № 2

Анализ средней калорийности рационов питания за каждую неделю и меню

Рацион питания	Норма по СанПиН	Факт калорийности по меню			Фактическая ежедневная калорийность рационов питания по меню									
		за 1 неделю	за 2 неделю	за меню	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	280	280	280	280	266	280	293	268	292	268	267	283	289	292
2 завтрак	70	70	70	70	68	70	68	72	72	68	72	70	68	72
Обед	490	489	490	490	515	510	471	485	467	495	506	506	466	478
Полдник	420	421	420	420	411	399	429	434	429	429	415	401	438	418
Итого:	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260

Таблица № 3

Анализ калорийности суточных рационов питания

Рацион питания	Норма по СанПиН	Факт калорийности по меню			Фактическая ежедневная калорийность рационов питания по меню									
		за 1 неделю	за 2 неделю	за меню	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
За день	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260	1260

Приложение

Таблица № 1

Анализ калорийности рационов питания в течение дня (в пределах ±5%)

Рацион питания	Норма калорийности по СанПиН			Фактическая ежедневная калорийность рационов питания по меню									
	норма	min. (-5%)	mak. (+5%)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	360	342	378	361	372	358	351	358	375	356	368	349	352
2 завтрак	90	86	95	90	95	90	90	87	90	86	95	90	90
Обед	630	599	662	636	640	640	619	614	606	650	639	639	616
Полдник	540	513	567	534	513	531	560	562	550	529	518	541	563
Итого:	1620			1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620

Пункт 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице N 3 приложения N 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

Таблица № 2

Анализ средней калорийности рационов питания за каждую неделю и меню

Рацион питания	Норма по СанПиН	Факт калорийности по меню			Фактическая ежедневная калорийность рационов питания по меню									
		за 1 неделю	за 2 неделю	за меню	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	360	360	360	360	361	372	358	351	358	375	356	368	349	352
2 завтрак	90	90	90	90	90	95	90	90	87	90	86	95	90	90
Обед	630	630	630	630	636	640	640	619	614	606	650	639	639	616
Полдник	540	540	540	540	534	513	531	560	562	550	529	518	541	563
Итого:	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620

Таблица № 3

Анализ калорийности суточных рационов питания

Рацион питания	Норма по СанПиН	Факт калорийности по меню			Фактическая ежедневная калорийность рационов питания по меню									
		за 1 неделю	за 2 неделю	за меню	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
За день	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620	1620

Приложение № 1

УТВЕРЖДЕНО:
приказом начальника департамента
города Ноябрьска
от _____ № _____

Основное (организованное) 10-ти дневное меню
4-х разового питания для воспитанников дошкольного возраста от 3-х до 7-ми лет с длительностью пребывания в учреждении до 12-ти часов
на зимний период 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Макро- и микроэл.			Вит. "С", мг	Наименование сборника рецептур, номер рецептуры	Примечания
			белки	жиры	углев.		Ca	Mg	Fe			
День1												
Завтрак:												
	Паста сырная (порционно)	20	3,7	8,2	0,1	90	138,5	5,5	0,2	0,1	882 сбор.рец 1998 г.	
	Суп молочный с ячневой крупой	200	5,0	5,1	16,5	132	161,7	28,9	0,5	0,9	94 дош.пит. 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	9,4	71	113,2	12,6	0,1	1,2	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 5г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	26	1,9	0,8	12,8	68	8,8	11,8	1,0	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		426	13,4	16,5	38,8	361	422,2	58,8	1,8	2,2		
2 завтрак:	Сок фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	90	14,0	8,0	2,8	4,0	399 дош.пит. 2012 г.	
		200	1,0	0,0	20,2	90	14,0	8,0	2,8	4,0		
Обед:												
	Салат из моркови с чесноком, зеленью	50/1	0,6	3,0	3,2	46	15,8	17,7	0,3	2,5	132 пит.ребенка 1994 г.	
	Щи из свежей капусты	200	1,4	3,9	5,3	62	40,2	14,6	0,5	16,0	66 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	8	0,2	1,2	0,2	12	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
	Плов из отварной говядины	200	14,9	16,3	36,1	351	16,4	47,5	2,7	1,3	182 диет. пит. 2002 г.	
	Компот из изюма*	180	0,4	0,0	23,1	94	28,6	5,4	1,1	0,4	376 дош.пит. 2012 г.	сахар 8г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	15	1,2	0,2	7,4	36	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	17	1,1	0,2	7,0	35	6,0	8,0	0,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		671	19,7	24,8	82,3	636	117,5	98,9	5,6	20,2		
Уплот. полдник:												
	Салат из белок. капусты с луком зеленым, зеленью	50/1	0,7	2,5	2,8	43	22,3	6,6	0,3	17,5	20 дош.пит. 2012 г.	
	Шницель из минтая натуральный	80	12,7	3,9	8,0	125	60,4	45,5	0,9	7,7	258 дош.пит. 2012 г.	
	Пюре картофельное	130	2,7	4,2	17,7	119	32,0	24,0	0,9	15,7	321 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с лимоном	200/7	0,1	0,0	8,4	34	14,2	2,4	0,3	3,1	393 дош.пит. 2012 г.	сахар 8г
	Булочка российская	60	4,2	4,8	28,3	173	16,4	15,1	0,7	0,0	474 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	19	1,3	0,2	8,2	39	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		548	21,7	15,6	73,4	534	152,3	103,0	3,9	44,1		
Итого за 1 день:			55,8	56,9	214,7	1620	706,0	268,7	14,1	70,4		
День 2												
Завтрак:												
	Масло (порционно)	5	1,9	1,5	0,7	33	4,0	0,0	0,0	0,0	6 дош. пит. 2012 г.	

	Каша манная жидкая молочная с сахаром, маслом	200/3/5	3,2	3,9	26,4	153	8,2	5,5	0,3	0,0	185 дош.пит 2012 г.	
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	14,7	107	152,2	21,3	0,5	1,6	397 дош.пит. 2012 г.	сахар 8г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	30	2,3	0,9	15,4	79	5,7	3,9	0,4	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		443	11,4	9,7	57,2	372	170,1	30,7	1,2	1,6		
2 завтрак:	Бананы свежие	100	1,5	0,5	21,0	95	8,0	42,0	0,6	10,0	368 дош.пит. 2012 г.	
		100	1,5	0,5	21,0	95	8,0	42,0	0,6	10,0		
Обед:												
	Салат зимний с луком зеленым, зеленью	50/1	1,1	3,4	6,0	60	10,0	13,6	0,4	8,0	134 питан. реб. 1994 г.	
	Рассольник Ленинградский с перловой крупой	200	1,7	4,1	13,3	97	21,2	20,7	0,5	6,0	76 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	8	0,2	1,2	0,2	12	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
	Фрикадельки из говядины	12	2,3	1,2	0,1	20	1,9	3,4	0,2	0,1	121 дош.пит. 2012 г.	
	Котлеты рубленные из филе птицы	80	15,6	3,9	13,5	151	31,2	25,5	1,4	0,1	305 дош.пит. 2012 г.	
	Макаронные изделия отварные	130	4,8	3,9	22,9	146	4,2	18,3	1,0	0,0	317 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из свежих яблок*	180	0,1	0,1	14,3	59	1,5	13,0	3,2	0,8	372а дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (10,8г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	27	2,1	0,2	13,3	64	5,4	3,8	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	15	1,1	0,2	6,2	31	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		703	28,9	18,2	89,7	640,3	87,7	106,1	7,6	15,0		
Уплот. полдник:												
	Салат из свеклы с черносливом, зеленью	50/1	0,5	2,8	2,2	37	3,8	2,2	0,5	8,8	28 дош.пит. 2012 г.	
	Рулет с луком и яйцом из говядины	80	10,0	8,1	8,0	145	38,6	21,6	1,1	2,5	295 дош.пит. 2012 г.	
	Рагу овощное (3-й вариант), зелень свежая	130/1	2,3	5,2	13,5	110	38,2	27,0	1,1	11,3	344 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с молоком сгущенным	200	2,8	3,3	26,5	128	124,0	4,3	0,0	0,0	394а дош.пит. 2012 г.	
	Мандарины свежие	100	0,8	0,2	7,5	38	35,0	11,0	0,1	38,0	368 дош. пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	27	1,6	0,3	10,2	55	8,8	11,7	1,0	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		589	18,0	19,9	67,9	513	248,4	77,8	3,8	60,6		
Итого за 2 день:			59,9	48,3	235,8	1620	514,2	256,6	13,2	87,3		
День 3												
Завтрак:												
	Икра кабачковая (порционно)	50	1,0	4,5	4,3	61	8,5	7,0	0,3	3,5	101 сбор.рец. 2004 г.	
	Омлет паровой натуральный	100	5,9	16,3	3,9	148	46,3	4,7	1,2	0,1	223 дош.пит. 2012 г.	без масла сл. на полив
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	3,0	12	9,8	1,3	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (2г)
	Джем (порционно)	15	0,2	0,0	10,8	42	1,8	1,4	0,0	0,3	ГОСТ	
	Батон с витаминно-минеральной смесью	36	2,6	1,0	18,0	95	6,7	4,6	0,4	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		401	9,7	21,8	40,0	358	73,1	19,0	2,2	3,9		
2 завтрак:	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
		110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7		
Обед:												
	Салат витаминный с горошком консер., зеленью	50/1	0,8	3,0	2,6	43	20,2	9,9	0,3	27,3	49 дош.пит. 2012 г.	
	Свекольник со сметаной	200/7	2,7	3,6	16,8	111	42,7	35,3	1,7	20,4	91 сбор.тех.нор. 2001 г.	
	Жаркое аппетитное из оленины	200	21,6	9,1	20,6	252	32,8	57,4	3,8	14,4	ТТК № 1(2)/МДОУ	
	Кисель из брусники*	180	0,1	0,1	12,2	75	11,0	1,0	0,1	1,6	378 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (12,2г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	31	2,3	0,2	14,8	73	6,0	4,2	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	43	2,8	0,5	16,7	86	19,7	20,6	1,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		712	30,3	16,5	83,7	640	132,4	128,4	7,9	63,7		
Уплот. полдник:												
	Салат из моркови	60	0,8	0,1	7,0	31	15,6	21,8	0,5	0,6	41 дош.пит. 2012 г.	

	Пирог творожный	160	29,0	22,3	26,3	196	241,1	36,7	1,3	0,6	543 сбор.рец. 1973 г.	с умен.кол-м сахара (8,5г)
	Молоко сгущенное	33	2,3	3,0	18,5	109	101,3	11,2	0,0	0,3	ГОСТ	
	Кефир	180	5,2	4,5	7,2	90	216,0	25,2	0,2	1,3	401 дош.пит. 2012 г.	
	Яблоки печеные	85	0,4	0,4	11,8	52	16,1	9,0	2,2	10,0	385 дош. пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (2г)
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	22	1,8	0,2	10,7	53	5,1	7,3	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Итого полдник:		540	39,5	30,5	81,5	531	595,2	111,2	4,6	12,8		
Итого за 3 день:			82,5	68,8	218,1	1620	930,7	272,9	14,8	81,1		
День 4												
Завтрак:												
	Печенье	14	1,1	1,4	10,4	59	4,0	2,8	0,3	0,0	ГОСТ	
	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	200/5	6,2	5,3	27,9	184	12,1	98,1	3,3	0,0	168 дош.пит 2012 г.	
	Чай с лимоном	187	0,1	0,0	7,3	29	12,8	2,2	0,3	2,8	393 дош.пит. 2012 г.	сахар 7г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	30	2,3	0,9	15,4	79	5,7	3,9	0,4	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		436	9,7	7,6	61,0	351	34,6	107,0	4,3	2,8		
2 завтрак:	Сок фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	90	14,0	8,0	2,8	4,0	399 дош.пит. 2012 г.	
		200	1,0	0,0	20,2	90	14,0	8,0	2,8	4,0		
Обед:												
	Салат из картофеля с солеными огурцами, зеленью	50/1	0,7	2,6	4,4	44	12,9	11,7	0,4	7,5	22 дош.пит. 2012 г.	
	Суп-лапша домашняя	200	1,8	4,1	9,5	82	15,8	8,4	0,5	0,4	86 дош.пит. 2012 г.	
	Цыпленок отварной для первых блюд	15	6,5	5,6	0,0	76	4,8	6,6	0,4	0,7	300 дош.пит. 2012 г.	
	Шницель рубленый из говядины	80	12,4	9,2	12,6	183	35,0	25,7	1,2	0,1	282 дош.пит. 2012 г.	
	Свекла, тушенная в сметанном соусе	130	2,1	1,6	11,2	68	42,8	23,4	1,5	1,3	340 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из сушеных фруктов*	180	0,4	0,0	21,5	87	28,6	5,4	1,1	0,4	376 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (10,8г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	20	1,6	0,2	9,8	48	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	15	1,1	0,2	6,2	31	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		691	26,6	23,5	75,2	619	149,8	94,9	6,1	10,4		
Уплот. полдник:												
	Салат овощной с яблоками и свеклой, зелень свежая	50/1	0,7	0,1	3,7	19	18,6	9,4	0,7	12,7	37 дош.пит. 2012 г.	
	Горбуша фаршированная	80	18,4	8,1	1,4	152	21,2	26,7	0,7	0,8	243 дош.пит. 2012 г.	
	Пюре картофельное	130	2,7	4,2	17,7	119	32,0	24,0	0,9	15,7	321 дош.пит. 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	11,0	81	125,7	14,0	0,1	1,3	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 6г
	Булочка школьная	50	4,2	1,6	28,0	143	11,3	16,2	0,7	0,0	472 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	23	1,5	0,3	9,4	47	8,1	10,8	0,9	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		534	30,6	17,0	71,2	560	216,9	101,1	4,0	30,5		
Итого за 4 день:			67,9	48,0	227,6	1620	415,3	311,0	17,2	47,7		
День 5												
Завтрак:												
	Горошек зеленый, зелень свежая	50/1	1,6	0,0	0,1	20	0,0	0,0	0,0	5,0	101 сбор.рец. 2004 г.	
	Омлет с сыром	110	14,9	18,3	2,3	182	214,4	19,4	3,6	0,6	216 дош.пит. 2012 г.	без масла сл. на полив
	Чай с шиповником	200	0,2	0,1	10,4	46	4,1	1,2	0,2	50,1	ТТК № 6	сахар 8г
	Повидло (порционно)	20	0,0	0,0	13,0	50	2,8	1,4	0,2	0,2	ГОСТ	
	Батон с витаминно-минеральной смесью	23	1,7	0,7	11,8	60	8,1	10,9	0,9	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		403	18,4	19,1	37,6	358	229,4	32,9	4,9	55,9		
2 завтрак:	Напиток брусничный	180	0,2	0,1	21,2	87	6,3	1,6	0,2	3,4	647 сбор. рец. 1996 г.	сахар 21г
		180	0,2	0,1	21,2	87	6,3	1,6	0,2	3,4		

Обед:												
	Салат из белокочанной капусты с морковью, зеленью	50/1	0,7	2,5	3,0	44	18,7	7,6	0,3	16,2	20 дош.пит. 2012 г.	
	Борщ с фасолью и картофелем	200	2,8	4,1	10,4	90	40,2	27,6	1,4	5,0	63 дош.пит. 2012 г.	
	Фрикадельки из говядины	20	3,8	2,0	0,2	34	3,1	5,6	0,3	0,2	121 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	8	0,2	1,2	0,2	12	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
	Запеканка из печени с рисом	180	22,5	9,1	24,7	271	31,1	34,6	7,1	10,5	294 дош.пит. 2012 г.	
	Соус сметанный с томатом	30	0,5	1,6	2,1	24	8,7	2,9	0,1	0,4	355 дош.пит.2012 г.	
	Компот из свежих груш*	180	0,2	0,1	14,5	56	0,8	14,3	4,3	0,9	372 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (10,8г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	15	1,2	0,2	7,4	36	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	23	1,5	0,3	9,4	47	8,1	10,8	0,9	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		707	33,5	21,1	71,9	614	121,2	109,1	14,7	33,2		
Уплот. полдник:												
	Салат из моркови с яблоками и курагой	50	0,7	2,5	5,5	48	15,3	17,5	0,5	2,5	39 дош.пит. 2012 г.	
	Вареники ленивые отварные	150	22,2	11,0	21,9	278	141,2	27,8	0,0	0,3	230 дош.пит. 2012 г.	
	Соус молочный (сладкий)	30	0,6	1,4	4,0	31	18,8	2,6	0,0	0,1	351 дош.пит. 2012 г.	
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	14,7	108	152,2	21,3	0,5	1,6	397 дош.пит. 2012 г.	сахар 8г
	Груши свежие	100	0,4	0,3	10,3	46	19,0	12,0	2,3	5,0	368 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	21	1,6	0,2	9,8	51	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Итого полдник:		530	29,6	18,8	66,2	562	351,1	87,8	3,7	9,5		
Итого за 5 день:			81,6	59,2	196,9	1620	708,0	231,4	23,5	102,0		
День 6												
Завтрак:												
	Масло (порционно)	5	0,0	1,5	0,7	33	4,0	0,0	0,0	0,0	6 дош.пит. 2012 г.	
	Суп молочный с манной крупой	200	5,5	5,0	16,9	132	171,1	20,9	0,3	1,0	92 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	2,7	11	8,8	1,2	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (1,8г)
	Батон с витаминно-минеральной смесью	29	2,3	0,9	15,4	76	5,7	3,9	0,4	0,0	ГОСТ 27844-88	
	Конфета шоколадная	25	1,0	6,5	14,8	123	7,0	24,8	23,8	0,0	ГОСТ	
Итого завтрак:		439	8,8	13,9	50,5	375	196,6	50,8	24,8	1,0		
2 завтрак:	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
		110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7		
Обед:												
	Винегрет овощной с луком зеленым, зеленью	60/1	0,8	3,8	4,6	57	20,2	12,8	0,5	8,0	45 дош.пит. 2012 г.	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,9	6,8	68	34,7	17,9	0,6	14,8	67 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	8	0,2	1,2	0,2	12	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
	Гуляш из отварной говядины	140	18,1	14,3	4,6	219	32,6	30,5	1,4	1,0	277 дош.пит. 2012 г.	
	Каша гречневая вязкая	130	4,0	4,4	17,7	126	7,3	62,4	2,1	0,0	314 дош.пит 2012 г.	
	Напиток лимонный*	180	0,1	0,0	12,1	51	6,1	1,7	0,2	5,8	646 сб.рец.и бл.1996	с умен.кол-м сахара (11,7г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	16	1,2	0,2	7,4	38	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	17	1,1	0,2	7,0	35	6,0	8,0	0,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		752	26,9	28,0	60,4	606	117,4	139,0	5,8	29,6		
Уплот. полдник:												
	Икра овощная, зелень свежая	50/1	0,7	2,0	3,5	35	16,0	11,6	0,5	2,2	55 дош.пит. 2012 г.	
	Котлеты из горбуши запеченные	80	14,0	7,2	8,1	155	39,3	22,4	0,5	0,7	255 дош.пит. 2012 г.	
	Картофель отварной, зелень свежая	150/1	2,9	4,3	23,0	142	14,6	29,3	1,2	21,0	318 дош.пит. 2012 г.	

	Чай с молоком	200	3,0	2,6	13,9	91	126,5	15,4	0,4	1,5	394 дош.пит. 2012 г.	сахар 9г
	Эчпочмак с говядиной	50	2,1	3,5	11,4	85	11,9	9,7	0,7	0,7	101.49 сб.рец.нар. РФ	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	20	1,3	0,2	8,2	41	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		552	24,0	19,8	68,1	550	215,3	97,8	4,1	26,1		
Итого за 6 день:			62,6	61,7	192,0	1620	659,3	301,9	34,8	57,4		
День 7												
Завтрак:												
	Варенье (порционно)	15	0,2	0,0	10,8	42	1,8	1,4	0,0	0,3	ГОСТ	
	Суп молочный с пшеном	200	5,8	5,5	18,6	146	161,9	29,6	0,5	0,9	94 дош.пит. 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,6	1,8	18,8	102	115,9	11,6	0,1	0,3	396 дош.пит. 2012 г.	
	Батон с витаминно-минеральной смесью	25	1,9	0,8	12,8	66	8,8	11,8	1,0	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		420	10,5	8,1	61,0	356	288,4	54,4	1,6	1,5		
2 завтрак:	Сок фруктовый	190	1,0	0,0	19,2	86	13,3	7,6	2,7	3,8	399 дош.пит. 2012 г.	
		190	1,0	0,0	19,2	86	13,3	7,6	2,7	3,8		
Обед:												
	Салат из соленых огурцов с луком, зеленью	50/1	0,4	2,6	1,5	31	16,0	8,1	0,3	5,8	19 дош.пит. 2012 г.	
	Борщ	200	1,3	3,9	8,7	75	37,7	18,6	0,9	8,4	56 дош.пит. 2012 г.	
	Говядина отварная для первых блюд	15	4,3	0,6	0,1	23	2,0	4,5	0,4	0,2	273 дош.пит. 2012 г.	
	Пампушки с чесноком	40	2,7	2,8	18,6	113	6,5	4,2	0,3	1,0	279 сбор.рец.1998 г.	30/10.
	Сметана	8	0,2	1,2	0,2	12	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
	Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	160	12,5	3,0	21,3	162	42,5	50,8	1,9	9,4	302 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из сушеных фруктов*	180	0,4	0,0	21,5	87	28,6	5,4	1,1	0,4	376а дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (10,8г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	38	2,9	0,3	18,7	89	7,6	5,3	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	29	2,0	0,4	11,9	58	14,1	14,7	1,2	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		721	26,6	14,8	102,6	650	162,0	112,3	6,5	25,2		
Уплот. полдник:												
	Салат из белокочанной капусты со свеклой, зеленью	60/1	18,4	4,9	3,6	53	18,4	7,0	0,6	16,2	132/1 Дружинина 1994 г.	
	Запеканка картофельная с печенью	160	10,2	6,3	27,3	206	23,8	39,7	3,7	5,4	291 дош.пит. 2012 г.	
	Соус сметанный	50	0,6	2,6	3,0	36	13,6	2,6	0,1	0,0	354 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с лимоном	200/8	0,1	0,0	8,4	34	14,2	2,4	0,3	3,1	393 дош.пит. 2012 г.	сахар 8г
	Печенье	32	2,5	3,2	23,7	135	9,4	6,4	0,7	0,0	ГОСТ	
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	15	1,2	0,2	7,4	36	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	14	1,1	0,2	6,2	29	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		540	34,1	17,4	79,6	529	88,2	70,2	6,3	24,7		
Итого за 7 день:			72,3	40,3	262,4	1620	551,9	244,5	17,1	55,3		
День 8												
Завтрак:												
	Паста сырная (порционно)	20	3,7	8,2	0,1	90	138,5	5,5	0,2	0,1	882 сбор.рец 1998 г.	
	Каша молочная "Дружба"	185	4,8	6,8	25,3	171	115,7	27,5	0,5	1,2	46 "Азбука питан"	
	Чай с шиповником	180	0,2	0,1	9,4	42	3,7	1,1	0,2	45,1	ТТК № 6	сахар 8г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	25	1,9	0,8	12,8	66	8,8	11,8	1,0	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		410	10,6	15,9	47,6	368	266,7	45,9	1,9	46,4		
2 завтрак:	Бананы свежие	100	1,5	0,5	21,0	95	8,0	42,0	0,6	10,0	368 дош.пит. 2012 г.	
		100	1,5	0,5	21,0	95	8,0	42,0	0,6	10,0		

Обед:												
	Салат из белок. капусты с луком зеленым, зеленью	50/1	0,7	2,5	2,8	43	22,3	6,6	0,3	17,5	20 дош.пит. 2012 г.	
	Суп картофельный с клецками	220	1,8	3,0	10,7	77	20,7	17,6	0,7	5,1	85 дош.пит. 2012 г.	
	Цыпленок отварной для первых блюд	15	6,5	5,6	0,0	76	4,8	6,6	0,4	0,7	300 дош.пит. 2012 г.	
	Пудинг из минтая паровой	80	12,5	3,8	6,1	109	51,7	40,5	0,8	0,4	270 дош.пит. 2012 г.	
	Пюре картофельное	130	2,7	4,2	17,7	119	32,0	24,0	0,9	15,7	321 дош.пит. 2012 г.	
	Кисель из сока натурального*	200	0,6	0,1	17,2	72	1,1	15,7	3,4	3,4	382 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (11г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	25	1,9	0,2	12,3	59	5,0	3,5	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	42	2,8	0,5	16,7	84	19,7	20,6	1,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		763	29,5	19,8	83,5	639	157,3	135,1	8,5	42,8		
Уплот. полдник:												
	Салат из моркови с курагой	50	0,9	0,1	11,3	50	14,8	18,5	0,3	2,5	63 дош.пит. 2012 г.	
	Биточки манные с творогом	200	17,1	10,3	33,5	180	127,9	22,8	0,8	0,4	68 прод.и блюд.в дет.пит.	
	Молоко сгущенное	30	2,1	2,7	16,8	99	92,1	10,2	0,0	0,3	ГОСТ	
	Кефир	180	5,2	4,5	7,2	90	216,0	25,2	0,2	1,3	401 дош.пит. 2012 г.	
	Груши свежие	100	0,4	0,3	10,3	46	19,0	12,0	2,3	5,0	368 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	22	1,8	0,2	10,7	53	5,1	7,3	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Итого полдник:		582	27,5	18,1	89,8	518	474,9	96,0	4,0	9,5		
Итого за 8 день:			69,0	54,3	241,9	1620	906,9	319,0	15,0	108,7		
День 9												
Завтрак:												
	Повидло (порционно)	24	0,1	0,0	15,6	60	3,4	1,7	0,3	0,1	ГОСТ	
	Омлет паровой натуральный	100	5,9	16,3	3,9	148	46,3	4,7	1,2	0,1	223 дош.пит. 2012 г.	без масла сл. на полив
	Кукуруза консервированная	50	2,0	0,7	1,1	58	77,2	7,8	2,0	5,0	101 сбор.рец. 2004 г.	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	3,0	12	9,8	1,3	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (2г)
	Батон с витаминно-минеральной смесью	27	0,1	0,0	3,2	71	10,6	1,4	0,3	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		401	8,1	17,0	26,8	349	147,4	16,9	4,0	5,3		
2 завтрак:	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
		110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7		
Обед:												
	Салат зимний с луком зеленым, зеленью	50/1	1,1	3,4	6,1	60	12,2	14,3	0,4	9,5	134 "Пит. реб." 1994 г.	
	Суп-пюре гороховый с гренками	200	11,3	4,8	23,6	125	28,7	32,3	2,0	10,1	423 Дружинина 1994 г.	
	Фрикадельки из цыпленка	15	1,3	4,3	7,6	29	2,8	2,9	0,3	0,1	121 (2) дош.пит. 2012 г.	
	Шницель рубленый из говядины	80	12,4	9,2	12,6	183	35,0	25,7	1,2	0,1	282 дош.пит. 2012 г.	
	Капуста тушеная, зелень свежая	130/1	2,7	4,2	8,4	81	69,9	26,5	1,1	23,1	336 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из свежих яблок*	180	0,1	0,1	14,3	59	1,5	13,0	3,2	0,8	372 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (10,8г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	20	1,6	0,2	9,8	48	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	26	1,6	0,3	10,2	53	8,8	11,7	1,0	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		703	32,1	26,5	92,5	639	163,5	133,0	9,6	43,7		
Уплот. полдник:												
	Салат овощной с яблоками и свеклой, зеленью	50/1	0,7	0,1	3,7	19	18,6	9,4	0,7	12,7	37 дош.пит. 2012 г.	
	Тефтели из минтая паровые	80	10,4	1,0	8,4	85	27,9	33,5	0,7	1,7	260 дош.пит. 2012 г.	
	Каша пшеничная вязкая	130	3,4	3,7	21,3	132	13,6	18,7	1,5	0,0	314 дош.пит. 2012 г.	
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	14,7	107	152,2	21,3	0,5	1,6	397 дош.пит. 2012 г.	сахар 8г
	Булочка ванильная	50	4,0	4,1	27,2	158	11,2	14,2	0,7	0,0	467 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	20	1,3	0,2	8,2	41	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	

Итого полдник:		531	23,8	12,6	83,6	541	230,5	106,5	4,9	16,0		
Итого за 9 день:			67,0	56,1	215,9	1620	671,4	270,7	18,7	65,7		
День 10												
Завтрак:												
	Вафли (порционно)	20	0,6	0,6	15,4	70	1,6	0,4	0,2	0,0	ГОСТ	
	Каша овсянная жидкая молочная с сахаром и маслом	180/3/5	3,4	5,0	21,7	145	16,5	35,6	1,0	0,0	185 дош.пит 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	9,4	71	113,2	12,6	0,1	1,2	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 5г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	25	1,9	0,8	12,8	66	8,8	11,8	1,0	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		413	8,8	8,8	59,3	352	140,1	60,4	2,3	1,2		
2 завтрак:	Сок фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	90	14,0	8,0	2,8	4,0	399 дош.пит. 2012 г.	
		200	1,0	0,0	20,2	90	14,0	8,0	2,8	4,0		
Обед:												
	Салат из свеклы с зеленым горошком, зеленью	50/1	0,8	2,1	4,1	39	0,0	0,0	0,0	4,9	34 дош.пит. 2012 г.	
	Рассольник	200	1,3	4,0	10,5	83	18,7	16,6	0,7	6,0	73 дош.пит. 2012 г.	
	Фрикадельки из говядины	12	2,3	1,2	0,1	20	1,9	3,4	0,2	0,1	121 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	8	0,2	1,2	0,2	12	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
	Пудинг из печени	70	13,6	4,7	4,8	116	25,8	13,7	4,5	10,2	ТТК № 8	
	Соус сметанный с томатом	30	0,5	1,6	2,1	24	8,7	2,9	0,1	0,4	355 дош.пит. 2012 г.	
	Макаронные изделия отварные	130	4,8	3,9	22,9	146	4,2	18,3	1,0	0,0	317 дош.пит. 2012 г.	
	Кисель из брусники*	180	0,1	0,1	12,2	75	11,0	1,0	0,1	1,6	378 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (12,2г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	30	2,3	0,2	14,8	71	6,0	4,2	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	15	1,1	0,2	6,2	30	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		726	27,0	19,2	77,8	616	88,6	67,9	7,5	23,2		
Уплот. полдник:												
	Салат из белокочанной капусты с яблоками, зеленью	60/1	0,9	4,8	3,5	62	24,1	10,1	0,5	17,3	132/1 Дружинина 1994 г.	
	Блинчики с маслом	105	5,2	6,2	29,8	196	22,5	18,7	1,1	0,0	447 дош.пит. 2012 г.	
	Молоко сгущенное	20	1,4	1,8	11,2	66	61,4	6,8	0,0	0,2	ГОСТ	
	Чай с молоком	200	3,0	2,6	13,9	91	126,5	15,4	0,4	1,5	394 дош.пит. 2012 г.	сахар 9г
	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	29	2,0	0,4	11,9	58	14,1	14,7	1,2	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		525	15,5	15,8	83,4	563	378,6	80,0	3,3	19,7		
Итого за 10 день:			52,3	43,8	240,7	1620	621,3	216,3	15,9	48,1		
Итого за весь период:			671	537	2246	16201	6685	2693	184	724		
Среднее значение за период:			67	54	225	1620	668	269	18	72		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за весь период, %			15	30	55	100	83	150	205	161		
Нормы по СанПиН белков, жиров, углеводов в % от калорийности:			12-15%	30-32%	55-58%	1620						

***Примечание** *: витаминизация 3-его блюда аскорбиновой кислотой 50 мг на 1 ребенка в сутки.*

Приложение № 1

УТВЕРЖДЕНО:
приказом начальника департамента
города Ноябрьска
от _____ № _____

Основное (организованное) 10-ти дневное меню
4-х разового питания для воспитанников дошкольного возраста от 1,5-х до 3-х лет с длительностью пребывания в учреждении до 12-ти часов
на зимний период 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Макро- и микроэл.			Вит. "С", мг	Наименование сборника рецептур, номер рецептуры	Примечание
			белки	жиры	углев.		Ca	Mg	Fe			
День1												
Завтрак:												
	Паста сырная (порционно)	10	1,8	4,1	0,0	45	69,2	2,7	0,1	0,1	882 сбор.рец 1998 г.	
	Суп молочный с ячневой крупой	150	3,7	3,8	12,4	99	121,3	21,7	0,4	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	170	2,7	2,3	8,9	67	106,9	11,9	0,1	1,1	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 4,7г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	21	1,5	0,6	10,3	55	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		351	9,7	10,8	31,6	266	304,4	45,8	1,4	1,9		
2 завтрак:	Сок фруктовый	150	0,8	0,0	15,2	68	10,5	6,0	0,0	3,0	399 дош.пит. 2012 г.	
		150	0,8	0,0	15,2	68	10,5	6,0	0,0	3,0		
Обед:												
	Салат из моркови с чесноком, зеленью	30/1	0,4	1,8	1,9	27	9,5	10,6	0,2	1,5	132 пит.ребенка 1994 г.	
	Щи из свежей капусты	150	1,0	2,9	4,0	46	30,1	11,0	0,4	12,0	66 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	5	0,1	0,8	0,1	8	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
	Плов из отварной говядины	150	11,2	12,2	27,1	263	12,3	35,6	2,0	1,0	182 диет.пит. 2002 г.	
	Компот из изюма*	150	0,3	0,0	16,8	68	23,9	4,5	0,9	0,3	376 дош.пит. 2012 г.	сахар 6,3г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	29	2,3	0,2	14,8	68	6,0	4,2	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	17	1,1	0,2	7,0	35	6,0	8,0	0,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		532	16,3	18,1	71,6	515	91,8	74,4	4,5	14,8		
Уплот. полдник:												
	Салат из белок. капусты с луком зеленым, зеленью	40/1	0,5	2,0	2,2	34	17,9	5,3	0,2	14,0	20 дош.пит. 2012 г.	
	Шницель из минтая натуральный	60	9,5	2,9	6,0	94	45,3	34,1	0,7	5,8	258 дош.пит. 2012 г.	
	Пюре картофельное	120	2,5	3,8	16,4	110	29,6	22,2	0,8	14,5	321 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с шиповником	180	0,2	0,1	9,4	42	3,7	1,1	0,2	45,1	ТТК № 6	сахар 7,2г
	Булочка российская	30	2,1	2,4	14,2	87	8,2	7,6	0,4	0,0	474 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	21	1,3	0,2	8,2	44	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		452	16,1	11,5	56,3	411	112	80	3	79		
Итого за 1 день:			43,0	40,4	174,8	1260	518,4	205,8	9,0	99,1		

						День 2						
Завтрак:												
	Масло (порциями)	5	1,9	1,5	0,7	33	4,0	0,0	0,0	0,0	6 дош. пит. 2012 г.	
	Суп молочный с манной крупой	150	3,3	3,0	10,1	99	128,3	15,7	0,2	0,7	92 дош.пит. 2012 г.	
	Какао с молоком	180	3,7	3,2	12,9	95	137,0	19,2	0,4	1,4	397 дош.пит. 2012 г.	сахар 7,2г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	20	1,5	0,6	10,3	53	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		355	10,4	8,3	34,0	280	276,3	44,4	1,4	2,1		
2 завтрак:	Бананы свежие	50	0,8	0,3	10,5	48	4,0	21,0	0,3	5,0	368 дош. пит. 2012 г.	
	Яблоки свежие	50	0,2	0,2	4,9	22	8,0	4,5	1,1	5,0	368 дош. пит. 2012 г.	
		100	1,0	0,5	15,4	70	12,0	25,5	1,4	10,0		
Обед:												
	Салат зимний с луком зеленым, зеленью	30/1	0,6	2,1	3,6	36	6,0	8,2	0,3	4,8	134 питан. реб. 1994 г.	
	Рассольник Ленинградский с перловой крупой	150	1,3	3,1	10,0	73	15,9	15,5	0,6	4,5	76 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	5	0,1	0,8	0,1	8	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
	Фрикадельки из говядины	12	2,3	1,2	0,1	20	1,9	3,4	0,2	0,1	121 дош.пит. 2012 г.	
	Котлеты рубленные из филе птицы	60	11,7	2,8	10,0	111	23,5	19,0	1,0	0,1	305 дош.пит. 2012 г.	
	Макаронные изделия отварные	110	4,0	3,3	19,4	124	3,6	15,5	0,8	0,0	317 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из свежих яблок*	150	0,1	0,1	10,9	61	1,3	10,9	2,7	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	сахар 12г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	15	1,2	0,2	7,4	36	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	20	1,3	0,2	8,2	41	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		553	22,6	13,7	69,6	510	66,7	87,4	6,7	10,2		
Уплот. полдник:												
	Салат из свеклы с черносливом, зеленью	30/1	0,3	1,7	1,3	22	2,3	1,3	0,3	5,3	28 дош.пит. 2012 г.	
	Рулет с луком и яйцом из говядины	50	6,2	5,1	4,9	91	24,7	13,7	0,8	1,7	295 дош.пит. 2012 г.	
	Рагу овощное (3-й вариант), зелень свежая	110/1	2,0	4,5	11,6	94	32,8	23,2	0,9	9,4	344 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с молоком	150	2,7	2,3	10,3	73	112,0	13,5	0,3	1,2	394 дош.пит. 2012 г.	
	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	14	1,0	0,2	5,8	29	4,9	6,6	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		466	15,1	13,8	46,9	399	306,7	72,6	3,0	18,3		
Итого за 2 день:			49,1	36,3	165,9	1260	661,7	229,9	12,5	40,6		
						День 3						
Завтрак:												
	Икра кабачковая (порционно)	40	0,8	3,6	3,4	49	6,8	5,6	0,2	2,8	101 сбор.рец. 2004 г.	
	Омлет паровой натуральный	100	5,9	16,3	3,9	148	46,3	4,7	1,2	0,1	223 дош.пит. 2012 г.	без масла сл. на полив
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	2,7	11	8,8	1,2	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (1,8г)
	Джем (порционно)	10	0,1	0,0	7,2	28	1,2	0,9	0,0	0,2	ГОСТ	
	Батон с витаминно-минеральной смесью	22	1,7	0,7	11,3	58	7,7	10,4	0,9	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		352	8,4	20,6	28,4	293	70,8	22,8	2,6	3,1		
2 завтрак:	Десерт фруктовый с грушей (1 вариант)	100	1,8	0,9	11,5	68	38,9	21,0	0,9	19,6	ТТК № 10	
		100	1,8	0,9	11,5	68	38,9	21,0	0,9	19,6		
Обед:												
	Салат витаминный с горошком консер., зеленью	30/1	0,5	1,8	1,6	25	13,0	6,2	0,2	17,0	49 дош.пит. 2012 г.	
	Свекольник со сметаной	150/5	2,0	2,7	12,6	83	31,9	26,5	1,3	15,4	91 сбор.тех.нор. 2001 г.	
	Жаркое аппетитное из оленины	160	17,3	7,3	16,5	202	26,2	45,9	3,0	11,5	ТТК № 1(2)/МДОУ	

	Кисель из клюквы*	150	0,1	0,0	19,6	79	8,1	8,1	0,1	1,4	378 дош.пит. 2012 г.	сахар 15г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	17	1,3	0,2	8,4	41	4,0	5,7	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	20	1,3	0,2	8,2	41	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		538	22,5	12,3	66,9	471	90,2	101,8	5,8	45,3		
Уплот. полдник:												
	Салат из моркови	40	0,6	0,1	4,6	21	10,4	14,6	0,3	0,4	41 дош.пит. 2012 г.	
	Пирог творожный	130	23,5	18,1	21,4	159	196,0	29,8	1,0	0,5	543 сбор.рец. 1973 г.	с умен.кол-м сахара (6,9г)
	Молоко сгущенное	25	1,8	2,3	14,0	83	76,8	8,5	0,0	0,3	ГОСТ	
	Кефир	150	4,4	3,8	6,0	75	180,0	21,0	0,2	1,1	401 дош.пит. 2012 г.	
	Яблоки печеные	90	0,4	0,4	12,5	55	17,0	9,5	2,3	10,6	385 дош. пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (2,1г)
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	15	1,2	0,2	7,4	36	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Итого полдник:		450	31,9	24,9	65,9	429	483,7	88,4	4,1	12,9		
Итого за 3 день:			64,5	58,6	172,7	1260	683,6	234,0	13,4	80,8		
День 4												
Завтрак:												
	Печенье	14	1,1	1,4	10,4	59	4,0	2,8	0,3	0,0	ГОСТ	
	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	130/5	4,1	4,2	18,2	127	8,0	64,0	2,2	0,0	168 дош.пит 2012 г.	
	Чай с лимоном	187	0,1	0,0	7,3	29	12,8	2,2	0,3	2,8	393 дош.пит. 2012 г.	сахар 7г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	20	1,5	0,6	10,3	53	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		356	6,8	6,2	46,2	268	31,8	78,5	3,6	2,8		
2 завтрак:	Сок фруктовый	160	0,8	0,0	16,2	72	11,2	6,4	2,2	3,2	399 дош.пит. 2012 г.	
		160	0,8	0,0	16,2	72	11,2	6,4	2,2	3,2		
Обед:												
	Салат из картофеля с солеными огурцами, зеленью	30/1	0,4	1,6	2,7	27	8,6	7,3	0,2	5,1	22 дош.пит. 2012 г.	
	Суп-лапша домашняя	150	1,3	3,0	7,2	61	11,8	6,3	0,4	0,3	86 дош.пит. 2012 г.	
	Цыпленок отварной для первых блюд	10	4,3	3,7	0	51	3,2	4,4	0,3	0,5	300 дош.пит. 2012 г.	
	Шницель рубленый из говядины	60	9,3	7,1	9,6	139	26,1	19,3	0,9	0,1	282 дош.пит. 2012 г.	
	Свекла, тушенная в сметанном соусе	110	1,8	1,4	9,8	59	42,1	23,0	1,5	1,3	340 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из сушеных фруктов*	150	0,3	0	16,8	68	23,9	4,5	0,9	0,3	376 дош.пит. 2012 г.	сахар 10г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	20	1,6	0,2	9,8	48	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	16	1,1	0,2	6,2	32	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		547	20,1	17,2	62,1	485	125,6	78,5	5,2	7,6		
Уплот. полдник:												
	Салат овощной с яблоками и свеклой, зелень свежая	40/1	0,5	0,1	2,9	14	13,1	7,0	0,5	9,0	37 дош.пит. 2012 г.	
	Горбуша фаршированная	60	13,8	6,1	1,0	114	15,9	20,0	0,5	0,6	243 дош.пит. 2012 г.	
	Пюре картофельное	120	2,5	3,8	16,4	110	29,6	22,2	0,8	14,5	321 дош.пит. 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	9,4	71	113,2	12,6	0,1	1,2	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 5г
	Булочка школьная	30	2,5	1,0	16,8	86	6,8	9,7	0,4	0,0	472 дош.пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	19	1,3	0,2	8,2	39	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		450	23,5	13,6	54,7	434	185,6	80,9	3,1	25,3		
Итого за 4 день:			51,2	37,0	179,2	1260	354,2	244,3	14,1	38,9		
День 5												
Завтрак:												
	Горошек зеленый (порционно), зелень свежая	40/1	1,2	0,0	0,1	16	0,8	0,8	0,0	4,0	101 сбор.рец. 2004 г.	

	Омлет с сыром	100	12,8	16,0	1,9	156	189,4	16,8	3,1	0,4	216 дош.пит. 2012 г.	без масла сл. на полив
	Чай с шиповником	180	0,2	0,1	9,4	42	3,7	1,1	0,2	45,1	ТТК № 6	сахар 7,2г
	Повидло (порционно)	10	0,0	0,0	6,5	25	1,4	0,7	0,1	0,1	ГОСТ	
	Батон с витаминно-минеральной смесью	20	1,5	0,6	10,3	53	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		350	15,7	16,7	28,2	292	202,3	28,9	4,2	49,6		
2 завтрак:	Напиток брусничный	150	0,1	0,1	17,7	72	5,7	1,5	0,2	2,9	647 сбор. рец. 1996 г.	сахар 18г
		150	0,1	0,1	17,7	72	5,7	1,5	0,2	2,9		
Обед:												
	Салат из белокочанной капусты с морковью, зеленью	30/1	0,4	1,5	1,8	27	11,2	4,6	0,2	9,7	20 дош.пит. 2012 г.	
	Борщ с фасолью и картофелем	150	1,7	2,4	6,1	53	30,2	20,7	1,0	3,8	63 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	5	0,1	0,8	0,1	8	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
	Запеканка из печени с рисом	150	18,6	7,4	20,5	223	25,5	28,7	5,9	8,7	294 дош.пит. 2012 г.	
	Соус сметанный с томатом	15	0,3	0,8	1,1	12	4,4	1,5	0,1	0,2	355 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из свежих груш*	150	0,1	0,1	15,1	62	0,6	11,9	3,6	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	сахар 12г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	14	1,1	0,2	6,9	34	3,3	4,7	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	24	1,5	0,3	9,4	48	8,1	10,8	0,9	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		539	23,8	13,5	61,0	467	87,3	83,4	12,0	23,1		
Уплот. полдник:												
	Салат из моркови с яблоками	40	0,4	0,1	3,5	16	9,7	12,3	0,4	2,5	38 дош.пит. 2012 г.	
	Вареники ленивые отварные	130	19,2	9,5	19,0	241	122,3	24,1	0,0	0,3	230 дош.пит. 2012 г.	
	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	0,9	2,7	21	12,5	1,7	0,0	0,1	351 дош.пит. 2012 г.	
	Какао с молоком	150	3,2	2,5	11,1	81	114,7	16,7	0,4	1,2	397 дош.пит. 2012 г.	сахар 6г
	Груши свежие	100	0,4	0,3	10,3	46	19,0	12,0	2,3	5,0	368 дош. пит. 2012 г.	
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	10	0,8	0,2	4,9	24	2,3	3,3	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Итого полдник:		450	24,4	13,5	51,5	429	280,5	70,1	3,4	9,1		
Итого за 5 день:			64,0	43,8	158,3	1260	575,8	183,9	19,8	84,7		
День 6												
Завтрак:												
	Масло (порционно)	5	0,0	1,5	0,7	33	4,0	0,0	0,0	0,0	6 дош. пит.2012 г.	
	Суп молочный с манной крупой	150	3,3	3,0	10,1	99	128,3	15,7	0,2	0,7	92 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	2,7	11	8,8	1,2	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (1,8г)
	Батон с витаминно-минеральной смесью	20	1,5	0,6	10,3	53	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
	Конфета мармеладная	20	3,0	1,2	20,6	72	14,0	19,0	1,6	0,0	ГОСТ	
Итого завтрак:		375	7,8	6,3	44,4	268	162,1	45,4	2,9	0,7		
2 завтрак:	Десерт фруктовый с грушей (1 вариант)	102	2,0	1,1	10,8	68	40,2	21,4	0,9	20,4	ТТК № 12	
		102	2,0	1,1	10,8	68	40,2	21,4	0,9	20,4		
Обед:												
	Винегрет овощной с луком зеленым, зеленью	30/1	0,4	1,9	2,3	29	10,1	6,4	0,3	4,0	45 дош.пит. 2012 г.	
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,0	2,9	5,1	51	26,0	13,4	0,5	11,1	67 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	5	0,1	0,8	0,1	8	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
	Гуляш из отварной говядины	100	12,9	10,3	3,3	158	24,3	22,7	1,0	0,5	277 дош.пит. 2012 г.	
	Каша гречневая вязкая	110	3,4	3,7	15,0	107	6,2	52,8	1,8	0,0	314 дош.пит 2012 г.	
	Напиток лимонный*	150	0,1	0,0	13,1	55	5,6	1,5	0,2	2,9	646 сб. рец. 1996 г.	сахар 12,8г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	20	1,6	0,2	9,8	48	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	

	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	19	1,3	0,2	8,2	39	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		585	20,9	20,0	56,9	495	87,8	113,3	4,9	18,5		
Уплот. полдник:												
	Икра овощная, зелень свежая	40/1	0,5	1,6	2,8	29	12,8	9,3	0,4	1,7	55 дош.пит. 2012 г.	
	Котлеты из горбуши любительские	60	10,1	5,1	4,1	103	25,9	20,1	0,6	1,6	256 дош.пит. 2012 г.	
	Картофель отварной, зелень свежая	120/1	2,3	3,5	18,4	114	11,7	23,5	0,9	16,8	318 дош.пит. 2012 г.	
	Сок фруктовый	170	0,9	0,0	17,2	77	11,9	6,8	2,3	3,4	399 дош.пит. 2012 г.	
	Эчпочмак с говядиной	50	2,1	3,5	11,4	85	11,9	9,7	0,7	0,7	101.49 сб.рец.нар. РФ	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	10	0,8	0,2	4,2	21	3,5	4,8	0,4	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		452	16,7	13,9	58,1	429	77,7	74,2	5,3	24,2		
Итого за 6 день:			47,4	41,3	170,2	1260	367,8	254,3	14,0	63,8		
День 7												
Завтрак:												
	Варенье (порционно)	10	0,1	0,0	7,2	28	1,2	0,9	0,0	0,2	ГОСТ	
	Суп молочный с пшеном	150	4,4	4,1	13,9	110	121,4	22,2	0,4	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	9,4	71	113,2	12,6	0,1	1,2	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 5г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	22	1,7	0,7	11,3	58	7,7	10,4	0,9	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		362	9,0	7,2	41,8	267	243,5	46,1	1,4	2,1		
2 завтрак:	Сок фруктовый	160	0,8	0,0	16,2	72	11,2	6,4	2,2	3,2	399 дош.пит. 2012 г.	
		160	0,8	0,0	16,2	72	11,2	6,4	2,2	3,2		
Обед:												
	Салат из соленых огурцов с луком, зеленью	30/1	0,3	1,5	0,9	18	9,2	4,7	0,2	3,7	19 дош.пит. 2012 г.	
	Борщ	150	1,0	2,9	6,6	56	28,3	14,0	0,6	6,3	56 дош.пит. 2012 г.	
	Говядина отварная для первых блюд	10	2,8	0,4	0,1	15	1,3	3,0	0,2	0,1	273 дош.пит. 2012 г.	
	Пампушки с чесноком	40	2,7	2,8	18,6	113	6,5	4,2	0,3	1,0	279 сбор.рец. 1998 г.	
	Сметана	5	0,1	0,8	0,1	8	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
	Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	180	9,4	2,3	16,5	124	33,6	38,7	1,4	7,3	302 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из сушеных фруктов*	150	0,3	0,0	16,8	68	23,9	4,5	0,9	0,3	376 дош.пит. 2012 г.	сахар 10г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	25	1,9	0,2	12,3	59	5,0	3,5	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	22	1,5	0,3	9,4	45	8,1	10,8	0,9	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		613	19,9	11,2	81,2	506	119,9	83,9	4,8	18,7		
Уплот. полдник:												
	Салат из белокочанной капусты со свеклой, зеленью	40/1	12,3	3,3	2,5	36	14,5	5,3	0,4	12,3	132/1 Дружинина 1994 г.	
	Запеканка картофельная с печенью, соус сметанный	120/20	7,9	5,0	21,6	162	23,0	30,8	2,8	4,1	291, 354 дош.пит. 2012 г.	
	Чай с молоком сгущенным	150	2,1	2,5	19,9	96	93,0	3,2	0,0	0,0	394а дош.пит. 2012 г.	
	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	15	1,1	0,2	6,2	31	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		456	26,4	11,0	63,2	415	265,8	60,7	3,9	17,1		
Итого за 7 день:			56,1	29,4	202,4	1260	640,4	197,1	12,3	41,1		
День 8												
Завтрак:												
	Паста сырная (порционно)	10	1,8	4,1	0,0	45	69,2	2,7	0,1	0,1	882 сбор.рец 1998 г.	
	Каша молочная "Дружба"	154	4,0	5,7	21,1	143	96,5	22,9	0,4	1,0	46 "Азбука питан"	
	Чай с шиповником	180	0,2	0,1	9,4	42	3,7	1,1	0,2	45,1	ТТК № 6	сахар 7,2г

	Батон с витаминно-минеральной смесью	20	1,5	0,6	10,3	53	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		364	7,5	10,5	40,8	283	176,4	36,2	1,5	46,2		
	Бананы свежие	50	0,8	0,3	10,5	48	4,0	21,0	0,3	5,0	368 дош. пит. 2012 г.	
2 завтрак:	Яблоки свежие	50	0,2	0,2	4,9	22	8,0	4,5	1,1	5,0	368 дош. пит. 2012 г.	
		100	1,0	0,5	15,4	70	12,0	25,5	1,4	10,0		
Обед:												
	Салат из белок. капусты с луком зеленым, зеленью	30/1	0,4	1,5	1,8	27	15,6	4,6	0,2	12,0	20 дош.пит. 2012 г.	
	Суп картофельный с клецками	150/12	1,4	2,2	7,9	57	15,2	12,9	0,5	3,7	85 дош.пит. 2012 г.	
	Цыпленок отварной для первых блюд	10	4,3	3,7	0,0	51	3,2	4,4	0,3	0,5	300 дош.пит. 2012 г.	
	Пудинг из минтая паровой	60	9,4	2,8	4,6	82	38,8	30,4	0,6	0,3	270 дош.пит. 2012 г.	
	Пюре картофельное	120	2,5	3,8	16,4	110	29,6	22,2	0,8	14,5	321 дош.пит. 2012 г.	
	Кисель из сока натурального*	180	0,5	0,1	15,5	65	1,0	14,1	3,0	0,3	382 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (10г)
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	20	1,6	0,2	9,8	48	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	33	2,3	0,4	13,5	66	16,0	16,7	1,3	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		616	22,4	14,7	69,4	506	124,0	111,9	7,1	31,3		
Уплот. полдник:												
	Салат из моркови с курагой	30	0,6	0,0	6,8	28	8,9	11,1	0,2	1,5	63 дош.пит. 2012 г.	
	Биточки манные с творогом	130	11,1	6,7	21,8	117	83,1	14,8	0,5	0,3	68 прод.и блюд.в дет.пит.	
	Молоко сгущенное	30	2,1	2,7	16,8	99	92,1	10,2	0,0	0,3	ГОСТ	
	Кефир	150	4,4	3,8	6,0	75	180,0	21,0	0,2	1,1	401 дош.пит. 2012 г.	
	Груши свежие	100	0,4	0,3	10,3	46	19,0	12,0	2,3	5,0	368 дош. пит. 2012 г.	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	15	1,2	0,2	7,4	36	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Итого полдник:		455	19,7	13,7	69,1	401	386,6	74,1	3,5	8,2		
Итого за 8 день:			50,7	39,4	194,7	1260	699,0	247,7	13,4	95,7		
День 9												
Завтрак:												
	Повидло (порционно)	10	0,0	0,0	6,5	25	1,4	0,7	0,1	0,1	ГОСТ	
	Омлет паровой натуральный	100	5,9	16,3	3,9	148	46,3	4,7	1,2	0,1	223 дош.пит. 2012 г.	без масла сл. на полив
	Кукуруза консервированная	40	1,6	0,5	0,9	47	1,7	0,5	0,0	4,0	101 сбор. рец. 2004 г.	
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	2,7	11	8,8	1,2	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	с умен.кол-м сахара (1,8г)
	Батон с витаминно-минеральной смесью	22	1,7	0,7	11,3	58	7,7	10,4	0,9	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		352	9,2	17,5	25,3	289	65,9	17,5	2,5	4,2		
2 завтрак:	Десерт фруктовый с грушей (1 вариант)	100	1,8	0,9	11,5	68	38,9	21,0	0,9	19,6	ТТК № 10	
		100	1,8	0,9	11,5	68	38,9	21,0	0,9	19,6		
Обед:												
	Салат зимний с луком зеленым, зеленью	30/1	0,6	2,1	3,7	36	8,2	8,9	0,3	6,3	134 "Пит. реб." 1994 г.	
	Суп-пюре гороховый с гренками	150	8,5	3,6	17,7	94	21,5	24,2	1,5	7,6	423 Дружинина 1994 г.	
	Фрикадельки из цыпленка	12	1,7	1,3	1,1	23	2,2	2,3	0,2	0,1	121 (2) дош.пит. 2012 г.	
	Шницель рубленый из говядины	60	9,3	7,1	9,6	139	26,1	19,3	0,9	0,1	282 дош.пит. 2012 г.	
	Капуста тушеная, зелень свежая	110/1	2,3	3,6	7,2	69	59,9	22,7	0,9	18,9	336 дош.пит. 2012 г.	
	Компот из свежих яблок*	150	0,1	0,1	10,9	61	1,3	10,9	2,7	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	сахар 12г
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	21	1,3	0,2	8,2	43	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		535	23,9	18,0	58,4	466	126,2	97,7	7,3	33,7		
Уплот полдник:												

	Салат овощной с яблоками и свеклой, зеленью	40/1	0,5	0,1	3,1	15	15,3	7,7	0,5	10,5	37 дош.пит. 2012 г.	
	Тефтели из минтая паровые	60	7,8	0,8	6,3	64	20,9	25,1	0,5	1,3	260 дош.пит. 2012 г.	
	Каша пшеничная вязкая	110	2,9	3,1	18,0	112	11,5	15,8	1,3	0,0	314 дош.пит 2012 г.	
	Какао с молоком	180	3,7	3,2	12,9	95	137,0	19,2	0,4	1,4	397 дош.пит. 2012 г.	сахар 7,2г
	Булочка молочная	50	4,6	1,0	26,1	132	30,2	18,3	0,7	0,1	479 дош.пит. 2012г	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	10	0,8	0,2	4,2	21	3,5	4,8	0,4	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		451	20,3	8,4	70,6	438	218,4	90,9	3,8	13,3		
Итого за 9 день:			55,2	44,7	165,8	1260	449,4	227,1	14,5	70,7		
День 10												
Завтрак:												
	Вафли (порционно)	10	0,3	0,3	7,7	35	0,8	0,6	0,1	0,0	ГОСТ	
	Каша овсянная жидкая молочнаяс сахаром и маслом	150/3/5	2,9	5,0	19,2	133	14,0	29,5	0,8	0,0	185 дош.пит 2012 г.	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	9,4	71	113,2	12,6	0,1	1,2	395 дош.пит. 2012 г.	сахар 5г
	Батон с витаминно-минеральной смесью	20	1,5	0,6	10,3	53	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Итого завтрак:		368	7,5	8,4	46,7	292	135,0	52,2	1,8	1,2		
2 завтрак:	Сок фруктовый	160	0,8	0,0	16,2	72	11,2	6,4	2,2	3,2	399 дош.пит. 2012 г.	
		160	0,8	0,0	16,2	72	11,2	6,4	2,2	3,2		
Обед:												
	Салат из свеклы с зеленым горошком, зеленью	30/1	0,5	1,3	2,6	24	10,6	6,3	0,4	4,4	34 дош.пит. 2012 г.	
	Рассольник	150	1,0	3,0	7,8	63	14,0	12,5	0,5	4,5	73 дош.пит. 2012 г.	
	Сметана	5	0,1	0,8	0,1	8	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
	Пудинг из печени	50	9,7	3,3	3,5	83	18,4	9,8	3,2	7,3	ТТК № 8	
	Соус сметанный с томатом	20	0,4	1,1	1,4	16	5,8	2,0	0,1	0,3	355 дош.пит.2012 г.	
	Макаронные изделия отварные	110	4,0	3,3	19,4	124	3,6	15,5	0,8	0,0	317 дош.пит. 2012 г.	
	Кисель из брусники*	150	0,1	0,1	20,3	82	9,2	0,8	0,1	1,4	378 дош.пит. 2012 г.	сахар 15г
	Хлеб пшеничный обогащенный витамин-и и микроэл-	21	1,8	0,2	10,7	50	5,1	7,3	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	14	1,1	0,2	6,2	29	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого обед:		551	18,7	13,1	72,0	478	76,0	61,8	6,1	17,9		
Уплот. полдник:												
	Салат из белокочанной капусты с яблоками, зеленью	30/1	0,5	2,4	1,7	31	12,1	5,1	0,3	8,6	132/1 Дружинина 1994 г.	
	Блинчики со сгущенным молоком	120	6,5	3,7	40,5	221	83,5	25,4	1,1	0,1	447 дош.пит. 2012 г.	
	Отвар из шиповника	180	0,6	0,3	8,7	51	10,8	3,1	0,5	180,0	155 сбор.рец. 1994 г.	
	Йогурт СХК	110	3,0	0,0	13,0	90	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащ. витамин-и и микроэл	12	0,9	0,2	5,0	25	4,2	5,7	0,5	0,0	ГОСТ 26983-15	
Итого полдник:		451	11,5	6,6	68,9	418	240,6	53,6	2,5	189,4		
Итого за 10 день:			38,4	28,1	203,7	1260	462,8	174,0	12,6	211,6		
Итого за весь период:			520	399	1788	12599	5413	2198	136	827		
Среднее значение за период:			52	40	179	1260	541	220	14	83		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за весь период, %			15	30	55	100	75	305	151	202		
Нормы по СанПиН белков, жиров, углеводов в % от калорийности:			12-15%	30-32%	55-58%	1260						

***Примечание** *: витаминизация 3-его блюда аскорбиновой кислотой 35 мг на 1 ребенкав сутки.*

Подготовил технолог МАДОУ "Надежда": Суюшева Ю.Г.

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэл	
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg
Борщ	**200**	1,3	3,9	8,7	**75**	37,7	18,6
Борщ	**150**	1,0	2,9	6,6	**56**	28,3	14,0
Борщ с капустой и картофелем	**200**	1,5	3,9	10,2	**82**	35,5	21,0
Борщ с капустой и картофелем	**150**	1,1	2,9	7,6	**62**	26,6	15,8
Борщ с картофелем	**200**	1,6	3,6	9,0	**83**	29,3	24,0
Борщ с картофелем	**150**	1,2	3,0	7,5	**62**	22,0	18,0
Борщ вегатарианский протертый	**200**	1,5	4,0	8,9	**78**	32,5	22,8
Борщ вегатарианский протертый	**150**	1,1	3,0	6,6	**58**	24,4	17,1
Борщ с фасолью и картофелем	**200**	2,8	4,1	10,4	**90**	40,2	27,6
Борщ с фасолью и картофелем	**150**	1,7	2,4	6,1	**53**	30,2	20,7
Борщ с мясом	**200/20**	7,9	5,8	11,0	**128**	49,6	36,6
Борщ с мясом	**150/15**	4,7	3,5	6,6	**77**	36,8	27,5
Щи из свежей капусты	**200**	1,4	3,9	5,3	**62**	40,2	14,6
Щи из свежей капусты	**180**	1,2	3,5	4,8	**56**	36,2	13,1
Щи из свежей капусты	**150**	1,0	2,9	4,0	**46**	30,1	11,0
Щи из свежей капусты с картофелем	**200**	1,4	3,9	6,8	**68**	34,7	17,9
Щи из свежей капусты с картофелем	**150**	1,0	2,9	5,1	**51**	26,0	13,4
Щи из квашеной капусты	**200**	1,2	3,8	3,8	**55**	37,3	13,7
Щи из квашеной капусты	**150**	0,9	2,9	2,9	**41**	27,9	10,2
Щи из квашеной капусты с картофелем	**200**	1,3	3,9	5,4	**62**	34,2	16,1
Щи из квашеной капусты с картофелем	**150**	1,0	2,9	4,0	**46**	25,6	12,1
Щи по- уральски (с пшеном)	**200**	1,6	3,9	5,9	**65**	35,3	18,5
Щи по- уральски (с пшеном)	**150**	1,2	3,0	4,4	**49**	26,5	13,9
Щи по- уральски (с перловой крупой)	**200**	1,5	3,9	5,9	**64**	35,7	16,8
Щи по- уральски (с перловой крупой)	**150**	1,2	2,9	4,4	**48**	26,8	12,6
Щи по- уральски (с рисовой крупой)	**200**	1,5	3,9	6,1	**65**	34,5	17,2
Щи по- уральски (с рисовой крупой)	**150**	1,1	2,9	4,6	**49**	25,9	12,9

Рассольник домашний	**200**	1,7	4,1	11,8	**91**	28,1	22,2
Рассольник домашний	**150**	1,0	2,4	7,1	**54**	21,1	16,7
Рассольник ленинградский(с перловой крупой)	**200**	1,7	4,1	13,3	**97**	21,2	20,7
Рассольник ленинградский(с перловой крупой)	**150**	1,3	3,1	10,0	**73**	15,9	15,5
Рассольник ленинградский(с рисовой крупой)	**200**	1,6	4,1	13,3	**97**	20,0	21,1
Рассольник ленинградский(с рисовой крупой)	**150**	1,0	2,5	8,0	**58**	15,0	15,8
Суп картофельный	**200**	1,9	2,3	13,3	**81**	20,7	24,9
Суп картофельный	**150**	1,1	1,5	10,0	**61**	15,5	18,7
Суп картофельный протертый с гренками	**200**	2,4	2,6	11,1	**78**	63,8	29,9
Суп картофельный протертый с гренками	**150**	1,8	2,0	8,4	**58**	47,8	22,4
Суп картофельный с перловой крупой	**200**	2,0	2,2	13,6	**83**	20,7	21,2
Суп картофельный с перловой крупой	**150**	1,5	1,7	10,2	**62**	15,5	15,9
Суп картофельный с рисовой крупой	**200**	1,6	2,2	11,7	**73**	18,4	20,0
Суп картофельный с рисовой крупой	**150**	1,2	1,6	8,8	**54**	13,8	15,0
Суп картофельный с пшеничной крупой	**200**	2,1	2,2	13,7	**84**	20,9	22,8
Суп картофельный с пшеничной крупой	**150**	1,6	1,7	10,3	**63**	15,7	17,1
Суп картофельный с овсяными хлопьями	**200**	2,2	2,6	13,1	**85**	22,8	27,3
Суп картофельный с овсяными хлопьями	**150**	1,7	2,0	9,9	**64**	17,1	20,5
Суп картофельный с пшенной крупой	**200**	1,7	2,3	11,4	**73**	19,2	21,3
Суп картофельный с пшенной крупой	**150**	1,3	1,7	8,6	**55**	14,4	16,0
Суп картофельный с фасолью	**200**	4,1	4,3	12,9	**107**	40,2	30,6
Суп картофельный с фасолью	**150**	3,1	3,2	9,7	**80**	30,2	23,0
Суп картофельный с горохом	**200**	4,4	4,2	13,1	**108**	30,4	28,2
Суп картофельный с горохом	**150**	2,6	2,5	7,8	**65**	22,8	21,2
Суп картофельный с макаронными изделиями	**200**	2,1	2,3	13,7	**84**	19,7	21,6
Суп картофельный с макаронными изделиями	**150**	1,6	1,7	10,3	**63**	14,8	16,2
Суп картофельный с вермишелью	**200**	2,1	2,3	13,7	**84**	19,7	21,6
Суп картофельный с вермишелью	**150**	1,3	1,7	8,2	**50**	14,8	16,2
Суп картофельный с лапшой домашней	**200**	2,3	2,3	13,5	**85**	21,4	21,5
Суп картофельный с лапшой домашней	**150**	1,4	1,4	8,1	**51**	16,0	16,2
Суп картофельны фрикадельками из говядины 200/20	**220**	5,8	4,6	13,6	**119**	25,5	104,0

Суп картофельны фрикадельками из говядины 150/12	**162**	4,3	3,4	10,0	**87**	18,8	76,6
Суп картофельны фрикадельками из свинины	**220**	4,6	4,2	14,6	**114**	24,5	30,6
Суп картофельны фрикадельками из свинины	**162**	3,4	3,1	10,8	**84**	18,0	22,6
Суп картофельный с клецками	**220**	1,8	3,0	10,7	**77**	20,7	17,6
Суп картофельный с клецками	**162**	1,4	2,2	7,9	**57**	15,2	12,9
Суп - лапша домашняя	**200**	1,8	4,1	9,5	**82**	15,8	8,4
Суп - лапша домашняя	**150**	1,3	3,0	7,2	**61**	11,8	6,3
Суп молочный овсяный протертый	**200**	7,0	6,7	20,7	**171**	191,0	41,1
Суп молочный овсяный протертый	**150**	5,2	5,0	15,5	**128**	143,2	30,8
Суп молочный рисовый протертый	**200**	4,8	5,3	14,4	**125**	169,6	22,5
Суп молочный рисовый протертый	**150**	3,6	4,0	10,8	**93**	127,2	16,9
Суп молочный с лапшой домашней №118	**200**	6,1	5,6	18,3	**148**	164,7	24,1
Суп молочный с лапшой домашней №118	**150**	4,5	4,2	13,7	**111**	123,6	181,0
Суп молочный с вермишелью	**200**	5,8	5,2	18,8	**145**	161,6	24,0
Суп молочный с вермишелью	**150**	4,3	3,9	14,1	**109**	121,2	18,0
Суп молочный с макаронными изделиями	**200**	5,8	5,2	18,8	**145**	161,6	24,1
Суп молочный с макаронными изделиями	**150**	4,3	3,9	14,1	**109**	121,1	18,1
Суп молочный с рисовой крупой	**200**	4,8	5,1	16,8	**132**	158,8	23,1
Суп молочный с рисовой крупой	**150**	3,6	3,8	12,6	**99**	119,1	17,3
Суп молочный с гречневой крупой	**200**	6,0	5,5	17,1	**142**	160,9	46,5
Суп молочный с гречневой крупой	**150**	4,5	4,2	12,8	**106**	120,7	34,9
Суп молочный с пшеном	**200**	5,8	5,5	18,6	**146**	161,9	29,6
Суп молочный с пшеном	**150**	4,4	4,1	13,9	**110**	121,4	22,2
Суп молочный с овсянными хлопьями "Геркулес"	**200**	5,9	0,9	17,9	**149**	165,6	36,2
Суп молочный с овсянными хлопьями "Геркулес"	**150**	4,4	0,7	13,5	**112**	124,2	27,2
Суп молочный с ячневой крупой	**200**	5,0	5,1	16,5	**132**	161,7	28,9
Суп молочный с ячневой крупой	**150**	3,7	3,8	12,4	**99**	121,3	21,7
Суп - пюре из зеленого горошка	**200**	3,5	4,4	13,9	**109**	87,7	23,4
Суп - пюре из зеленого горошка	**150**	2,7	3,3	10,5	**82**	65,8	17,5
Суп - пюре из птицы	**200**	7,8	9,1	10,0	**153**	85,2	19,4

Суп - пюре из птицы	**150**	5,9	6,8	7,5	**115**	63,9	14,5
Суп - пюре из мяса	**200**	5,9	4,9	10,0	**108**	82,3	18,3
Суп - пюре из мяса	**150**	3,5	2,9	6,0	**81**	61,8	13,7
Гренки из пшеничного хлеба	**20**	2,5	0,3	15,2	**74**	7,3	10,4
Гренки из пшеничного хлеба	**16**	2,0	0,2	12,2	**59**	5,8	8,3
Гренки из пшеничного хлеба	**12**	1,5	0,2	9,1	**44**	4,4	6,2
Фрикадельки мясные из говядины	**20**	3,8	2,0	0,2	**34**	3,1	5,6
Фрикадельки мясные из говядины	**12**	2,3	1,2	0,1	**20**	1,9	3,4
Фрикадельки мясные из свинины	**20**	2,5	8,0	0,2	**82**	3,0	4,2
Фрикадельки мясные из свинины	**12**	1,2	4,8	0,1	**49**	1,8	2,5
Суп молочный с манной крупой	**200**	5,5	5,0	16,9	**132**	171,1	20,9
Суп молочный с манной крупой	**150**	3,3	3,0	10,1	**99**	128,3	15,7
Суп молочный слизистый с овсяной крупой	**200**	6,2	6,2	17,3	**150**	178,4	35,6
Суп молочный слизистый с овсяной крупой	**150**	4,7	4,6	13,0	**112**	133,8	26,7
Суп молочный слизистый с рисовой крупой	**200**	5,4	5,4	19,6	**148**	170,1	26,1
Суп молочный слизистый с рисовой крупой	**150**	3,2	3,2	11,8	**89**	127,6	19,6
Суп молочный рисовый протертый	**200**	4,8	5,3	14,4	**125**	169,6	22,5
Суп молочный рисовый протертый	**150**	3,6	4,0	10,8	**93**	127,2	16,9
Суп картофельный фрикадельками из горбуши	**220**	5,8	3,6	14,7	**115**	18,0	29,3
Суп картофельный фрикадельками из горбуши	**162**	3,8	2,5	11,0	**82**	12,6	20,7
Суп картофельный фрикадельками из минтая	**220**	4,9	2,4	14,7	**102**	21,8	34,0
Суп картофельный фрикадельками из минтая	**162**	3,2	1,8	11,0	**74**	14,8	23,5
Фрикадельки рыбные с горбушей	**20**	3,9	1,2	0,3	**28**	5,1	6,2
Фрикадельки рыбные с горбушей	**12**	2,4	0,7	0,2	**17**	3,1	3,7
Фрикадельки рыбные с минтаем	**12**	3,1	0,0	0,3	**15**	8,8	10,9
Фрикадельки рыбные с минтаем	**20**	4,1	0,0	0,4	**20**	11,7	14,5
Суп молочный с овощами	**200**	4,5	4,3	13,1	**110**	145,9	27,9
Суп молочный с овощами	**150**	3,4	3,3	9,9	**82**	109,4	20,9
Суп картофельный с горбушей	**200/30**	9,6	4,8	15,9	**145**	21,0	36,0
Суп картофельный с горбушей	**150/25**	7,9	3,8	11,9	**113**	16,4	27,9
Суп картофельный с минтаем	**200/30**	7,9	2,4	15,9	**120**	28,4	45,2

Суп картофельный с минтаем	**150/25**	6,4	1,8	11,9	**92**	22,6	35,7
Борщ украинский	**200**	2,0	2,4	11,7	**77**	28,6	22,3
Борщ украинский	**150**	1,5	1,8	8,8	**58**	21,5	16,7
Пампушки с чесноком (50/15)	**65**	4,5	4,1	30,8	**182**	9,6	6,8
Пампушки с чесноком (40/13)	**53**	3,6	3,7	24,8	**151**	8,7	5,6
Пампушки с чесноком (30/10)	**40**	2,7	2,8	18,6	**113**	6,5	4,2
Суп овощной с цыпленком и сметаной	**200/30**	15,2	17,0	9,6	**253**	34,8	31,7
Суп овощной с цыпленком и сметаной	**150/25**	12,6	13,8	7,2	**204**	27,0	25,0
Борщ полтавский с галушками, цыпленок	**200/15**	9,7	7,8	44,5	**189**	32,6	29,7
Борщ полтавский с галушками, цыпленок	**150/10**	6,6	5,3	30,2	**129**	23,4	19,9
Борщ полтавский с галушками, филе	**200/15**	11,5	2,8	20,2	**151**	30,5	53,2
Борщ полтавский с галушками, филе	**150/10**	7,7	2,0	14,1	**104**	22,0	35,4
Цыпленок отварной для первых блюд	**10**	4,3	3,7	0,0	**51**	3,2	4,4
Филе птицы	**10**	3,1	0,3	0,1	**15**	1,1	11,4
Цыпленок отварной для первых блюд	**15**	6,5	5,6	0,0	**76**	4,8	6,6
Филе птицы	**15**	4,9	0,4	0,1	**23**	1,6	17,7
Мясо говядины отварное для первых блюд	**10**	2,8	0,4	0,1	**15**	1,3	3,0
Мясо говядины отварное для первых блюд	**15**	4,3	0,6	0,1	**23**	2,0	4,5
Суп овощной	**200**	2,0	4,3	9,3	**84**	24,0	21,3
Суп овощной	**150**	1,5	3,2	7,0	**63**	18,0	16,0
Свекольник со сметаной 200/7	**207**	2,7	3,6	16,8	**111**	42,7	35,3
Свекольник со сметаной 150/5	**155**	2,0	2,7	12,6	**83**	31,9	26,5
Рассольник	**200**	1,3	4,0	10,5	**83**	18,7	16,6
Рассольник	**150**	1,0	3,0	7,8	**63**	14,0	12,5
Суп молочный с тыквой и крупой манной	**200**	4,3	4,5	12,1	**106**	146,8	21,8
Суп молочный с тыквой и крупой манной	**150**	3,2	3,4	9,0	**80**	110,1	16,4
Суп молочный с тыквой и крупой пшенной	**200**	4,6	4,7	13,2	**113**	147,6	25,7
Суп молочный с тыквой и крупой пшенной	**150**	3,4	3,5	9,9	**85**	110,7	19,3
Суп-пюре из сборных овощей с мясом	**200/13**	6,8	9,2	13,0	**162**	67,3	34,2
Суп-пюре из сборных овощей с мясом	**150/10**	5,1	6,9	9,7	**122**	50,8	25,8
Суп по-домашнему, цыпленок	**200**	6,5	5,3	31,6	**138**	18,4	19,1

Суп по-домашнему, цыпленок	**150**	4,9	4,0	23,7	**104**	13,8	14,3
Суп по-домашнему, филе	**200**	7,5	2,3	17,1	**116**	17,2	33,1
Суп по-домашнему, филе	**150**	5,6	1,7	12,8	**87**	12,9	24,8
Суп крестьянский	**200**	2,4	2,0	14,0	**84**	21,4	24,5
Суп крестьянский	**150**	1,8	1,5	10,5	**63**	16,1	18,3
Суп-пюре гороховый с гренками	**200**	11,3	4,8	23,6	**125**	28,7	32,3
Суп-пюре гороховый с гренками	**150**	8,5	3,6	17,7	**94**	21,5	24,2
Суп-пюре из риса с картофелем и морковью	**200/4**	6,9	6,8	16,7	**93**	84,8	24,3
Суп-пюре из риса с картофелем и морковью	**150/3**	5,2	5,1	12,5	**70**	63,6	18,2
Щи с яблоками	**200**	0,7	3,6	3,9	**51**	18,8	9,3
Щи с яблоками	**150**	0,5	2,7	2,9	**39**	14,1	7,0
Суп из филе птицы с рисом	**200/20**	7,7	3,6	7,2	**88**	12,9	34,4
Суп из филе птицы с рисом	**150/15**	5,8	2,7	5,4	**66**	9,7	25,8
Суп с домашней лапшой и цыпленком	**200/20**	6,9	7,9	27,5	**126**	16,0	15,8
Суп с домашней лапшой и цыпленком	**150/15**	5,2	5,9	20,6	**95**	12,0	11,9
Суп-пюре из картофеля	**200**	3,9	4,8	18,8	**134**	100,7	31,5
Суп-пюре из картофеля	**150**	2,9	3,6	14,1	**101**	75,5	23,6
Фрикадельки из цыпленка	**12**	1,7	1,3	1,1	**23**		
Фрикадельки из цыпленка	**14**	2,0	1,5	1,3	**27**		
Фрикадельки из цыпленка	**15**	2,1	1,6	1,4	**29**		

ементы			
Fe	**Витамин "С", мг**	**№ ТТК и наименование сборника рецептур**	**Примечание**
0,9	8,4	56 дош.пит. 2012	
0,6	6,3	56 дош.пит. 2012	
1,0	8,2	57 дош.пит. 2012	
0,7	6,2	57 дош.пит. 2012	
1,1	7,2	58 дош.пит. 2012	
0,8	5,3	58 дош.пит. 2012	
1,1	10,5	60 дош.пит. 2012	
0,8	7,9	60 дош.пит. 2012	
1,4	5,0	63 дош.пит. 2012	
1,0	3,8	63 дош.пит. 2012	
1,8	12,5	62 дош.пит. 2012	
1,3	7,5	62 дош.пит. 2012	
0,5	16,0	66 дош.пит. 2012	
0,5	14,4	66 дош.пит. 2012	
0,4	12,0	66 дош.пит. 2012	
0,6	14,8	67 дош.пит. 2012	
0,5	11,1	67 дош.пит. 2012	
0,5	10,0	70 дош.пит. 2012	
0,4	7,5	70 дош.пит. 2012	
0,6	10,6	71 дош.пит. 2012	
0,4	8,0	71 дош.пит. 2012	
0,7	9,5	72 дош.пит. 2012	С пшеном
0,5	7,1	72 дош.пит. 2012	С пшеном
0,6	9,5	72 дош.пит. 2012	С перловой крупой
0,5	7,1	72 дош.пит. 2012	С перловой крупой
0,6	9,5	72 дош.пит. 2012	С рисовой крупой
0,5	7,1	72 дош.пит. 2012	С рисовой крупой

0,8	9,4	75 дош.пит. 2012	
0,6	7,1	75 дош.пит. 2012	
0,8	6,0	76 дош.пит. 2012	С перловой крупой
0,6	4,5	76 дош.пит. 2012	С перловой крупой
0,7	6,0	76 дош.пит. 2012	С рисовой крупой
0,6	3,6	76 дош.пит. 2012	С рисовой крупой
0,9	9,6	77 дош.пит. 2012	
0,7	7,2	77 дош.пит. 2012	
0,7	6,0	79 дош.пит. 2012	
0,5	4,5	79 дош.пит. 2012	
0,8	6,6	80 дош.пит. 2012	С перловой крупой
0,6	5,0	80 дош.пит. 2012	С перловой крупой
0,7	6,6	80 дош.пит. 2012	С рисовой крупой
0,5	5,0	80 дош.пит. 2012	С рисовой крупой
1,0	6,6	80 дош.пит. 2012	С пшеничной крупой
0,8	5,0	80 дош.пит. 2012	С пшеничной крупой
1,0	6,6	80 дош.пит. 2012	С овсяными хлопьями
0,7	5,0	80 дош.пит. 2012	С овсяными хлопьями
0,8	6,6	80 дош.пит. 2012	С пшенной крупой
0,6	5,0	80 дош.пит. 2012	С пшенной крупой
1,4	4,7	81 дош.пит. 2012	С фасолью
1,1	3,5	81 дош.пит. 2012	С фасолью
1,6	3,7	81 дош.пит. 2012	С горохом лущеным
1,2	2,8	81 дош.пит. 2012	С горохом лущеным
0,9	6,6	82 дош.пит. 2012	С макаронными изделиями
0,7	5,0	82 дош.пит. 2012	С макаронными изделиями
0,9	6,7	82 дош.пит. 2012	С вермишелью
0,7	5,0	82 дош.пит. 2012	С вермишелью
0,9	5,3	82 дош.пит. 2012	С лапшой домашней
0,7	4,0	82 дош.пит. 2012	С лапшой домашней
1,3	9,9	83 дош.пит. 2012	Фрикадельки из говядины

1,0	7,3	83 дош.пит. 2012	Фрикадельки из говядины
1,2	9,8	83 дош.пит. 2012	Фрикадельки из свинины
0,9	7,2	83 дош.пит. 2012	Фрикадельки из свинины
0,7	5,1	85 дош.пит. 2012 г.	
0,5	3,7	85 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,4	86 дош.пит. 2012 г.	
0,4	0,3	86 дош.пит. 2012 г.	
0,9	1,0	89 дош.пит. 2012 г.	
0,7	0,8	89 дош.пит. 2012 г.	
0,2	0,9	90 дош.пит. 2012 г.	
0,2	0,7	90 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,9	93 дош.пит. 2012 г.	С лапшой домашней №118
0,4	0,7	93 дош.пит. 2012 г.	С лапшой домашней №118
0,5	0,9	93 дош.пит. 2012 г.	С вермишелью
0,4	0,4	93 дош.пит. 2012 г.	С вермишелью
0,5	0,9	93 дош.пит. 2012 г.	С макаронными изделиями
0,4	0,7	93 дош.пит. 2012 г.	С макаронными изделиями
0,3	0,9	94 дош.пит. 2012 г.	С рисовой крупой
0,2	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	С рисовой крупой
1,1	0,9	94 дош.пит. 2012 г.	С гречневой крупой
0,8	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	С гречневой крупой
0,5	0,9	94 дош.пит. 2012 г.	С пшеном
0,4	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	С пшеном
0,7	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,6	94 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,9	94 дош.пит. 2012 г.	
0,4	0,7	94 дош.пит. 2012 г.	
0,5	2,0	101 дош.пит. 2012 г.	
0,4	1,5	101 дош.пит. 2012 г.	
0,6	0,6	104 дош.пит. 2012 г.	

0,4	0,4	104 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,3	105 дош.пит. 2012 г.	
0,4	0,2	105 дош.пит. 2012 г.	
0,6	0,0	115 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,0	115 дош.пит. 2012 г.	
0,4	0,0	115 дош.пит. 2012 г.	
0,3	0,2	121 дош.пит. 2012 г.	
0,2	0,1	121 дош.пит. 2012 г.	
0,3	0,2	121 дош.пит. 2012 г.	
0,2	0,1	121 дош.пит. 2012 г.	
0,3	1,0	92 дош.пит.2012	
0,2	0,7	92 дош.пит.2012	
0,7	1,0	91 дош.пит.2012	С овсяной крупой
0,5	0,7	91 дош.пит.2012	С овсяной крупой
0,3	0,8	91 дош.пит.2012	С рисовой крупой
0,2	0,6	91 дош.пит.2012	С рисовой крупой
0,2	0,9	90 дош.пит.2012	
0,2	0,7	90 дош.пит.2012	
1,0	18,2	84 дош.пит. 2012 г.	
0,8	13,3	84 дош.пит. 2012 г.	
1,1	18,2	84 дош.пит. 2012 г.	
0,8	13,3	84 дош.пит. 2012 г.	
0,1	0,6	124 дош.пит. 2012 г.	
0,1	0,4	124 дош.пит. 2012 г.	
0,2	0,5	124 дош.пит. 2012 г.	
0,3	0,7	124 дош.пит. 2012 г.	
6,0	7,7	97 дош.пит. 2012 г.	
0,4	5,8	97 дош.пит. 2012 г.	
1,2	19,5	13 сбор.рец. 1996г	С горбушой
0,9	14,7	13 сбор.рец. 1996г	С горбушой
1,2	19,4	13 сбор.рец. 1996г	С минтаем

0,9	14,6	13 сбор.рец. 1996г	С минтаем
1,0	2,0	278 сбор.рец. 1998г	
0,8	1,5	278 сбор.рец. 1998г	
0,5	0,1	279 сбор.рец. 1998г	
0,4	1,3	279 сбор.рец. 1998г	
0,3	1,0	279 сбор.рец. 1998г	
1,7	38,2	278 Сб.рец.нар.России	
1,3	28,7	278 Сб.рец.нар.России	
1,6	13,9	478 Сб.рец.ближ.заруб.	
1,1	10,4	478 Сб.рец.ближ.заруб.	
1,6	12,0	478 Сб.рец.ближ.заруб.	
1,1	10,0	478 Сб.рец.ближ.заруб.	
0,3	0,5	300 дош.пит. 2012 г.	цыпленок-бройлерный
0,2	0,0	300 дош.пит. 2012 г.	
0,4	0,7	300 дош.пит. 2012 г.	цыпленок-бройлерный
0,3	0,0	300 дош.пит. 2012 г.	филе птицы
0,2	0,1	273 дош.пит. 2012 г.	
0,4	0,2	273 дош.пит. 2012 г.	
0,7	20,9	53 Дружинина 2004г	
0,5	15,7	53 Дружинина 2004г	
1,7	20,4	91 сбор.тех.нор2001г	
1,3	15,4	91 сбор.тех.нор2001г	
0,7	6,0	73 дош.пит. 2012 г.	
0,5	4,5	73 дош.пит. 2012 г.	
0,3	2,1	95 дош.пит. 2012 г.	
0,3	1,6	95 дош.пит. 2012 г.	
0,5	0,2	95 дош.пит. 2012 г.	
0,3	0,2	95 дош.пит. 2012 г.	
1,4	12,8	54 пит.дет.в.саду 1961	
1,1	7,7	54 пит.дет.в.саду 1961	
0,9	9,1	421 сбор.рец 1998	

0,7	6,8	421 сбор.рец 1998	
0,9	8,7	421 сбор.рец 1998	
0,7	6,5	421 сбор.рец 1998	
0,8	18,8	140 Дружинина 1994	
0,6	14,1	140 Дружинина 1994	
2,0	10,1	423 Дружинина 1994	
1,5	7,6	423 Дружинина 1994	
0,6	7,5	424 Сбор.по диетолог.	
5,0	5,6	424 Сбор.по диетолог.	
0,6	13,6	433 Дружинина 1994	
0,5	10,2	433 Дружинина 1994	
1,2	3,3	434 молдав.кухня	цыпленок-бройлерный
1,0	2,5	434 молдав.кухня	цыпленок-бройлерный
1,0	2,0	434 молдав.кухня	
1,0	1,8	434 молдав.кухня	
0,9	6,8	99 дош.пит. 2012 г.	
0,7	5,1	99 дош.пит. 2012 г.	
	0,06	121 дош.пит. 2012 г.	
	0,07	121 дош.пит. 2012 г.	
	0,08	121 дош.пит. 2012 г.	

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Компот из яблок	**200**	0,2	0,2	19,9	**82**	1,7	14,5	3,6	0,9	372 дош.пит. 2012 г.	Яблоки
Компот из яблок	**180**	0,1	0,1	13,9	**73**	1,5	13,0	3,2	0,8	372 дош.пит. 2012 г.	Яблоки
Компот из яблок	**150**	0,1	0,1	10,9	**61**	1,3	10,9	2,7	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	Яблоки
Компот из груш	**200**	0,2	0,1	20,1	**78**	0,9	15,9	4,8	1,0	372 дош.пит. 2012 г.	Груши
Компот из груш	**180**	0,1	0,1	18,1	**74**	0,8	14,3	4,3	0,9	372 дош.пит. 2012 г.	Груши
Компот из груш	**150**	0,1	0,1	15,1	**62**	0,6	11,9	3,6	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	Груши
Компот из апельсинов	**200**	0,5	0,1	28,9	**119**	12,9	23,5	6,5	0,2	374 дош.пит. 2012 г.	Апельсины
Компот из апельсинов	**180**	0,4	0,1	25,6	**105**	11,6	21,2	5,9	0,2	374 дош.пит. 2012 г.	Апельсины
Компот из апельсинов	**150**	0,3	0,1	21,0	**86**	9,7	17,6	4,9	0,2	374 дош.пит. 2012 г.	Апельсины
Компот из мандарин	**200**	0,4	0,1	28,7	**117**	8,2	24,0	5,5	0,1	374 дош.пит. 2012 г.	Мандарины
Компот из мандарин	**180**	0,4	0,1	25,3	**103**	7,4	21,6	4,9	0,1	374 дош.пит. 2012 г.	Мандарины
Компот из мандарин	**150**	0,3	0,1	20,8	**85**	6,1	18,0	4,9	3,2	374 дош.пит. 2012 г.	Мандарины
Компот из сушеных фруктов	**200**	0,4	0,0	25,9	**105**	31,8	6,0	1,2	0,4	376 дош.пит. 2012 г.	
Компот из сушеных фруктов	**180**	0,4	0,0	23,1	**94**	28,6	5,4	1,1	0,4	376 дош.пит. 2012 г.	
Компот из сушеных фруктов	**150**	0,3	0,0	16,8	**68**	23,9	4,5	0,9	0,3	376 дош.пит. 2012 г.	
Кисель из клюквы	**200**	0,1	0,0	26,1	**105**	30,8	2,4	0,2	1,8	378 дош.пит. 2012 г.	Клюква
Кисель из клюквы	**180**	0,1	0,0	23,5	**95**	9,6	2,2	0,1	1,6	378 дош.пит. 2012 г.	Клюква
Кисель из клюквы	**150**	0,1	0,0	19,6	**79**	8,1	8,1	0,1	1,4	378 дош.пит. 2012 г.	Клюква
Кисель из брусники	**200**	0,1	0,1	27,0	**109**	12,3	1,1	0,1	1,8	378 дош.пит. 2012 г.	Брусника
Кисель из брусники	**180**	0,1	0,1	24,3	**98**	11,1	1,0	0,1	1,6	378 дош.пит. 2012 г.	Брусника
Кисель из брусники	**150**	0,1	0,1	20,3	**82**	9,2	0,8	0,1	1,4	378 дош.пит. 2012 г.	Брусника
Кисель из черники	**200**	0,2	0,1	28,5	**117**	7,4	1,2	0,2	2,0	378 дош.пит. 2012 г.	Черника
Кисель из черники	**180**	0,2	0,1	25,7	**105**	6,7	1,1	0,2	1,8	378 дош.пит. 2012 г.	Черника
Кисель из черники	**150**	0,1	0,1	21,4	**88**	5,6	0,9	0,2	1,5	378 дош.пит. 2012 г.	Черника
Кисель из яблок сушеных	**200**	0,2	0,0	26,7	**106**	12,1	2,9	0,7	0,2	379 дош.пит. 2012 г.	Яблоки сушеные
Кисель из яблок сушеных	**180**	0,2	0,0	24,1	**96**	10,8	2,6	0,6	0,1	379 дош.пит. 2012 г.	Яблоки сушеные
Кисель из яблок сушеных	**150**	0,2	0,0	20,1	**80**	9,0	14,6	0,5	0,1	379 дош.пит. 2012 г.	Яблоки сушеные
Кисель из кураги	**200**	0,9	0,1	23,6	**98**	32,3	16,2	0,6	0,5	380 дош.пит. 2012 г.	Курага
Кисель из кураги	**180**	0,8	0,1	20,7	**87**	29,0	15,1	0,5	0,4	380 дош.пит. 2012 г.	Курага
Кисель из кураги	**150**	0,7	0,0	16,5	**69**	24,2	12,6	0,4	0,4	380 дош.пит. 2012 г.	Курага
Кисель из плодов шиповника (витаминный)	**200**	0,2	0,1	27,5	**96**	13,5	1,1	0,3	48,8	381 дош.пит. 2012 г.	Плоды шиповника
Кисель из плодов шиповника (витаминный)	**180**	0,2	0,1	24,8	**85**	12,2	0,9	0,2	43,9	381 дош.пит. 2012 г.	Плоды шиповника
Кисель из плодов шиповника (витаминный)	**150**	0,2	0,1	20,6	**68**	10,1	0,8	0,2	36,6	381 дош.пит. 2012 г.	Плоды шиповника
Кисель из сока натур.(с ум.кол.сах.) 11г	**200**	0,6	0,1	17,2	**72**	1,1	15,7	3,4	3,4	382 дош.пит. 2012 г.	
Кисель из сока натур.(с ум.кол.сах.) 10г	**180**	0,5	0,1	15,5	**65**	1,0	14,1	3,0	0,3	382 дош.пит. 2012 г.	
Кисель из сока натур.(с ум.кол.сах.) 7г	**150**	0,4	0,0	12,9	**54**	0,8	11,8	2,5	0,3	382 дош.пит. 2012 г.	
Кисель из повидла	**200**	0,1	0,0	20,3	**81**	10,5	1,3	0,3	0,1	383 дош.пит. 2012 г.	Повидло
Кисель из повидла	**180**	0,1	0,0	18,0	**72**	9,5	1,2	0,3	0,1	383 дош.пит. 2012 г.	Повидло
Кисель из повидла	**150**	0,1	0,0	14,8	**59**	7,8	1,0	0,2	0,1	383 дош.пит. 2012 г.	Повидло
Кисель из джема	**200**	0,1	0,0	21,4	**86**	10,2	1,7	0,1	0,4	383 дош.пит. 2012 г.	Джем
Кисель из джема	**180**	0,1	0,0	19,1	**77**	9,1	1,5	0,1	0,3	383 дош.пит. 2012 г.	Джем

Кисель из джема	**150**	0,1	0,0	15,6	**63**	7,6	1,3	0,1	0,3	383 дош.пит. 2012 г.	Джем
Кисель из варенья	**200**	0,1	0,1	20,8	**86**	10,0	1,0	0,3	0,2	383 дош.пит. 2012 г.	Варенье
Кисель из варенья	**180**	0,1	0,1	18,6	**75**	10,8	0,9	0,3	0,2	383 дош.пит. 2012 г.	Варенье
Кисель из варенья	**150**	0,1	0,1	15,1	**61**	7,5	0,7	0,2	0,2	383 дош.пит. 2012 г.	Варенье
Кисель молочный	**200**	4,2	3,7	28,3	**163**	168,5	18,6	0,2	1,4	384 дош.пит. 2012 г.	Кисель молочный
Кисель молочный	**180**	3,8	3,4	25,3	**146**	151,6	16,7	0,2	1,3	384 дош.пит. 2012 г.	Кисель молочный
Кисель молочный	**150**	3,2	2,8	20,8	**121**	120,6	13,9	0,1	1,1	384 дош.пит. 2012 г.	Кисель молочный
Чай - заварка	**20**	0,0	0,0	0,0	**0**	1,9	0,9	0,2	0,2	391 дош.пит. 2012 г.	
Чай - заварка	**30**	0,1	0,0	0,0	**0**	2,9	1,3	0,2	0,3	391 дош.пит. 2012 г.	
Чай - заварка	**35**	0,1	0,0	0,0	**1**	4,9	1,5	0,3	0,5	391 дош.пит. 2012 г.	
Чай с сахаром 200\10	**200**	0,1	0,0	9,0	**36**	10,0	1,3	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	С сахаром
Чай с сахаром	**187**	0,1	0,0	7,0	**28**	10,0	1,3	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	С сахаром
Чай с сахаром 150/7	**150**	0,0	0,0	6,0	**24**	8,0	0,9	0,2	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	С сахаром
Чай с вареньем	**200\15**	0,1	0,1	11,4	**47**	13,7	2,8	0,6	0,3	392 дош.пит. 2012 г.	С вареньем
Чай с вареньем	**180\15**	0,1	0,1	10,2	**42**	11,3	2,1	0,4	0,2	392 дош.пит. 2012 г.	С вареньем
Чай с вареньем	**150\10**	0,1	0,0	6,8	**28**	8,9	1,4	0,3	0,2	392 дош.пит. 2012 г.	С вареньем
Чай с джемом	**200\15**	0,2	0,0	11,9	**49**	6,2	3,6	0,4	0,4	392 дош.пит. 2012 г.	С джемом
Чай с джемом	**180\15**	0,1	0,0	10,8	**44**	4,7	2,7	0,3	0,4	392 дош.пит. 2012 г.	С джемом
Чай с джемом	**150\10**	0,1	0,0	7,2	**29**	3,2	1,8	0,2	0,3	392 дош.пит. 2012 г.	С джемом
Чай с лимоном	**208**	0,1	0,0	8,4	**34**	14,2	2,4	0,3	3,1	393 дош.пит. 2012 г.	С лимоном
Чай с лимоном	**187**	0,1	0,0	7,3	**29**	12,8	2,2	0,3	2,8	393 дош.пит. 2012 г.	С лимоном
Чай с лимоном	**153,5**	0,1	0,0	4,2	**17**	9,4	1,3	0,2	1,4	393 дош.пит. 2012 г.	С лимоном
Чай с молоком	**200**	3,0	2,6	13,9	**91**	126,5	15,4	0,4	1,5	394 дош.пит. 2012 г.	С молоком
Чай с молоком	**180**	2,7	2,3	12,3	**81**	113,9	13,9	0,4	1,3	394 дош.пит. 2012 г.	С молоком
Чай с молоком	**170**	2,5	2,2	11,6	**77**	107,6	13,1	0,4	1,2	394 дош.пит. 2012 г.	
Чай с молоком	**150**	2,7	2,3	10,3	**73**	112,0	13,5	0,3	1,2	394 дош.пит. 2012 г.	С молоком
Кофейный напиток с молоком	**200**	3,2	2,7	11,0	**81**	125,7	14,0	0,1	1,3	395 дош.пит. 2012 г.	С молоком
Кофейный напиток с молоком	**180**	2,9	2,4	9,4	**71**	113,2	12,6	0,1	1,2	395 дош.пит. 2012 г.	С молоком
Кофейный напиток с молоком	**170**	2,7	2,3	8,9	**67**	106,9	11,9	0,1	1,1	395 дош.пит. 2012 г.	
Кофейный напиток с молоком	**160**	2,5	2,1	8,4	**63**	100,6	11,2	0,1	1,0	395 дош.пит. 2012 г.	
Кофейный напиток с молоком	**150**	2,4	2,0	7,6	**58**	94,3	10,5	0,1	1,0	395 дош.пит. 2012 г.	С молоком
Кофейный напиток с молоком сгущенным	**200**	2,9	2,0	20,9	**113**	128,7	12,8	0,1	0,4	396 дош.пит. 2012 г.	С молоком сгущенным
Кофейный напиток с молоком сгущенным	**180**	2,6	1,8	18,8	**102**	115,9	11,6	0,1	0,3	396 дош.пит. 2012 г.	С молоком сгущенным
Кофейный напиток с молоком сгущенным	**165**	2,4	1,6	17,3	**94**	106,2	10,6	0,1	0,3	396 дош.пит. 2012 г.	
Кофейный напиток с молоком сгущенным	**150**	2,2	1,5	15,5	**84**	95,5	9,5	0,1	0,3	396 дош.пит. 2012 г.	С молоком сгущенным
Какао с молоком	**200**	4,1	3,5	14,7	**107**	152,2	21,3	0,5	1,6	397 дош.пит. 2012 г.	Какао с молоком
Какао с молоком	**180**	3,7	3,2	12,9	**95**	137,0	19,2	0,4	1,4	397 дош.пит. 2012 г.	Какао с молоком
Какао с молоком	**150**	3,2	2,5	11,1	**81**	114,7	16,7	0,4	1,2	397 дош.пит. 2012 г.	Какао с молоком
Напиток из шиповника	**200**	0,7	0,3	19,7	**84**	21,3	3,4	0,6	100,0	398 дош.пит. 2012 г.	Напиток из шиповника
Напиток из шиповника	**180**	0,6	0,3	17,7	**75**	19,2	3,1	0,6	90,0	398 дош.пит. 2012 г.	Напиток из шиповника
Напиток из шиповника	**170**	0,6	0,2	16,7	**71**	18,1	2,9	0,6	85,0	398 дош.пит. 2012 г.	
Напиток из шиповника	**150**	0,5	0,2	14,2	**61**	16,0	2,6	0,5	75,0	398 дош.пит. 2012 г.	Напиток из шиповника
Напиток из шиповника (+1г сахара)	**200**	0,7	0,3	20,7	**88**	21,3	3,4	0,6	100,0	398 дош.пит. 2012 г.	
Сок фруктовый	**200**	1,0	0,0	20,2	**90**	14,0	8,0	2,8	4,0	399 дош.пит. 2012 г.	
Сок фруктовый	**190**	1,0	0,0	19,2	**86**	13,3	7,6	2,7	3,8	399 дош.пит. 2012 г.	

Сок фруктовый	**180**	0,9	0,0	18,2	**81**	12,6	7,2	2,5	3,6	399 дош.пит. 2012 г.	
Сок фруктовый	**170**	0,9	0,0	17,2	**77**	11,9	6,8	2,3	3,4	399 дош.пит. 2012 г.	
Сок фруктовый	**160**	0,8	0,0	16,2	**72**	11,2	6,4	2,2	3,2	399 дош.пит. 2012 г.	
Сок фруктовый	**150**	0,8	0,0	15,2	**68**	10,5	6,0	2,1	3,0	399 дош.пит. 2012 г.	
Сок томатный	**200**	2,0	0,2	5,8	**33**	14,0	24,0	1,0	20,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок томатный
Сок томатный	**180**	1,8	0,2	5,2	**30**	12,6	21,6	0,9	18,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок томатный
Сок томатный	**150**	1,5	0,2	4,4	**25**	10,5	18,0	0,8	15,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок томатный
Сок морковный	**200**	2,2	0,2	25,2	**111**	38,0	14,0	1,2	6,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок морковный
Сок морковный	**180**	2,0	0,2	22,7	**100**	34,2	12,6	1,1	5,4	399 дош.пит. 2012 г.	Сок морковный
Сок морковный	**150**	1,7	0,2	18,9	**84**	28,5	10,5	0,9	4,5	399 дош.пит. 2012 г.	Сок морковный
Сок яблочный	**200**	1,0	0,0	20,2	**84**	14,0	8,0	2,8	4,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок яблочный
Сок яблочный	**180**	0,9	0,0	18,2	**76**	12,6	7,2	2,5	3,6	399 дош.пит. 2012 г.	Сок яблочный
Сок яблочный	**150**	0,8	0,0	15,2	**64**	10,5	6,0	2,1	3,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок яблочный
Сок абрикосовый	**200**	1,0	0,0	25,4	**105**	40,0	20,0	0,3	8,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок абрикосовый
Сок абрикосовый	**180**	0,9	0,0	22,9	**95**	36,0	18,0	0,4	7,2	399 дош.пит. 2012 г.	Сок абрикосовый
Сок абрикосовый	**150**	0,8	0,0	19,1	**79**	25,5	9,0	0,5	6,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок абрикосовый
Сок вишневый	**200**	1,4	0,4	22,8	**100**	34,0	12,0	0,6	14,8	399 дош.пит. 2012 г.	Сок вишневый
Сок вишневый	**180**	1,3	0,4	20,5	**90**	30,6	10,8	0,5	13,3	399 дош.пит. 2012 г.	Сок вишневый
Сок вишневый	**150**	1,1	0,3	17,1	**75**	25,5	9,0	0,5	11,1	399 дош.пит. 2012 г.	Сок вишневый
Сок виноградный	**200**	0,6	0,4	32,6	**137**	40,0	18,0	0,8	4,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок виноградный
Сок виноградный	**180**	0,5	0,4	29,3	**123**	36,0	16,2	0,7	3,6	399 дош.пит. 2012 г.	Сок виноградный
Сок виноградный	**150**	0,5	0,3	24,5	**102**	30,0	13,5	0,6	3,0	399 дош.пит. 2012 г.	Сок виноградный
Молоко кипяченое	**200**	6,1	5,4	10,1	**113**	252,0	29,4	0,2	2,7	400 дош.пит. 2012 г.	Молоко
Молоко кипяченое	**180**	5,5	4,9	9,1	**102**	226,8	26,5	0,2	2,5	400 дош.пит. 2012 г.	Молоко
Молоко кипяченое	**150**	4,6	4,1	7,6	**85**	189,6	22,1	0,2	2,0	400 дош.пит. 2012 г.	Молоко
Кефир	**200**	5,8	5,0	8,0	**100**	240,0	28,0	0,2	1,4	401 дош.пит. 2012 г.	Кефир
Кефир	**180**	5,2	4,5	7,2	**90**	216,0	25,2	0,2	1,3	401 дош.пит. 2012 г.	Кефир
Кефир	**160**	4,6	4,0	6,4	**80**	192,0	22,4	0,2	1,1	401 дош.пит. 2012 г.	
Кефир	**150**	4,4	3,8	6,0	**75**	180,0	21,0	0,2	1,1	401 дош.пит. 2012 г.	Кефир
Ряженка	**200**	5,8	5,0	8,4	**102**	248,0	28,0	0,2	0,6	401 дош.пит. 2012 г.	Ряженка
Ряженка	**180**	5,2	4,5	7,6	**92**	223,2	25,2	0,2	0,5	401 дош.пит. 2012 г.	Ряженка
Ряженка	**160**	4,7	4,1	6,7	**81**	198,0	22,4	0,2	0,5	401 дош.пит. 2012 г.	
Ряженка	**150**	4,4	3,8	6,3	**76**	186,0	21,0	0,2	0,5	401 дош.пит. 2012 г.	Ряженка
Ацидофилин	**200**	6,0	2,0	8,0	**74**	240,0	30,0	0,2	1,6	401 дош.пит. 2012 г.	Ацидофилин
Ацидофилин	**180**	5,4	1,8	7,2	**67**	216,0	27,0	0,2	1,4	401 дош.пит. 2012 г.	Ацидофилин
Ацидофилин	**150**	4,5	1,5	6,0	**56**	180,0	22,5	0,2	1,2	401 дош.пит. 2012 г.	Ацидофилин
Напиток из смородины	**200**	0,1	0,0	22,7	**91**	9,7	7,8	0,4	50,0	647 Сбор. Рец.1996 г.	
Напиток из смородины	**180**	0,1	0,0	20,4	**82**	8,7	7,0	0,4	45,0	647 Сбор. Рец.1996 г.	
Напиток из смородины	**150**	0,1	0,0	17,0	**68**	7,3	5,9	0,3	37,5	647 Сбор. Рец.1996 г.	
Напиток клюквенный	**200**	0,1	0,0	22,7	**91**	4,2	3,5	0,2	3,8	647 Сбор. Рец.1996 г.	Напиток клюквенный
Напиток клюквенный	**180**	0,1	0,0	20,4	**82**	3,8	3,4	0,2	3,4	647 Сбор. Рец.1996 г.	Напиток клюквенный
Напиток клюквенный	**150**	0,1	0,0	17,0	**68**	3,4	3,1	0,2	2,9	647 Сбор. Рец.1996 г.	Напиток клюквенный
Напиток брусничный	**200**	0,2	0,1	23,6	**96**	7,0	1,8	0,2	3,8	647 Сбор. Рец.1996 г.	Напиток брусничный
Напиток брусничный	**180**	0,2	0,1	21,2	**87**	6,3	1,6	0,2	3,4	647 Сбор. Рец.1996 г.	Напиток брусничный
Напиток брусничный	**150**	0,1	0,1	17,7	**72**	5,7	1,5	0,2	2,9	647 Сбор. Рец.1996 г.	Напиток брусничный

Кисель из яблок свежих	**200**	0,1	0,0	26,6	**94**	8,6	2,7	0,7	3,0	936 Сбор. Рец.1998 г.	Яблоки свежие
Кисель из яблок свежих	**180**	0,1	0,0	24,0	**85**	7,7	2,4	0,6	2,7	936 Сбор. Рец.1998 г.	Яблоки свежие
Кисель из яблок свежих	**150**	0,1	0,0	20,0	**71**	6,5	2,0	0,5	2,3	936 Сбор. Рец.1998 г.	Яблоки свежие
Компот из яблок свежих протёртый	**200**	0,2	0,2	21,9	**91**	6,9	3,6	0,9	4,0	156 Сбор. Рец.1994 г.	Яблоки свежие
Компот из яблок свежих протёртый	**180**	0,1	0,2	19,7	**82**	6,2	3,2	0,8	3,6	156 Сбор. Рец.1994 г.	Яблоки свежие
Компот из яблок свежих протёртый	**150**	0,1	0,2	16,4	**68**	5,2	2,7	0,7	3,0	156 Сбор. Рец.1994 г.	Яблоки свежие
Отвар из шиповника	**200**	0,7	0,3	9,7	**57**	12,0	3,4	0,6	200,0	155 Сбор. Рец.1994 г.	Напиток из шиповника
Отвар из шиповника	**180**	0,6	0,3	8,7	**51**	10,8	3,1	0,5	180,0	155 Сбор. Рец.1994 г.	Напиток из шиповника
Отвар из шиповника	**150**	0,5	0,2	6,5	**38**	8,1	2,3	0,4	135,0	155 Сбор. Рец.1994 г.	Напиток из шиповника
Компот из черной смородины	**200**	0,3	0,1	22,2	**91**	11,4	9,3	0,5	60,0	375 дош.пит.2012	
Компот из черной смородины	**180**	0,3	0,1	20,0	**82**	10,3	8,4	0,5	45,0	375 дош.пит.2012	
Компот из черной смородины	**150**	0,2	0,1	16,7	**68**	8,6	7,0	0,4	37,5	375 дош.пит.2012	
Компот из свежих фруктов	**200**	0,2	0,2	20,5	**87**	12,8	6,3	1,0	11,9	170 Пит.зд.и бол.ребен.	
Компот из свежих фруктов	**180**	0,2	0,2	18,5	**78**	11,5	5,7	0,9	10,7	170 Пит.зд.и бол.ребен.	
Компот из свежих фруктов	**150**	0,2	0,2	15,4	**65**	9,6	4,7	0,8	8,9	170 Пит.зд.и бол.ребен.	
Кисель из черной смородины	**200**	0,3	0,1	26,2	**79**	14,9	9,3	0,4	60,0	240 Пит.дет.Снигур М.И.	
Кисель из черной смородины	**180**	0,3	0,1	23,6	**71**	13,4	8,4	0,4	54,0	240 Пит.дет.Снигур М.И.	
Кисель из черной смородины	**150**	0,2	0,1	19,7	**59**	11,2	7,0	0,3	45,0	240 Пит.дет.Снигур М.И.	
Чай с шиповником	**200**	0,2	0,1	10,4	**46**	4,1	1,2	0,2	50,1	ТТК № 6	новая ттк
Чай с шиповником	**180**	0,2	0,1	9,4	**42**	3,7	1,1	0,2	45,1	ТТК № 6	новая ттк
Чай с шиповником	**150**	0,2	0,1	7,8	**35**	3,1	0,9	0,2	37,6	ТТК № 6	новая ттк
Чай с молоком сгущенным	**200**	2,8	3,3	26,5	**128**	124,0	4,3	0,0	0,0	394а дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с молоком сгущенным	**180**	2,5	3,0	23,9	**116**	111,6	3,9	0,0	0,0	394а дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с молоком сгущенным	**150**	2,1	2,5	19,9	**96**	93,0	3,2	0,0	0,0	394а дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Какао с молоком сгущенным	**200**	3,9	4,2	25,8	**157**	144	60,0	2,7	0,0	397а дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Какао с молоком сгущенным	**180**	3,5	3,8	23,2	**142**	130	54,0	2,4	0,0	397а дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Какао с молоком сгущенным	**150**	2,9	3,2	19,4	**118**	108	45,0	2,0	0,0	397а дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Напиток апельсиновый	**200**	0,2	0,0	18,7	**77**	9,3	2,2	0,1	9,5	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток апельсиновый	**180**	0,2	0,0	16,8	**69**	8,4	2,0	0,1	8,6	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток апельсиновый	**150**	0,2	0,0	14,0	**58**	7,0	1,7	0,1	7,1	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток лимонный	**200**	0,1	0,0	17,4	**73**	6,9	1,9	0,2	6,4	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток лимонный	**180**	0,1	0,0	15,7	**66**	6,2	1,7	0,2	3,4	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток лимонный	**150**	0,1	0,0	13,1	**55**	5,6	1,5	0,2	2,9	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Чай с умен.кол-м сахара 200/2	**200**	0,1	0,0	3,0	**12**	9,8	1,3	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с умен.кол-м сахара 180/1,8	**180**	0,0	0,0	2,7	**11**	8,8	1,2	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с умен.кол-м сахара 150/1,5	**150**	0,0	0,0	2,3	**9**	7,3	1,0	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из яблок с умен.кол-м сахара (12г)	**200**	0,2	0,2	15,9	**66**	1,7	14,5	3,6	0,9	372 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из яблок с умен.кол-м сахара (10,8г)	**180**	0,1	0,1	14,3	**59**	1,5	13,0	3,2	0,8	372 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из яблок с умен.кол-м сахара (9г)	**150**	0,1	0,1	11,9	**49**	1,3	10,9	2,7	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из груш с умен.кол-м сахара	**200**	0,2	0,1	16,1	**62**	0,9	15,9	4,8	1,0	372 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из груш с умен.кол-м сахара	**180**	0,2	0,1	14,5	**56**	0,8	14,3	4,3	0,9	372 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из груш с умен.кол-м сахара	**150**	0,1	0,1	12,1	**47**	0,6	11,9	3,6	0,7	372 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с умен.кол-м сахара 200/7	**200**	0,1	0,0	9,0	**32**	10,0	1,3	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с умен.кол-м сахара 180/6,3	**180**	0,0	0,0	8,1	**29**	9,0	1,2	0,3	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Чай с умен.кол-м сахара 150/5,3	**150**	0,0	0,0	6,7	**24**	7,5	1,0	0,2	0,0	392 дош.пит. 2012 г.	новая ттк

Компот из сушеных фруктов (с ум.кол.сах)	**200**	0,4	0,0	23,9	**97**	31,8	6,0	1,2	0,4	376 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из сушеных фруктов (с ум.кол.сах)	**180**	0,4	0,0	21,5	**87**	28,6	5,4	1,1	0,4	376 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Компот из сушеных фруктов (с ум.кол.сах)	**150**	0,3	0,0	17,9	**73**	23,9	4,5	0,9	0,3	376 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Напиток апельсиновый (с ум.кол.сах 13г)	**200**	0,2	0,0	14,7	**61**	9,2	2,2	0,1	9,5	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток апельсиновый (с ум.кол.сах 11,7г)	**180**	0,2	0,0	13,2	**55**	8,3	2,0	0,1	8,6	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток апельсиновый (с ум.кол.сах 9,8г)	**150**	0,2	0,0	11,0	**46**	6,9	1,7	0,1	7,1	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток лимонный (с ум.кол.сах 13г)	**200**	0,1	0,0	13,4	**57**	6,8	1,9	0,2	6,4	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток лимонный (с ум.кол.сах 11,7г)	**180**	0,1	0,0	12,1	**51**	6,1	1,7	0,2	5,8	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Напиток лимонный (с ум.кол.сах 9,8г)	**150**	0,1	0,0	10,1	**43**	5,1	1,4	0,2	4,8	646 сб.рец.и бл.1996	новая ттк
Кисель из клюквы (с ум.кол.сах 13,5г)	**200**	0,1	0,0	19,6	**79**	30,7	2,4	0,2	1,8	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из клюквы (с ум.кол.сах 12,2г)	**180**	0,1	0,0	17,6	**71**	27,6	2,2	0,1	1,6	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из клюквы (с ум.кол.сах 10,1г)	**150**	0,1	0,0	14,7	**59**	23,0	1,8	0,1	1,4	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из брусники (с ум.кол.сах 13,5г)	**200**	0,1	0,1	13,5	**83**	12,2	1,1	0,1	1,8	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из брусники (с ум.кол.сах 12,2г)	**180**	0,1	0,1	12,2	**75**	11,0	1,0	0,1	1,6	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из брусники (с ум.кол.сах 10,1г)	**150**	0,1	0,1	10,1	**62**	9,2	0,8	0,1	1,4	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из черники (с ум.кол.сах 13,5г)	**200**	0,2	0,1	22,0	**91**	7,3	1,2	0,2	2,0	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из черники (с ум.кол.сах 12,2г)	**180**	0,2	0,1	19,8	**82**	6,6	1,1	0,2	1,8	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк
Кисель из черники (с ум.кол.сах 10,1г)	**150**	0,1	0,1	16,5	**68**	5,5	0,9	0,2	1,5	378 дош.пит. 2012 г.	новая ттк

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Салат из горошка зеленого консервированного	**30**	0,9	1,6	1,9	**25**	6,4	6,2	0,2	3,3	10 дош.пит. 2012 г.	
Салат из горошка зеленого консервированного	**50**	1,5	2,7	3,2	**42**	10,7	10,3	0,3	5,5	10 дош.пит. 2012 г.	
Салат из репчатого лука	**30**	0,4	1,9	2,3	**28**	8,8	4	0,2	2,9	11 дош.пит. 2012 г.	
Салат из репчатого лука	**50**	0,7	3,2	3,8	**47**	14,7	6,7	0,4	4,8	11 дош.пит. 2012 г.	
Салат из кукурузы (консервированной)	**30**	0,9	1,9	2,4	**30**	5,6	5,9	0,2	2,8	12 дош.пит. 2012 г.	
Салат из кукурузы (консервированной)	**50**	1,4	3,1	4,0	**50**	9,3	9,8	0,3	4,7	12 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих огурцов	**30**	0,2	1,8	0,7	**20**	6,6	4,0	0,2	2,9	13 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих огурцов	**50**	0,4	3,0	1,2	**34**	10,9	6,7	0,3	4,8	13 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	**30**	0,3	1,9	1,4	**24**	5,3	5,3	0,3	6,1	14 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	**50**	0,6	3,1	2,4	**40**	8,8	8,9	0,4	10,2	14 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих помидоров с луком зеленым	**30**	0,3	1,9	1,0	**22**	9,9	5,6	0,3	7,5	14 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих помидоров с луком зеленым	**50**	0,6	3,1	1,7	**37**	16,5	9,3	0,4	12,5	14 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих помидоров и огурцов	**30**	0,2	1,9	1,1	**22**	5,6	4,9	0,2	5,0	15 дош.пит. 2012 г.	с луком репчатым
Салат из свежих помидоров и огурцов	**50**	0,5	3,1	1,9	**37**	9,3	8,3	0,4	5,3	15 дош.пит. 2012 г.	с луком репчатым
Салат из свежих помидоров и огурцов	**30**	0,3	1,8	0,9	**21**	8,0	4,9	0,2	5,7	15 дош.пит. 2012 г.	с луком зеленым
Салат из свежих помидоров и огурцов	**50**	0,5	3,0	1,5	**36**	13,4	8,3	0,4	9,5	15 дош.пит. 2012 г.	с луком зеленым
Салат летний	**30**	0,4	1,6	1,9	**23**	7,1	5,4	0,2	5,6	16 дош.пит. 2012 г.	
Салат летний	**50**	0,7	2,7	3,2	**39**	11,8	9,0	0,3	9,3	16 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих овощей с яблоками	**30**	0,3	1,6	1,6	**21**	6,5	5,9	0,3	3,8	17 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих овощей с яблоками	**50**	0,4	2,6	2,6	**36**	10,9	9,8	0,5	6,3	17 дош.пит. 2012 г.	
Салат овощной с яблоками	**30**	0,4	1,6	2,6	**26**	5,5	5,0	0,3	4,2	18 дош.пит. 2012 г.	
Салат овощной с яблоками	**50**	0,7	2,6	4,4	**44**	9,2	8,4	0,5	7,0	18 дош.пит. 2012 г.	
Салат из соленых огурцов с луком	**30**	0,3	1,5	0,8	**18**	7,0	4,0	0,2	1,7	19 дош.пит. 2012 г.	
Салат из соленых огурцов с луком	**50**	0,4	2,6	1,3	**30**	11,6	6,7	0,3	2,8	19 дош.пит. 2012 г.	
Салат из белокочанной капусты с луком зеленым	**40**	0,5	2,0	2,2	**34**	17,9	5,3	0,2	14,0	20 дош.пит. 2012 г.	
Салат из белокочанной капусты с луком зеленым	**30**	0,4	1,5	1,7	**26**	13,4	3,9	0,2	10,5	20 дош.пит. 2012 г.	
Салат из белокочанной капусты с луком зеленым	**50**	0,7	2,5	2,8	**43**	22,3	6,6	0,3	17,5	20 дош.пит. 2012 г.	
Салат из белокочанной капусты с морковью	**30**	0,4	1,5	1,8	**26**	11,2	4,6	0,2	9,7	20 дош.пит. 2012 г.	
Салат из белокочанной капусты с морковью	**50**	0,7	2,5	3,0	**44**	18,7	7,6	0,3	16,2	20 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с солеными огурцами	**30**	0,4	1,6	2,6	**26**	6,4	6,6	0,2	3,6	22 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с солеными огурцами	**50**	0,7	2,6	4,3	**43**	10,7	11,0	0,4	6,0	22 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с огурцами	**30**	0,5	1,3	3,8	**29**	5,6	6,2	0,3	5,6	23 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с огурцами	**50**	0,9	2,2	6,4	**48**	9,4	10,3	0,4	9,4	23 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с помидорами	**30**	0,5	1,6	3,4	**30**	4,8	7,0	0,3	7,2	24 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с помидорами	**50**	0,9	2,7	5,7	**50**	8,0	11,7	0,5	12,0	24 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с зеленым горошком	**30**	0,6	1,6	2,9	**28**	7,9	7,1	0,3	4,7	25 дош.пит. 2012 г.	
Салат из картофеля с зеленым горошком	**50**	1,0	2,6	4,9	**47**	13,2	11,9	0,4	7,8	25 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свеклы с черносливом	**30**	0,3	1,7	1,3	**22**	2,3	1,3	0,3	5,3	28 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с черносливом	**50**	0,5	2,8	2,2	**37**	3,8	2,2	0,5	8,8	28 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с яблоками и огурцами	**30**	0,3	1,5	2,1	**24**	9,1	4,9	0,4	3,1	29 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с яблоками и огурцами	**50**	0,5	2,6	3,5	**39**	15,2	8,2	0,7	5,2	29 дош.пит. 2012	

Салат из яблок с черносливом	**30**	0,3	0,1	8,7	**37**	10,0	10,1	0,7	2,2	30 дош.пит. 2012	
Салат из яблок с черносливом	**50**	0,5	0,2	14,6	**62**	16,6	16,8	1,2	3,7	30 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с сыром российским	**30**	1,4	2,9	2,1	**40**	48,6	6,9	0,4	2,5	31 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с сыром российским	**50**	2,3	4,8	3,6	**67**	81,0	11,5	0,7	4,2	31 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с сыром голландским	**30**	1,5	2,7	2,1	**39**	54,0	7,8	0,4	2,5	31 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с сыром голландским	**50**	2,5	4,5	3,5	**65**	90,0	13,0	0,6	4,2	31 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с курагой и изюмом	**30**	0,5	1,8	4,1	**35**	12,5	7,5	0,4	2,3	32 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с курагой и изюмом	**50**	0,8	3,0	6,8	**58**	20,8	12,5	0,7	3,8	32 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы	**30**	0,4	1,8	2,5	**28**	10,6	10,5	0,7	2,9	33 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы	**50**	0,7	3,0	4,2	**47**	17,6	10,5	0,7	4,8	33 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с зеленым горошком	**30**	0,5	1,3	2,5	**23**	8,4	5,6	0,4	2,9	34 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с зеленым горошком	**50**	0,8	2,1	4,1	**39**	14,0	9,3	0,7	4,9	34 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с яблоками	**30**	0,3	1,5	3,4	**29**	8,7	5,1	0,5	2,8	35 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с яблоками	**50**	0,6	2,6	5,7	**48**	14,5	8,5	0,8	4,7	35 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с огурцами солеными	**40**	0,5	2,4	2,7	**35**	12,1	7,3	0,4	3,5	36 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с огурцами солеными	**30**	0,4	1,8	2,0	**26**	9,1	5,5	0,3	2,6	36 дош.пит. 2012	
Салат из свеклы с огурцами солеными	**50**	0,7	3,1	3,3	**44**	15,2	9,2	0,5	4,3	36 дош.пит. 2012	
Салат овощной с яблоками и свеклой	**30**	0,4	0,1	2,2	**11**	9,8	5,2	0,4	6,7	37 дош.пит. 2012	
Салат овощной с яблоками и свеклой	**40**	0,5	0,1	2,9	**14**	13,1	7,0	0,5	9,0	37 дош.пит. 2012	
Салат овощной с яблоками и свеклой	**50**	0,7	0,1	3,6	**18**	16,4	8,7	0,7	11,2	37 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с яблоками	**30**	0,3	0,1	2,6	**12**	7,3	9,2	0,3	1,9	38 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с яблоками	**40**	0,4	0,1	3,5	**16**	9,7	12,3	0,4	2,5	38 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с яблоками	**50**	0,5	0,1	4,3	**20**	12,1	15,4	0,5	3,3	38 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с черносливом	**60**	0,8	0,2	11,4	**50**	22,8	30,6	0,8	2,6	38 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с черносливом	**30**	0,4	0,1	5,7	**25**	11,4	15,3	0,4	1,3	38 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с черносливом	**50**	0,7	0,1	9,5	**42**	19,0	25,6	0,6	2,2	38 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с яблоками и курагой	**30**	0,4	1,5	3,3	**29**	9,2	10,5	0,3	1,5	39 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с яблоками и курагой	**50**	0,7	2,5	5,5	**48**	15,3	17,5	0,5	2,5	39 дош.пит. 2012	
Салат из моркови и яблок	**30**	0,3	1,6	2,4	**25**	6,4	7,2	0,4	2,1	40 дош.пит. 2012	
Салат из моркови и яблок	**50**	0,4	2,6	3,9	**41**	10,6	12,0	0,7	0,5	40 дош.пит. 2012	
Салат из моркови	**30**	0,4	0,0	3,5	**16**	7,8	10,9	0,3	2,1	41 дош.пит. 2012	с сахаром
Салат из моркови	**40**	0,6	0,1	4,6	**21**	10,4	14,6	0,3	0,4	41 дош.пит. 2012	с сахаром
Салат из моркови	**50**	0,7	0,1	5,8	**26**	13,0	18,2	0,4	0,5	41 дош.пит. 2012	с сахаром
Салат из моркови	**60**	0,8	0,1	7,0	**31**	15,6	21,8	0,5	0,6	41 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с курагой	**30**	0,4	0,03	4,3	**16**	10,2	11,9	0,3	1,4	42 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с курагой	**40**	0,5	0,0	5,7	**21**	13,6	15,9	0,3	1,9	42 дош.пит. 2012	
Салат из моркови с курагой	**50**	0,7	0,1	7,2	**26**	17,1	19,9	0,4	2,3	42 дош.пит. 2012	
Салат фруктовый с сиропом	**30**	0,2	0,1	5,2	**23**	6,9	3,5	0,4	18,0	43 дош.пит. 2012	
Салат фруктовый с сиропом	**50**	0,3	0,2	8,7	**38**	11,5	5,8	0,7	30,0	43 дош.пит. 2012	
Салат из моркови, яблок с финиками	**30**	0,4	1,6	6,3	**41**	10,0	12,7	0,3	1,1	44 дош.пит. 2012	
Салат из моркови, яблок с финиками	**50**	0,7	2,7	10,5	**68**	16,7	21,2	0,4	1,8	44 дош.пит. 2012	
Салат из моркови, яблок с черносливом	**30**	0,4	1,6	5,2	**37**	10,4	14,0	0,3	1,3	44 дош.пит. 2012	
Салат из моркови, яблок с черносливом	**50**	0,7	2,7	8,7	**61**	16,7	21,2	0,4	2,2	44 дош.пит. 2012	
Винегрет овощной с луком зеленым	**30**	0,4	1,9	2,3	**28**	10,1	6,4	0,3	4,0	45 дош.пит. 2012	

Винегрет овощной с луком зеленым	**50**	0,7	3,2	3,8	**47**	16,8	10,7	0,4	6,7	45 дош.пит. 2012	
Винегрет овощной с луком зеленым	**60**	0,8	3,8	4,6	**56**	20,2	12,8	0,5	8,0	45 дош.пит. 2012	
Винегрет овощной с луком репчатым	**30**	0,4	1,9	2,5	**28**	7,0	6,2	0,3	3,1	45 дош.пит. 2012	
Винегрет овощной с луком репчатым	**50**	0,7	3,2	4,2	**47**	11,6	10,4	0,4	5,2	45 дош.пит. 2012	
Икра баклажанная	**30**	0,5	1,4	1,8	**22**	6,1	4,3	0,2	0,9	52 дош.пит. 2012 г.	
Икра баклажанная	**50**	0,8	2,3	3,0	**37**	10,2	7,2	0,3	1,5	52 дош.пит. 2012 г.	
Икра кабачковая	**30**	0,3	1,4	1,8	**21**	5,5	4,0	0,2	1,7	53 дош.пит. 2012 г.	
Икра кабачковая	**50**	0,5	2,3	3,0	**35**	9,1	6,6	0,3	2,8	53 дош.пит. 2012 г.	
Икра свекольная	**30**	0,7	1,4	3,7	**30**	11,5	8,9	0,5	1,3	54 дош.пит. 2012 г.	
Икра свекольная	**50**	1,2	2,3	6,2	**50**	0,0	0,0	0,0	2,2	54 дош.пит. 2012 г.	
Икра морковная	**30**	0,7	1,4	3,3	**28**	9,2	12,4	0,7	1,5	54 дош.пит. 2012 г.	
Икра морковная	**50**	1,2	2,3	5,5	**47**	15,3	20,6	1,1	2,5	54 дош.пит. 2012 г.	
Икра овощная	**30**	0,4	1,2	2,1	**21**	9,6	7,0	0,3	1,3	55 дош.пит. 2012 г.	
Икра овощная	**40**	0,5	1,6	2,8	**28**	12,8	9,3	0,4	1,7	55 дош.пит. 2012 г.	
Икра овощная	**50**	0,7	2,0	3,5	**35**	16,0	11,6	0,5	2,2	55 дош.пит. 2012 г.	
Икра кабачковая	**30**	0,6	2,7	2,6	**37**	5,1	4,2	0,2	2,1	101 Сбор. Рец. 2004г	
Икра кабачковая	**35**	0,7	3,2	3,0	**43**	6,0	4,9	0,2	2,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Икра кабачковая	**40**	0,8	3,6	3,4	**49**	6,8	5,6	0,2	2,8	101 Сбор. Рец. 2004г	
Икра кабачковая	**50**	1,0	4,5	4,3	**61**	8,5	7,0	0,3	3,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Икра баклажанная	**30**	0,5	4,0	2,1	**46**	12,9	4,5	0,2	2,1	101 Сбор. Рец. 2004г	
Икра баклажанная	**50**	0,9	6,7	3,5	**77**	21,5	7,5	0,3	3,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Лечо овощное	**30**	1,4	0,0	0,1	**18**	6,0	4,7	0,2	0,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Лечо овощное	**50**	2,3	0,0	0,2	**30**	10,0	7,8	0,3	0,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Кукуруза консервированная	**30**	1,2	0,4	0,7	**35**	1,3	0,4	0,0	3,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Кукуруза консервированная	**40**	1,6	0,5	0,9	**47**	1,7	0,5	0,0	4,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Кукуруза консервированная	**50**	2,0	0,7	1,1	**58**	2,1	0,7	0,0	5,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Горошек зеленый	**30**	0,9	0,0	0,1	**12**	0,6	0,6	0,0	3,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Горошек зеленый	**40**	1,2	0,0	0,1	**16**	0,8	0,8	0,0	4,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Горошек зеленый	**50**	1,6	0,0	0,1	**20**	1,0	1,1	0,0	5,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Горошек зеленый	**60**	1,9	0,0	0,1	**24**	1,2	1,3	0,0	6,0	101 Сбор. Рец. 2004г	
Томаты в собст. соку	**30**	0,2	0,0	1,3	**6**	3,3	2,7	0,2	4,1	101 Сбор. Рец. 2004г	
Томаты в собст. соку	**50**	0,3	0,0	2,1	**10**	5,5	4,5	0,3	6,8	101 Сбор. Рец. 2004г	
Томаты конс.	**30**	0,3	0,0	2,1	**10**	4,2	3,6	0,2	4,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Томаты конс.	**50**	0,4	0,0	2,5	**12**	7,0	6,0	0,3	7,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Огурцы конс.	**30**	0,6	0,0	0,6	**8**	6,9	4,2	0,2	7,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Огурцы конс.	**50**	1,0	0,0	1,0	**13**	11,5	7,0	0,3	12,5	101 Сбор. Рец. 2004г	
Огурец свежий	**30**	0,2	0,0	0,8	**10**	5,1	4,2	0,2	2,1	27 сб.рец и бл.2004г	
Огурец свежий	**50**	0,4	0,0	1,3	**17**	8,5	7,0	0,3	3,5	27 сб.рец и бл.2004г	
Помидор свежий	**30**	0,3	0,0	1,5	**5**	4,2	6,0	0,3	7,5	27 сб.рец и бл.2004г	
Помидор свежий	**50**	0,6	0,0	2,5	**8**	7,0	10,0	0,5	12,5	27 сб.рец и бл.2004г	
Перец сладкий свежий	**30**	0,4	0,0	1,7	**8**	2,4	2,1	0,2	60,0	27 сб.рец и бл.2004г	
Перец сладкий свежий	**50**	0,7	0,0	2,8	**13**	4,0	3,5	0,3	100,0	27 сб.рец и бл.2004г	
Укроп свежий	**1**	0,0	0,0	0,1	**0,5**	2,2	0,7	0,0	1,5	27 сб.рец и бл.2004г	
Укроп свежий	**2**	0,1	0,0	0,2	**0,9**	4,5	1,4	0,0	3,0	27 сб.рец и бл.2004г	

Петрушка свежая	**1**	0,0	0,0	0,0	**0,3**	2,5	0,9	0,0	1,0	27 сб.рец и бл.2004г	
Петрушка свежая	**2**	0,1	0,0	0,1	**0,6**	4,9	1,7	0,0	2,0	27 сб.рец и бл.2004г	
Лук зеленый	**1**	0,0	0,0	0,1	**0,3**	1,0	0,2	0,0	0,7	27 сб.рец и бл.2004г	
Лук зеленый	**2**	0,0	0,0	0,2	**0,6**	2,0	0,4	0,0	1,4	27 сб.рец и бл.2004г	
Салат из овощей	**30**	1,0	2,4	0,9	**19**	8,9	3,2	0,3	7,2	43 сб..техн.ном.2012	
Салат из овощей	**50**	1,7	4,0	1,5	**32**	14,8	5,3	0,5	12,0	43 сб..техн.ном.2012	
Салат витаминный с горошком консервированны	**30**	0,5	1,8	1,5	**25**	10,8	5,5	0,2	15,5	49 дош.пит. 2012 г.	
Салат витаминный с горошком консервированны	**50**	0,8	3,0	2,5	**42**	18,0	9,2	0,3	25,8	49 дош.пит. 2012 г.	
Салат витаминный с кукурузой консервированно	**30**	0,5	1,8	1,8	**26**	12,1	5,0	0,2	15,1	49 дош.пит. 2012 г.	
Салат витаминный с кукурузой консервированно	**50**	0,8	3,0	3,0	**43**	20,2	8,3	0,3	25,2	49 дош.пит. 2012 г.	
Салат из свежих помидоров с перцем	**30**	0,3	2,4	0,8	**28**	3,8	1,2	0,2	23,5	61 сб.рец и бл.2007г	с луком репчатым
Салат из свежих помидоров с перцем	**50**	0,5	4,0	1,3	**47**	6,3	2,0	0,3	39,2	61 сб.рец и бл.2007г	с луком репчатым
Салат из свежих помидоров с перцем	**30**	0,3	2,4	0,9	**29**	3,4	2,2	0,3	42,0	61 сб.рец и бл.2007г	с луком зеленым
Салат из свежих помидоров с перцем	**50**	0,5	4,0	1,5	**48**	5,7	3,7	0,5	70,0	61 сб.рец и бл.2007г	с луком зеленым
Салат "Полонынский"	**30**	0,3	0,3	0,8	**33**	7,9	0,9	0,2	10,5	1062 Украинская кух.	с луком зеленым
Салат "Полонынский"	**50**	0,6	0,5	1,4	**55**	14,2	1,5	0,3	17,9	1062 Украинская кух.	с луком зеленым
Салат зимний	**30**	0,6	2,1	3,6	**36**	6,0	8,2	0,3	4,8	134 "Пит. реб." 1994г	
Салат зимний	**50**	1,1	3,4	6,0	**60**	10,0	13,6	0,4	8,0	134 "Пит. реб." 1994г	
Салат картофельный с кукурузой и морковью	**30**	0,5	1,9	2,7	**28,9**	6,9	6,4	0,2	2,7	39 сб.рец и бл.2007г	
Салат картофельный с кукурузой и морковью	**50**	0,8	3,2	4,5	**48,2**	11,5	10,7	0,3	4,5	39 сб.рец и бл.2007г	
Салат из овощей с сухофруктами	**30**	0,6	1,7	6,5	**44**	19,3	15,1	0,4	5,5	44 сб.рец и бл.2007г	
Салат из овощей с сухофруктами	**50**	1,1	2,9	10,8	**73**	32,2	25,2	0,7	1,8	44 сб.рец и бл.2007г	
Салат из моркови с чесноком	**30**	0,4	1,8	1,9	**27**	9,5	10,6	0,2	1,5	132 пит.ребенка 1994	
Салат из моркови с чесноком	**50**	0,6	3,0	3,2	**46**	15,8	17,7	0,3	2,5	132 пит.ребенка 1994	
Салат из белокочанной капусты с яблоками	**30**	0,5	2,4	1,7	**31**	12,1	5,1	0,3	8,6	132/1 Дружинина 1994	
Салат из белокочанной капусты с яблоками	**50**	0,8	4,0	2,9	**51**	20,1	8,4	0,4	14,4	132/1 Дружинина 1994	
Салат из белокочанной капусты с яблоками	**60**	0,9	4,8	3,5	**62**	24,1	10,1	0,5	17,3	132/1 Дружинина 1994	
Салат из белокочанной капусты со свеклой	**30**	0,4	2,4	1,8	**26**	9,8	3,7	0,3	8,6	132/1 Дружинина 1994	
Салат из белокочанной капусты со свеклой	**40**	12,3	3,3	2,4	**35**	12,3	4,6	0,4	10,8	132/1 Дружинина 1994	
Салат из белокочанной капусты со свеклой	**50**	15,4	4,1	3,0	**43**	15,4	5,8	0,5	13,5	132/1 Дружинина 1994	
Салат из белокочанной капусты со свеклой	**60**	18,4	4,9	3,6	**52**	18,4	7,0	0,6	16,2	132/1 Дружинина 1994	
Салат из моркови с яблоками и клюквой	**30**	0,3	1,7	2,8	**28**	6,3	7,9	0,3	3,8	60 сб.рец и бл.2007г	
Салат из моркови с яблоками и клюквой	**50**	0,5	2,9	4,7	**46**	10,5	13,2	0,5	6,4	60 сб.рец и бл.2007г	
Салат из моркови с изюмом	**30**	0,4	0	6,8	**30**	9,4	10,1	0,3	1,7	66 сбор.рец. 2007г	
Салат из моркови с изюмом	**50**	0,6	0,1	11,3	**49**	15,7	16,9	0,5	2,9	66 сбор.рец. 2007г	
Салат из моркови с курагой и йогуртом	**30**	0,6	0,2	4,0	**20**	6,9	8,0	0,2	1,2	63 сб.рец и бл.2007г	
Салат из моркови с курагой и йогуртом	**50**	0,9	0,3	6,7	**34**	11,5	13,3	0,3	1,9	63 сб.рец и бл.2007г	
Салат из моркови с курагой	**30**	0,6	0,03	6,8	**28**	8,9	11,1	0,2	1,5	63 дош.пит. 2012 г.	
Салат из моркови с курагой	**50**	0,9	0,1	11,3	**50**	14,8	18,5	0,3	2,5	63 дош.пит. 2012 г.	
Салат кукуруза с яйцом и луком	**30**	0,9	2,6	2,5	**38**	15,2	4,5	0,2	3,0	413 сбор рец 2003г	
Салат кукуруза с яйцом и луком	**50**	1,5	4,4	4,2	**63**	25,4	7,4	0,3	5,0	413 сбор рец 2003г	
Салат из кабачков	**30**	0,2	1,6	1,5	**21**	4,9	2,9	0,2	3,7	27 дош.пит. 2012 г.	
Салат из кабачков	**50**	0,3	2,6	2,5	**35**	8,1	4,8	0,4	6,2	27 дош.пит. 2012 г.	
С-т из свеж.помидоров,ябл.и конс.огурцов	**30**	0,3	1,7	1,3	**22**	2,3	1,3	0,3	5,3	26 сб.рец и бл.2007г	

С-т из свеж.помидоров,ябл.и конс.огурцов	**50**	0,5	2,8	2,2	**37**	3,8	2,2	0,5	8,8	26 сб.рец и бл.2007г
Икра свекольная	**30**	0,6	2,6	3,4	**39**	14,1	8,1	0,5	3,8	134/1 Дружинина 1994
Икра свекольная	**50**	1,0	4,3	5,6	**65**	23,6	13,4	0,9	6,4	134/1 Дружинина 1994
Икра морковная	**30**	0,4	2,3	2,2	**32**	8,2	10,0	0,2	2,3	194 Сбор. рецеп., 1998г
Икра морковная	**50**	0,7	3,8	3,6	**53**	13,6	16,7	0,4	3,8	194 Сбор. рецеп., 1998г
Салат из свежих помидоров и огурцов	**30**	0,2	2,4	0,5	**27**	3,2	2,0	0,2	4,8	59 Сбор. Рец. 1982г
Салат из свежих помидоров и огурцов	**50**	0,4	4,0	0,9	**45**	5,3	3,3	0,3	8,1	59 Сбор. Рец. 1982г
Салат из свеклы с яблоками	**30**	0,3	2,0	3,7	**28**	7,8	4,5	0,4	2,7	132/2 Дружинина 1994
Салат из свеклы с яблоками	**50**	0,5	3,1	6,5	**46**	13,3	7,7	0,8	4,7	132/2 Дружинина 1994
Салат из свеклы с солеными огурцами	**30**	0,4	2,0	2,9	**26**	10,2	6,1	0,3	2,5	132/2 Дружинина 1994
Салат из свеклы с солеными огурцами	**40**	0,5	2,7	3,9	**34**	13,6	8,1	0,4	3,3	132/2 Дружинина 1994
Салат из свеклы с солеными огурцами	**50**	0,6	3,0	5,1	**41**	17,0	10,1	0,6	4,2	132/2 Дружинина 1994
Салат из помидоров с растительным маслом	**30**	0,3	2,0	0,4	**25**	0,0	0,1	0,3	7,5	144 диет.питан. 2002г
Салат из помидоров с растительным маслом	**50**	0,6	3,4	0,7	**42**	0,1	0,1	0,5	12,5	144 диет.питан. 2002г
Салат из горошка зеленого консервированного	**30**	1,2	1,8	2,3	**31**	7,6	9,6	0,2	6,3	134/2 Дружинина 1994
Салат из горошка зеленого консервированного	**50**	2,1	3,1	3,9	**52**	12,6	15,9	0,3	10,6	134/2 Дружинина 1994
Салат из свежих огурцов с луком репчатым	**30**	0,2	2,4	1,0	**27**	6,8	3,9	0,2	2,8	55 Сбор. рецеп., 1982г
Салат из свежих огурцов с луком репчатым	**50**	0,4	4,0	1,1	**45**	11,4	6,4	0,3	4,6	55 Сбор. рецеп., 1982г
Салат из свежих огурцов с луком зеленым	**30**	0,2	2,4	0,7	**26**	11,0	4,1	0,2	4,0	55 Сбор. рецеп., 1982г
Салат из свежих огурцов с луком зеленым	**50**	0,4	4,0	1,2	**43**	18,3	6,8	0,3	6,6	55 Сбор. рецеп., 1982г

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Батон	**35**	2,6	1,0	18,0	**92**	6,7	4,6	0,4	0	ГОСТ 27844-88	
Батон	**30**	2,3	0,9	15,4	**79**	5,7	3,9	0,4	0,0	ГОСТ 27844-88	
Батон	**23**	1,7	0,7	11,8	**60**	8,1	10,9	0,9	0,0	ГОСТ 27844-88	
Батон	**25**	1,9	0,8	12,8	**66**	8,8	11,8	1,0	0,0	ГОСТ 27844-88	
Батон	**27**	2,1	0,9	13,8	**71**	9,5	12,7	1,1	0,0	ГОСТ 27844-88	
Батон	**22**	1,7	0,7	11,3	**58**	7,7	10,4	0,9	0,0	ГОСТ 27844-88	
Батон	**20**	1,5	0,6	10,3	**53**	7,0	9,5	0,8	0,0	ГОСТ 27844-88	
Хлеб ржано-пшеничный	**42**	2,8	0,5	16,7	**84**	19,7	20,6	1,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**40**	2,7	0,5	15,9	**80**	18,8	19,6	1,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**34**	2,3	0,4	13,5	**68**	16,0	16,7	1,3	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**30**	2,0	0,4	11,9	**60**	14,1	14,7	1,2	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**28**	1,9	0,4	11,1	**56**	13,2	13,7	1,1	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**25**	1,6	0,3	10,2	**51**	8,8	11,7	1,0	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**23**	1,5	0,3	9,4	**47**	8,1	10,8	0,9	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,3	0,2	8,2	**41**	7,0	9,4	0,8	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**17**	1,1	0,2	7,0	**35**	6,0	8,0	0,7	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**15**	1,1	0,2	6,2	**31**	5,3	7,1	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**14**	1,0	0,2	5,8	**29**	4,9	6,6	0,6	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**12**	0,9	0,2	5,0	**25**	4,2	5,7	0,5	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб ржано-пшеничный	**10**	0,8	0,2	4,2	**21**	3,5	4,8	0,4	0,0	ГОСТ 26983-15	
Хлеб пшеничный	**38**	2,9	0,3	18,7	**89**	7,6	5,3	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**35**	2,7	0,3	17,2	**82**	7,0	4,9	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**30**	2,3	0,2	14,8	**71**	6,0	4,2	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**27**	2,1	0,2	13,3	**64**	5,4	3,8	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**25**	1,9	0,2	12,3	**59**	5,0	3,5	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**22**	1,8	0,2	10,7	**53**	5,1	7,3	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,2	9,8	**48**	4,6	6,6	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**18**	1,4	0,2	8,9	**43**	4,2	6,0	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**17**	1,3	0,2	8,4	**41**	4,0	5,7	0,4	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**15**	1,2	0,2	7,4	**36**	3,5	5,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**14**	1,1	0,2	6,9	**34**	3,3	4,7	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**12**	0,9	0,2	5,9	**29**	2,8	4,0	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Хлеб пшеничный	**10**	0,8	0,2	4,9	**24**	2,3	3,3	0,3	0,0	ГОСТ 58233-2018	
Паста сырная (сыр российский)	**10**	1,8	4,1	0	**45**	69,2	2,7	0,1	0,1	882 сбор.рец 1998г	
Паста сырная (сыр российский)	**20**	3,7	8,2	0	**90**	138,5	5,5	0,2	0,1	882 сбор.рец 1998г	
Паста сырная (сыр голландский)	**10**	1,9	4,2	0	**46**	77,0	3,9	0,1	0,1	882 сбор.рец 1998г	
Паста сырная (сыр голландский)	**20**	3,7	8,4	0	**92**	154,1	7,8	0,1	0,1	882 сбор.рец 1998г	
Паста сырная (сыр пошехонский	**10**	2,1	3,9	0	**43**	157,2	7,0	0,2	0,1	882 сбор.рец 1998г	

Паста сырная (сыр пошехонский	**20**	4,1	7,7	0	**87**	157,2	7,0	0,2	0,1	882 сбор.рец 1998г	
Бутерброды с маслом	**40**	2,5	7,6	14,6	**136**	9,3	9,9	0,6	0	1 дош. пит.2012г	
Бутерброды с маслом	**35**	2,2	6,7	12,8	**119**	8,1	8,7	0,5	0	1 дош. пит.2012г	
Бутерброды с маслом	**30**	1,9	5,7	11	**102**	7	7,4	0,5	0	1 дош. пит.2012г	
Бутерброды с вареньем	**55**	2,5	3,9	27,6	**160**	10,5	11,7	0,7	0,5	2 дош. пит.2012г	
Бутерброды с джемом	**55**	2,5	3,9	28,9	**161**	10,5	11,7	0,7	0,5	2 дош. пит.2012г	с джемом
Бутерброды с повидлом	**55**	2,5	3,9	27,6	**156**	10,9	11,3	0,9	0,1	2 дош. пит.2012г	с повидлом
Бутерброды с сыром российский	**40**	4,0	6,0	13,0	**123**	85,4	11,9	0,6	0,1	3 дош. пит.2012г	
Бутерброды с сыром российский	**50**	5,0	7,6	16,2	**154**	106,7	14,9	0,8	0,1	3 дош. пит.2012г	
Бутерброды с сыром российский	**45**	4,7	6,9	14,6	**139**	96,1	13,4	0,7	0,1	3 дош. пит.2012г	
Бутерброды с сыром голланским	**45**	5,0	6,6	14,6	**138**	108,1	15,4	0,7	0,1	3 дош. пит.2012г	
Бутерброды с сыром пошехонски	**45**	4,9	6,5	14,8	**138**	101,3	8,7	0,4	0,1	3 дош. пит.2012г	
Масло (порциями)	**100**	0,8	72,5	1,3	**661**	24,0	0,0	0,2	0,0	ГОСТ	
Масло (порциями)	**10**	0,1	3,0	0,1	**66**	2,0	0,0	0,0	0,0	6 дош. пит.2012г	
Масло (порциями)	**5**	0,0	1,5	0,7	**33**	4,0	0,0	0,0	0,0	6 дош. пит.2012г	
Сыр российский	**10**	2,3	3,0	0,0	**36**	88,0	3,5	0,1	0,1	7 дош. пит.2012г	Сыр российский
Сыр голландский	**10**	2,6	2,7	0,0	**34**	100,0	5,5	0,1	0,1	7 дош. пит.2012г	сыр голландский
Сыр пошехонский	**10**	2,6	2,6	0,0	**34**	100,0	4,5	0,1	0,1	7 дош. пит.2012г	
Сыр российский	**15**	3,5	4,4	0,0	**54**	132,0	5,3	0,2	0,1	7 дош. пит.2012г	Сыр российский
Сыр голландский	**15**	4,0	4,0	0,0	**52**	150,0	8,3	0,1	0,1	7 дош. пит.2012г	сыр голландский
Сыр пошехонский	**15**	3,9	3,9	0,0	**52**	150,0	6,8	0,2	0,1	7 дош. пит.2012г	
Яблоки свежие	**100**	0,4	0,4	9,8	**44**	16,0	9,0	2,2	10,0	368 дош. пит. 2012г	
Яблоки свежие	**95**	0,4	0,4	9,3	**42**	15,2	8,5	2,1	10,0	368 дош. пит. 2012г	
Яблоки свежие	**50**	0,2	0,2	4,9	**22**	8,0	4,5	1,1	5,0	368 дош. пит. 2012г	
Груши свежие	**100**	0,4	0,3	10,3	**46**	19,0	12,0	2,3	5,0	368 дош. пит. 2012г	
Груши свежие	**80**	0,3	0,2	8,2	**37**	15,2	9,6	1,8	4,0	368 дош. пит. 2012г	
Бананы свежие	**50**	0,8	0,3	10,5	**48**	4,0	21,0	0,3	5,0	368 дош. пит. 2012г	
Бананы свежие	**100**	1,5	0,5	21,0	**95**	8,0	42,0	0,6	10,0	368 дош. пит. 2012г	
Апельсины свежие	**100**	0,9	0,1	8,4	**38**	34,0	13,0	0,3	60,0	368 дош. пит. 2012г	
Мандарины свежие	**100**	0,8	0,2	7,5	**38**	35,0	11,0	0,1	38,0	368 дош. пит. 2012г	
Мандарины свежие	**50**	0,4	0,1	3,8	**19**	17,5	5,5	0,1	19,0	368 дош. пит. 2012г	
Апельсины с сахаром	**75**	0,6	0,1	15,7	**66**	24,1	9,1	0,2	42,0	371 дош. пит. 2012г	
Апельсины с сахаром	**110**	0,9	0,2	23,1	**98**	34,5	13,0	0,4	60,0	371 дош. пит. 2012г	
Яблоки печеные (с умен.кол-м сах)	**90**	0,4	0,4	12,5	**55**	17,0	9,5	2,3	10,6	385 дош. пит. 2012г	
Яблоки печеные (с умен.кол-м сах)	**85**	0,4	0,4	11,8	**52**	16,1	9,0	2,2	10,0	385 дош. пит. 2012г	
Яблоки печеные с сахаром	**70**	0,3	0,3	21,7	**91**	11,5	6,2	1,6	3,0	385 дош. пит. 2012г	
Яблоки печеные с сахаром	**85**	0,3	0,3	27,9	**116**	13,6	7,3	1,8	3,5	385 дош. пит. 2012г	
Яблоки печены с вареньем	**80**	0,3	0,3	27,0	**112**	13,0	7,7	1,7	3,1	385 дош. пит. 2012г	С вареньем
Яблоки печены с вареньем	**100**	0,4	0,4	36,6	**151**	15,6	8,3	2,1	3,6	385 дош. пит. 2012г	С вареньем
Яблоки, фаршир. морковью	**65**	0,5	1,3	10,0	**53**	16,7	8,9	1,5	3,0	387 дош. пит. 2012г	
Яблоки, фаршир. морковью	**80**	0,6	1,5	11,7	**63**	20,5	11,1	1,8	3,6	387 дош. пит. 2012г	

Яблоки, фаршир. изюмом	**80**	0,4	0,3	29,3	**121**	17,1	8,4	1,6	2,6	388 дош. пит. 2012г	
Яблоки, фаршир. изюмом	**110**	0,6	0,3	43,7	**180**	23,7	11,1	2,0	3,4	388 дош. пит. 2012г	
и изюмом с вареньем	**75**	1,5	3,1	24,6	**132**	30,3	13,7	2,0	2,9	389 дош. пит. 2012г	
и изюмом с вареньем	**95**	1,8	4,1	32,6	**175**	38,2	17,0	2,4	3,6	389 дош. пит. 2012г	
и изюмом с соусом №359	**80**	1,4	3,1	17,8	**104**	29,2	13,2	1,8	2,8	389 дош. пит. 2012г	С вареньем
и изюмом с соусом №360	**110**	1,8	4,1	22,4	**133**	36,5	16,3	2,3	3,5	389 дош. пит. 2012г	С вареньем
Яблоки, запеченные с творогом	**80**	4,0	2,3	22,5	**127**	43,3	10,1	1,5	2,5	390 дош. пит. 2012г	С соусом №359
Яблоки, запеченные с творогом	**110**	5,0	2,8	35,5	**187**	55,1	12,8	1,9	3,2	390 дош. пит. 2012г	С соусом №359
Черника с сахаром	**80**	0,8	0,4	15,3	**68**	11,5	4,2	0,5	7,0	369 дош. пит. 2012г	
Черника с сахаром	**115**	1,1	0,6	22,6	**100**	16,5	6,0	0,8	10,0	369 дош. пит. 2012г	
Молоко сгущенное	**10**	0,7	0,9	5,6	**33**	30,7	3,4	0,0	0,1	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**28**	2,0	2,5	15,7	**92**	86	10	0	0	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**25**	1,8	2,3	14,0	**83**	76,8	8,5	0,0	0,3	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**23**	1,7	2,1	12,9	**76**	70,7	7,8	0,0	0,3	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**20**	1,4	1,8	11,2	**66**	61,4	6,8	0,0	0,2	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**30**	2,1	2,7	16,8	**99**	92,1	10,2	0,0	0,3	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**33**	2,3	3,0	18,5	**109**	101,3	11,2	0,0	0,3	ГОСТ	
Молоко сгущенное	**35**	2,5	3,2	19,6	**116**	107,5	11,9	0,0	0,4	ГОСТ	
Йогурт СХК	**110**	3,0	0,0	13,0	**90**	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
Йогурт	**110**	6,6	3,5	9,4	**94**	130,0	14,3	0,1	0,7	ГОСТ	
Йогурт	**40**	2,4	1,3	3,4	**34**	47,3	1,6	0,0	0,0	ГОСТ	
Йогурт	**30**	1,8	0,9	2,6	**26**	35,5	3,9	0,0	0,0	ГОСТ	
Сметана	**20**	0,4	3,0	0,5	**31**	17,6	1,8	0,0	0,1	ГОСТ	
Сметана	**30**	0,6	4,5	0,7	**46**	26,4	2,7	0,0	0,2	ГОСТ	
Сметана	**8**	0,2	1,2	0,2	**12**	7,0	0,7	0,0	0,0	ГОСТ	
Сметана	**5**	0,1	0,8	0,1	**8**	4,0	0,5	0,0	0,0	ГОСТ	
Конфета мармеладная	**10**	0,1	1,0	7,4	**36**	2,5	4,9	0,3	0,0	ГОСТ	
Конфета мармеладная	**20**	0,3	2,0	14,9	**72**	5,0	9,8	0,6	0,0	ГОСТ	
Конфета шоколадная	**10**	0,4	2,6	5,9	**49**	2,8	9,9	9,5	0,0	ГОСТ	
Конфета шоколадная	**22**	0,9	5,7	13,0	**108**	6,2	21,8	20,9	0,0	ГОСТ	
Конфета шоколадная	**25**	1,0	6,5	14,8	**123**	7,0	24,8	23,8	0,0	ГОСТ	
Конфета шоколадная	**35**	1,4	9,1	20,7	**172**	9,8	34,7	33,3	0,0	ГОСТ	
Печенье	**10**	0,8	1,0	7,4	**42**	2,9	2,0	0,2	0,0	ГОСТ	
Печенье	**14**	1,1	1,4	10,4	**59**	4,0	2,8	0,3	0,0	ГОСТ	
Печенье	**20**	1,6	2,0	14,8	**84**	5,8	4,0	0,4	0,0	ГОСТ	
Печенье	**23**	1,8	2,3	17,0	**97**	6,7	4,6	0,5	0,0	ГОСТ	
Печенье	**25**	2,0	2,5	18,5	**105**	7,3	5,0	0,5	0,0	ГОСТ	
Печенье	**28**	2,2	2,8	20,7	**118**	8,2	5,6	0,6	0,0	ГОСТ	
Печенье	**32**	2,5	3,2	23,7	**135**	9,4	6,4	0,7	0,0	ГОСТ	
Печенье	**35**	2,7	3,5	25,9	**148**	10,3	7,0	0,8	0,0	ГОСТ	
Печенье	**45**	3,5	4,5	33,3	**190**	13,2	9,0	1,0	0,0	ГОСТ	

Вафли	**10**	0,3	0,3	7,7	**35**	0,8	0,6	0,1	0,0	ГОСТ
Вафли	**20**	0,6	0,6	15,4	**70**	1,6	0,4	0,2	0,0	ГОСТ
Вафли	**25**	0,8	0,8	19,3	**88**	2,0	0,5	0,3	0,0	ГОСТ
Вафли	**30**	0,9	0,9	23,1	**105**	2,4	0,6	0,3	0,0	ГОСТ
Повидло порционно	**10**	0,0	0,0	6,5	**25**	1,4	0,7	0,1	0,1	ГОСТ
Повидло порционно	**15**	0,0	0,0	9,8	**38**	2,1	1,1	0,2	0,2	ГОСТ
Повидло порционно	**20**	0,0	0,0	13,0	**50**	2,8	1,4	0,2	0,2	ГОСТ
Повидло порционно	**24**	0,1	0,0	15,6	**60**	3,4	1,7	0,3	0,1	ГОСТ
Джем	**10**	0,1	0,0	7,2	**28**	1,2	0,9	0,0	0,2	ГОСТ
Джем	**20**	0,2	0,0	14,4	**56**	2,4	1,8	0	0,4	ГОСТ
Джем	**15**	0,2	0	10,8	**42**	1,8	1,4	0	0,3	ГОСТ
Десерт фруктовый (1 вариант)	**100**	1,8	0,9	11,5	**68**	38,9	21,0	0,9	19,6	ТТК № 10
Десерт фруктовый (1 вариант)	**120**	2,2	1,1	13,8	**81**	46,7	25,2	1,1	23,5	ТТК № 10
Десерт фруктовый (2 вариант)	**136**	2,6	1,5	14,1	**90**	61,0	25,2	1,3	22,8	ТТК № 11
Десерт фруктовый (2 вариант)	**120**	2,3	1,3	12,4	**79**	53,8	22,2	1,1	20,1	ТТК № 11
Десерт фруктовый (3 вариант)	**102**	2,0	1,1	10,8	**68**	40,2	21,4	0,9	20,4	ТТК № 12
Десерт фруктовый (3 вариант)	**120**	2,3	1,3	12,7	**80**	47,3	25,2	1,1	24,0	ТТК № 12
Десерт фруктовый (4 вариант)	**140**	2,6	1,5	13,9	**90**	62,6	24,2	1,3	24,0	ТТК № 13
Десерт фруктовый (4 вариант)	**120**	2,2	1,3	11,9	**77**	53,7	20,7	1,1	20,6	ТТК № 13

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Каша рассыпчатая гречневая	**110**	6,3	4,5	28,3	**179**	10,9	99,6	3,3	0,0	313 дош.пит 2012г	каша гречневая 100 г
Каша рассыпчатая пшеничная	**110**	4,6	3,3	28,5	**162**	17,6	25,1	2,0	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшеничная 100 г
Каша рассыпчатая пшенная	**110**	4,8	4,2	27,8	**168**	12,2	34,7	1,1	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшенная 100 г
Каша рассыпчатая рисовая	**110**	2,6	3,2	27,5	**149**	3,9	18,7	0,4	0,0	313 дош.пит 2012г	каша рисовая 100 г
Каша рассыпчатая ячневая	**110**	3,5	3,3	22,7	**134**	28,8	17,4	0,6	0,0	313 дош.пит 2012г	каша ячневая 100 г
Каша рассыпчатая гречневая	**120**	6,9	4,9	30,9	**195**	11,9	108,7	3,7	0,0	313 дош.пит 2012г	каша гречневая 120 г
Каша рассыпчатая пшеничная	**120**	5,1	3,6	31,1	**177**	19,2	27,4	2,2	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшеничная 120 г
Каша рассыпчатая пшенная	**120**	5,3	4,6	30,3	**184**	13,3	37,9	1,2	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшенная 120 г
Каша рассыпчатая рисовая	**120**	2,9	3,5	30,0	**163**	4,3	20,4	0,4	0,0	313 дош.пит 2012г	каша рисовая 120 г
Каша рассыпчатая ячневая	**120**	3,8	3,6	24,7	**146**	31,4	19,0	0,7	0,0	313 дош.пит 2012г	каша ячневая 120 г
Каша рассыпчатая гречневая	**130**	7,4	5,3	33,5	**211**	12,8	117,7	3,9	0,0	313 дош.пит 2012г	каша гречневая 120 г
Каша рассыпчатая пшеничная	**130**	5,5	3,9	33,7	**192**	20,8	29,7	2,3	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшеничная 120 г
Каша рассыпчатая пшенная	**130**	5,7	5,0	32,8	**199**	14,4	41,0	1,3	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшенная 120 г
Каша рассыпчатая рисовая	**130**	31,2	3,7	32,5	**176**	4,6	22,1	0,4	0,0	313 дош.пит 2012г	каша рисовая 120 г
Каша рассыпчатая ячневая	**130**	4,1	3,8	26,8	**158**	34,0	20,6	0,7	0,0	313 дош.пит 2012г	каша ячневая 120 г
Каша рассыпчатая гречневая	**150**	8,6	6,1	38,6	**244**	14,8	135,8	4,6	0,0	313 дош.пит 2012г	каша гречневая 150 г
Каша рассыпчатая пшеничная	**150**	6,3	4,5	38,9	**221**	24,1	34,2	2,7	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшеничная 150 г
Каша рассыпчатая пшенная	**150**	6,6	5,7	37,9	**230**	16,6	47,3	1,6	0,0	313 дош.пит 2012г	каша пшенная 150 г
Каша рассыпчатая рисовая	**150**	3,6	4,3	37,5	**204**	5,3	25,5	0,5	0,0	313 дош.пит 2012г	каша рисовая 150 г
Каша рассыпчатая ячневая	**150**	4,8	4,4	30,9	**183**	39,2	23,7	0,9	0,0	313 дош.пит 2012г	каша ячневая 150 г
Каша вязкая гречневая	**110**	3,4	3,7	15,0	**107**	6,2	52,8	1,8	0,0	314 дош.пит 2012г	каша гречневая 100 г
Каша вязкая пшеничная	**110**	2,9	3,1	18,0	**112**	11,5	15,8	1,3	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшеничная 100 г
Каша вязкая пшенная	**110**	3,1	3,7	17,6	**116**	8,0	21,9	0,7	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшенная 100 г
Каша вязкая рисовая	**110**	1,9	3,1	19,5	**113**	3,0	13,2	0,3	0,0	314 дош.пит 2012г	каша рисовая 100 г
Каша вязкая ячневая	**110**	2,4	3,1	15,3	**99**	19,7	11,7	0,4	0,0	314 дош.пит 2012г	каша ячневая 100 г
Каша вязкая гречневая	**120**	3,7	4,0	16,4	**116**	6,8	57,6	1,9	0,0	314 дош.пит 2012г	каша гречневая 120 г
Каша вязкая пшеничная	**120**	3,2	3,4	19,6	**122**	12,5	17,3	1,4	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшеничная 120 г
Каша вязкая пшенная	**120**	3,3	4,0	19,2	**126**	8,8	23,9	0,8	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшенная 120 г
Каша вязкая рисовая	**120**	2,1	3,3	21,3	**124**	3,3	14,4	0,3	0,0	314 дош.пит 2012г	каша рисовая 120 г
Каша вязкая ячневая	**120**	2,6	3,4	16,7	**108**	21,5	12,8	0,5	0,0	314 дош.пит 2012г	каша ячневая 120 г
Каша вязкая гречневая	**130**	4,0	4,4	17,7	**126**	7,3	62,4	2,1	0,0	314 дош.пит 2012г	каша гречневая 120 г
Каша вязкая пшеничная	**130**	3,4	3,7	21,3	**132**	13,6	18,7	1,5	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшеничная 120 г
Каша вязкая пшенная	**130**	3,7	4,4	20,8	**137**	9,5	25,9	0,9	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшенная 120 г
Каша вязкая рисовая	**130**	2,2	3,7	23,0	**134**	3,6	15,6	0,4	0,0	314 дош.пит 2012г	каша рисовая 120 г
Каша вязкая ячневая	**130**	2,8	3,7	18,1	**116**	23,3	13,8	0,5	0,0	314 дош.пит 2012г	каша ячневая 120 г
Каша вязкая гречневая	**150**	4,6	5,0	20,5	**146**	8,5	72,0	2,4	0,0	314 дош.пит 2012г	каша гречневая 150 г
Каша вязкая пшеничная	**150**	4,0	4,2	24,6	**152**	15,6	21,6	1,8	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшеничная 150 г
Каша вязкая пшенная	**150**	4,2	5,0	23,9	**158**	11,0	29,9	1,0	0,0	314 дош.пит 2012г	каша пшенная 150 г
Каша вязкая рисовая	**150**	2,6	4,2	26,6	**155**	4,1	18,0	0,4	0,0	314 дош.пит 2012г	каша рисовая 150 г
Каша вязкая ячневая	**150**	3,2	4,2	20,8	**135**	26,8	16,0	0,6	0,0	314 дош.пит 2012г	каша ячневая 150 г
Рис отварной	**110**	2,7	3,9	26,9	**154**	1,0	12,0	0,4	0,0	315 дош.пит 2012г	
Рис отварной	**120**	2,9	3,4	29,3	**160**	1,9	15,2	0,4	0,0	315 дош.пит 2012г	
Рис отварной	**130**	3,2	4,7	31,8	**182**	1,2	14,1	0,2	0,0	315 дош.пит 2012г	

Рис отварной	**150**	3,6	4,3	36,7	**200**	2,4	19,0	0,5	0,0	315 дош.пит 2012г	
Рис припущенный	**110**	2,7	2,9	27,0	**147**	1,8	13,9	0,4	0,0	316 дош.пит 2012г	
Рис припущенный	**120**	2,9	3,2	29,5	**160**	1,9	15,2	0,4	0,0	316 дош.пит 2012г	
Рис припущенный	**130**	3,2	3,4	31,9	**173**	2,1	16,5	0,4	0,0	316 дош.пит 2012г	
Рис припущенный	**150**	3,6	4,0	36,9	**200**	2,4	19,0	0,5	0,0	316 дош.пит 2012г	
Макаронные изделия отварные	**110**	4,0	3,3	19,4	**124**	3,6	15,5	0,8	0,0	317 дош.пит. 2012	
Макаронные изделия отварные	**120**	4,4	3,6	21,2	**134**	3,9	16,9	0,9	0,0	317 дош.пит. 2012	
Макаронные изделия отварные	**130**	4,8	3,9	22,9	**146**	4,2	18,3	1,0	0,0	317 дош.пит. 2012	
Макаронные изделия отварные	**150**	5,5	4,5	26,4	**167**	21,1	1,1	0,0	0,0	317 дош.пит. 2012	
Картофель отварной	**110**	2,1	3,2	16,9	**104**	10,7	21,5	0,9	15,4	318 дош.пит. 2012	
Картофель отварной	**120**	2,3	3,5	18,4	**114**	11,7	23,5	0,9	16,8	318 дош.пит. 2012	
Картофель отварной	**130**	2,5	3,7	19,9	**123**	12,7	25,4	1,0	18,2	318 дош.пит. 2012	
Картофель отварной	**140**	2,7	4,0	21,5	**133**	13,6	27,3	1,1	19,6	318 дош.пит. 2012	
Картофель отварной	**150**	2,9	4,3	23,0	**142**	14,6	29,3	1,2	21,0	318 дош.пит. 2012	
Картофель в молоке	**110**	2,6	2,7	14,5	**93**	43,8	20,5	0,7	11,9	319 дош.пит. 2012	
Картофель в молоке	**120**	2,8	3,0	15,8	**101**	47,8	22,4	0,8	12,9	319 дош.пит. 2012	
Картофель в молоке	**130**	3,0	3,2	17,1	**110**	51,7	24,2	0,8	14,0	319 дош.пит. 2012	
Картофель в молоке	**150**	3,5	3,7	19,7	**127**	59,8	28,0	1,0	16,2	319 дош.пит. 2012	
Морковь отварная с маслом	**110**	1,4	2,8	5,7	**54**	29,0	37,4	0,7	4,1	320 дош.пит. 2012	морковь отварная 110 г
Морковь отварная с маслом	**120**	1,6	3,1	6,2	**59**	31,6	40,8	0,8	4,4	320 дош.пит. 2012	морковь отварная 120 г
Морковь отварная с маслом	**130**	1,7	3,4	6,7	**64**	34,3	44,2	0,8	4,8	320 дош.пит. 2012	морковь отварная 130 г
Морковь отварная с маслом	**150**	2,0	3,9	7,8	**74**	39,6	51,0	1,0	5,5	320 дош.пит. 2012	морковь отварная 150 г
Капуста отварная с маслом	**110**	2,0	2,8	3,9	**49**	50,9	15,8	0,6	36,5	320 дош.пит. 2012	капуста отварная 110 г
Капуста отварная с маслом	**120**	2,2	3,1	4,2	**54**	55,0	17,2	0,7	39,8	320 дош.пит. 2012	капуста отварная 120 г
Капуста отварная с маслом	**130**	2,4	3,4	4,6	**58**	60,0	18,6	0,7	43,1	320 дош.пит. 2012	капуста отварная 130 г
Капуста отварная с маслом	**150**	2,7	3,9	5,3	**68**	69,4	21,5	0,9	49,8	320 дош.пит. 2012	капуста отварная 150 г
Тыква отварная с маслом	**110**	1,2	2,9	4,1	**47**	29,8	15,3	0,4	7,2	320 дош.пит. 2012	тыква отварная 110 г
Тыква отварная с маслом	**120**	1,4	3,1	4,4	**52**	32,5	16,7	0,5	7,9	320 дош.пит. 2012	тыква отварная 120 г
Тыква отварная с маслом	**130**	1,5	3,4	4,8	**56**	35,2	18,1	0,5	8,5	320 дош.пит. 2012	тыква отварная 130 г
Тыква отварная с маслом	**150**	1,7	3,9	5,5	**65**	40,6	20,9	0,6	9,8	320 дош.пит. 2012	тыква отварная 150 г
Пюре картофельное	**110**	2,2	3,5	115,0	**101**	27,1	20,4	0,7	13,3	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное	**120**	2,5	3,8	16,4	**110**	29,6	22,2	0,8	14,5	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное	**130**	2,65	4,16	17,72	**119**	32,00	24	0,9	15,7	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное	**140**	2,9	4,5	19,1	**129**	34,5	25,9	0,9	17,0	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное	**150**	3,1	4,8	20,4	**138**	37,0	27,8	1,0	18,2	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное	**75**	1,5	2,4	10,0	**70**	18,0	15,0	0,5	9,0	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное	**60**	1,5	1,8	8,2	**55**	15,0	11,0	0,4	7,0	321 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное с морковью	**110**	2,1	3,4	13,2	**92**	27,5	23,8	0,7	11,5	322 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное с морковью	**130**	2,5	4,0	15,6	**108**	32,5	28,1	0,9	13,6	322 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное с морковью	**120**	2,3	3,7	14,4	**100**	30,0	26,0	8,0	12,6	322 дош.пит. 2012	
Пюре картофельное с морковью	**150**	2,9	4,6	18,0	**126**	37,5	32,5	1,0	15,8	322 дош.пит. 2012	
Пюре морковное	**110**	1,8	0,7	6,1	**38**	49,7	33,7	0,6	3,7	323 дош.пит. 2012	
Пюре морковное	**130**	2,1	0,8	7,2	**46**	58,7	39,8	0,7	4,4	323 дош.пит. 2012	
Пюре морковное	**120**	2,0	0,8	6,7	**42**	54,2	36,8	0,6	4,0	323 дош.пит. 2012	
Пюре морковное	**150**	2,5	1,0	8,3	**52**	67,8	46,0	0,8	5,0	323 дош.пит. 2012	
Пюре из моркови (1-й вариант)	**110**	1,4	3,7	3,4	**66**	29,5	37,4	0,6	4,2	324 дош.пит. 2012	пюре из моркови 110 г
Пюре из моркови (1-й вариант)	**120**	1,6	4,0	7,3	**72**	32,2	40,8	0,7	4,6	324 дош.пит. 2012	пюре из моркови 120 г

Пюре из моркови (1-й вариант)	**130**	1,7	4,4	4,0	**78**	34,9	44,2	0,7	5,0	324 дош.пит. 2012	пюре из моркови 130 г
Пюре из моркови (1-й вариант)	**150**	2,0	5,1	9,1	**90**	40,3	51,0	0,9	5,8	324 дош.пит. 2012	пюре из моркови 150 г
Пюре из свеклы (1-й вариант)	**110**	1,7	3,7	8,5	**74**	40,1	21,6	1,3	8,4	324 дош.пит. 2012	пюре из свеклы 110 г
Пюре из свеклы (1-й вариант)	**130**	2,0	4,4	10,1	**88**	47,4	25,5	1,5	9,9	324 дош.пит. 2012	пюре из свеклы 130 г
Пюре из свеклы (1-й вариант)	**120**	1,9	4,0	9,3	**81**	43,7	23,6	1,4	9,2	324 дош.пит. 2012	пюре из свеклы 120 г
Пюре из свеклы (1-й вариант)	**150**	2,4	5,0	11,6	**101**	54,7	29,5	1,8	11,5	324 дош.пит. 2012	пюре из свеклы 150 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**110**	1,6	1,7	7,1	**50**	39,4	31,4	0,5	3,3	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 352 110 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**130**	1,9	2,0	8,4	**59**	46,6	37,1	0,6	3,9	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 352 130 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**120**	1,8	1,8	7,8	**54**	43,1	34,3	0,6	3,6	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 352 120 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**150**	2,3	2,3	9,7	**68**	53,9	42,9	0,7	4,5	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 352 150 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**110**	1,8	1,7	7,4	**52**	46,3	32,0	0,5	3,4	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 352 110 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**130**	2,1	2,0	10,1	**67**	56,3	22,6	1,2	7,8	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 352 110 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**120**	2,0	1,8	9,3	**61**	52,0	20,9	1,1	7,2	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 352 120 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**150**	2,5	2,3	11,7	**77**	65,0	26,1	1,4	9,0	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 352 150 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**110**	1,8	1,7	7,4	**52**	46,3	32,0	0,5	3,4	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 110 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**130**	2,1	2,0	8,7	**62**	54,7	37,9	0,6	4,0	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 130 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**120**	2,0	1,9	8,0	**58**	50,5	35,0	0,6	3,7	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 120 г
Пюре из моркови (2-й вариант)	**150**	2,5	2,4	10,0	**71**	63,1	43,7	0,7	4,6	325 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 150 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**110**	2,0	1,7	8,8	**59**	54,5	19,8	1,0	6,6	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 110 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**130**	2,3	2,0	10,4	**69**	64,4	23,4	1,2	7,8	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 130 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**120**	2,2	1,9	9,6	**64**	59,4	21,6	1,1	7,3	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 120 г
Пюре из свеклы (2-й вариант)	**150**	2,7	2,4	12,0	**81**	74,3	27,0	1,4	9,1	325 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 150 г
Пюре свекольное с яблоками	**110**	1,0	3,5	9,0	**72**	27,5	15,1	1,8	8,4	326 дош.пит. 2012	
Пюре свекольное с яблоками	**130**	1,2	4,1	10,7	**85**	32,5	17,9	2,1	9,9	326 дош.пит. 2012	
Пюре свекольное с яблоками	**120**	1,1	3,8	9,9	**78**	30,1	16,5	1,9	9,2	326 дош.пит. 2012	
Пюре свекольное с яблоками	**150**	1,4	4,8	12,3	**98**	37,6	20,6	2,4	11,5	326 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное	**110**	1,6	2,6	5,3	**51**	44,2	16,4	0,4	4,2	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 350 110г
Пюре тыквенное	**130**	1,8	3,1	6,2	**60**	52,2	19,4	0,5	4,9	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 350 130г
Пюре тыквенное	**120**	1,7	2,9	5,8	**55**	48,2	17,9	0,5	4,5	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 350 120г
Пюре тыквенное	**150**	2,1	3,6	7,2	**69**	60,3	22,4	0,6	5,7	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 350 150г
Пюре тыквенное	**110**	1,7	2,7	5,5	**54**	51,6	17,2	0,4	4,2	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 366 100г
Пюре тыквенное	**130**	2,1	3,2	6,5	**64**	61,0	20,3	0,5	4,9	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 366 100г
Пюре тыквенное	**120**	1,9	3,0	6,0	**59**	56,3	18,8	0,5	4,6	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 366 120г
Пюре тыквенное	**150**	2,4	3,7	7,6	**74**	70,4	23,5	0,6	5,7	327 дош.пит. 2012	тыквенное соусом № 366 150г
Пюре тыквенное с яблоками	**110**	0,9	2,8	5,8	**52**	26,3	13,8	1,1	5,1	328 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с яблоками	**130**	1,1	3,3	6,9	**62**	31,1	16,3	1,3	6,0	328 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с яблоками	**120**	1,0	3,0	6,4	**57**	28,7	15,1	1,2	5,6	328 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с яблоками	**150**	1,3	3,8	11,7	**86**	43,4	22,9	1,9	7,0	328 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с курагой	**110**	2,8	2,0	18,0	**101**	78,7	39,2	1,1	4,7	329 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с курагой	**130**	3,3	2,4	21,3	**120**	93,0	46,3	1,3	5,6	329 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с курагой	**120**	3,0	2,2	19,6	**110**	85,9	42,8	1,2	5,1	329 дош.пит. 2012	
Пюре тыквенное с курагой	**150**	3,9	2,8	24,5	**138**	107,4	53,5	1,5	6,4	329 дош.пит. 2012	
Пюре из овощей	**110**	2,6	3,2	12,1	**88**	38,9	28,4	1,0	19,7	330 дош.пит. 2012	
Пюре из овощей	**130**	3,1	3,8	14,3	**104**	46,0	33,6	1,2	23,3	330 дош.пит. 2012	
Пюре из овощей	**120**	2,8	3,5	13,2	**96**	42,5	31,0	1,1	21,5	330 дош.пит. 2012	
Пюре из овощей	**150**	3,5	4,4	16,5	**120**	53,1	38,7	1,4	26,9	330 дош.пит. 2012	
Овощи, припущенные со сливочным маслом	**110**	2,6	3,2	12,1	**88**	39,0	28,4	1,0	19,7	331 дош.пит. 2012	

Овощи, припущенные со сливочным маслом	**130**	3,0	3,8	14,3	**104**	46,0	33,6	1,2	23,3	331 дош.пит. 2012	
Овощи, припущенные со сливочным маслом	**120**	1,8	2,9	11,4	**79**	33,8	46,0	0,9	3,4	331 дош.пит. 2012	
Овощи, припущенные со сливочным маслом	**150**	2,3	3,7	14,3	**99**	42,3	57,5	1,1	4,3	331 дош.пит. 2012	
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**110**	2,3	2,1	9,7	**67**	46,3	23,1	0,6	9,0	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 350 110 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**130**	2,7	2,5	11,5	**79**	54,7	27,3	0,7	10,6	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 350 130 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**120**	2,5	2,3	10,6	**73**	50,5	25,2	0,7	9,8	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 350 120 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**150**	3,1	2,9	13,3	**91**	63,1	31,5	0,9	12,3	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 350 150 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**110**	2,5	2,2	10,1	**70**	55,9	24,0	0,6	9,0	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 366 110 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**130**	3,0	2,6	11,9	**83**	66,1	28,4	0,7	10,6	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 366 130 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**120**	2,7	2,4	11,0	**76**	60,9	26,2	0,7	9,8	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 366 120 г
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	**150**	3,4	3,0	13,8	**95**	76,1	32,8	0,9	12,3	332 дош.пит. 2012	овощи соус № 366 150 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,7	1,5	8,2	**53**	42,1	36,1	0,7	2,3	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 350 100 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	2,0	1,8	9,7	**63**	49,8	42,7	0,8	2,7	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 350 100 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	1,9	1,6	8,9	**58**	45,9	39,4	0,7	2,5	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 350 100 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	2,4	2,0	11,1	**72**	57,4	49,3	0,9	3,1	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 350 120 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,9	1,6	8,4	**55**	49,2	36,7	0,7	2,5	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 120 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	2,2	1,9	9,9	**65**	58,1	43,4	0,8	3,0	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 120 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	2,1	1,7	9,2	**60**	53,7	40,0	0,8	2,7	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 120 г
Овощи (морковь) в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	2,6	2,1	11,5	**76**	67,1	50,0	1,0	3,4	333 дош.пит. 2012	морковь соус № 366 150 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,6	1,5	6,3	**45**	42,7	16,2	0,5	4,1	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 350 110 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	1,9	1,8	7,4	**53**	50,5	19,1	0,5	4,8	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 350 130 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	1,7	1,7	6,9	**49**	46,6	17,7	0,5	4,5	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 350 120 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	2,1	2,1	8,6	**62**	58,3	22,1	0,6	5,6	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 350 150 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,6	1,5	6,3	**45**	42,7	16,2	0,5	4,1	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 366 110 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	1,9	1,8	7,4	**53**	50,5	19,1	0,5	4,8	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 366 130 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	1,9	1,7	7,2	**52**	54,3	18,4	0,4	4,6	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 350 120 г
Овощи (тыква) в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	2,4	2,1	9,0	**65**	67,9	23,0	0,5	5,8	333 дош.пит. 2012	тыква соус № 366 150 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,2	1,7	6,8	**48**	33,7	11,9	0,5	8,2	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 350 110 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	1,4	2,0	8,0	**56**	39,8	14,1	0,6	9,7	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 350 130 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	1,3	1,9	7,4	**52**	36,8	12,9	0,5	8,9	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 350 120 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	1,6	2,4	9,3	**65**	46,0	16,1	0,6	11,1	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 350 150 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,2	1,7	6,8	**47**	40,8	12,5	0,5	8,2	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 366 110 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	1,4	2,0	8,1	**56**	48,2	14,8	0,5	9,7	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 366 130 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	1,5	2,0	7,7	**55**	44,5	13,7	0,5	9,0	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 366 120 г
Овощи (кабачки) в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	1,9	2,5	9,7	**69**	55,6	17,1	0,6	11,2	333 дош.пит. 2012	кабачки соус № 366 150 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,9	1,5	9,9	**61**	51,1	21,9	1,3	4,6	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 350 110 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	2,2	1,8	11,7	**72**	60,4	25,9	1,5	5,4	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 350 130 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	2,1	1,6	10,8	**66**	55,7	23,9	1,4	5,5	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 350 120 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	2,6	2,0	13,5	**83**	69,6	29,9	1,8	6,9	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 350 150 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	4,6	1,7	15,6	**97**	74,8	39,7	1,9	8,9	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 110 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	5,4	2,0	18,4	**114**	88,4	46,9	2,2	10,5	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 130 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	5,0	1,9	17,0	**106**	81,6	43,3	2,1	9,7	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 120 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	6,3	2,4	21,3	**133**	102,0	54,1	2,6	12,1	333 дош.пит. 2012	свекла соус № 366 150 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**110**	1,5	1,8	7,1	**51**	41,4	20,2	0,6	4,3	333 дош.пит. 2012	горошек соус № 366 110 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**130**	1,7	2,1	8,4	**60**	48,9	23,9	0,7	5,1	333 дош.пит. 2012	горошек соус № 366 130 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**120**	1,6	1,9	7,7	**55**	45,2	22,1	0,7	4,7	333 дош.пит. 2012	горошек соус № 366 120 г
Овощи в молочном соусе (2-й вариант)	**150**	2,0	2,4	9,7	**69**	56,5	27,6	0,9	5,9	333 дош.пит. 2012	горошек соус № 366 150 г

Морковь, тушенная в сметанном соусе	**110**	1,5	3,1	7,7	**65**	32,2	37,6	0,7	2,9	334 дош.пит. 2012	с соусом № 354 110 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**130**	1,8	3,7	9,1	**77**	38,1	44,4	0,8	3,4	334 дош.пит. 2012	с соусом № 354 130 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**120**	1,7	3,4	8,5	**71**	35,1	40,9	0,8	3,2	334 дош.пит. 2012	с соусом № 354 120 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**150**	2,1	4,2	10,6	**89**	43,9	51,1	1,0	4,0	334 дош.пит. 2012	с соусом № 354 150 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**110**	1,6	4,9	5,7	**80**	36,7	37,8	0,7	2,9	334 дош.пит. 2012	с соусом № 367 110 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**130**	1,9	5,8	6,7	**94**	43,4	44,7	0,8	3,4	334 дош.пит. 2012	с соусом № 367 120 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**120**	1,7	5,3	8,2	**87**	40,0	41,2	0,8	3,2	334 дош.пит. 2012	с соусом № 367 130 г
Морковь, тушенная в сметанном соусе	**150**	2,1	6,6	10,3	**109**	50,0	51,5	1,0	4,0	334 дош.пит. 2012	с соусом № 367 150 г
Морковь, тушенная с черносливом	**110**	1,9	4,2	22,6	**146**	49,1	64,8	1,5	3,3	335 дош.пит. 2012	с черносливом 110 г
Морковь, тушенная с черносливом	**130**	2,2	5,0	26,8	**173**	58,0	76,6	1,8	3,9	335 дош.пит. 2012	с черносливом 130 г
Морковь, тушенная с черносливом	**120**	2,1	4,6	24,7	**148**	53,6	70,7	1,6	3,6	335 дош.пит. 2012	с черносливом 120 г
Морковь, тушенная с черносливом	**150**	2,6	5,8	30,9	**185**	67,0	88,4	2,0	4,5	335 дош.пит. 2012	с черносливом 150 г
Морковь, тушенная с яблоками	**110**	1,3	4,0	8,4	**75**	29,6	54,4	1,1	4,1	335 дош.пит. 2012	с яблоком 110 г
Морковь, тушенная с яблоками	**130**	1,5	4,7	9,9	**88**	35,0	64,3	1,3	4,8	335 дош.пит. 2012	с яблоком 130 г
Морковь, тушенная с яблоками	**120**	1,4	4,4	9,1	**82**	32,3	59,3	1,2	4,5	335 дош.пит. 2012	с яблоком 120 г
Морковь, тушенная с яблоками	**150**	1,8	5,5	11,4	**103**	40,4	74,1	1,5	5,6	335 дош.пит. 2012	с яблоком 150 г
Капуста тушеная	**110**	2,3	3,6	7,2	**69**	59,9	22,7	0,9	18,9	336 дош.пит. 2012г	
Капуста тушеная	**130**	2,7	4,2	8,4	**81**	69,9	26,5	1,1	23,1	336 дош.пит. 2012г	
Капуста тушеная	**120**	2,5	3,9	7,8	**76**	66,5	24,8	1,0	20,6	336 дош.пит. 2012г	
Капуста тушеная	**150**	3,1	4,8	9,6	**93**	81,6	30,4	1,2	25,5	336 дош.пит. 2012г	
Капуста, тушенная в молоке	**110**	2,4	2,4	6,5	**57**	83,4	21,0	0,7	18,3	337 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная в молоке	**130**	2,8	2,8	7,6	**67**	97,3	24,5	0,8	21,4	337 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная в молоке	**120**	2,7	2,6	7,2	**63**	91,0	22,9	0,8	20,0	337 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная в молоке	**150**	3,3	3,3	8,9	**79**	114,7	28,8	1,0	25,2	337 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная с яблоками	**110**	2,0	5,9	7,5	**90**	58,3	18,9	1,1	13,5	338 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная с яблоками	**130**	2,3	6,9	8,8	**106**	68,4	22,2	1,3	15,8	338 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная с яблоками	**120**	2,1	6,4	8,2	**99**	63,6	20,6	1,2	14,7	338 дош.пит. 2012	
Капуста, тушенная с яблоками	**150**	2,7	8,1	10,3	**125**	80,2	26,0	1,5	18,5	338 дош.пит. 2012	
Свекла, тушенная в белом соусе	**110**	1,6	3,5	10,8	**81**	39,3	22,1	1,4	1,3	339 дош.пит. 2012	
Свекла, тушенная в белом соусе	**130**	1,9	4,2	12,8	**96**	46,7	26,2	1,7	1,5	339 дош.пит. 2012	
Свекла, тушенная в белом соусе	**120**	1,8	3,9	11,7	**89**	42,9	24,1	1,5	1,4	339 дош.пит. 2012	
Свекла, тушенная в белом соусе	**150**	2,2	4,8	14,6	**110**	53,3	29,9	1,9	1,8	339 дош.пит. 2012	
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**110**	1,8	1,4	9,8	**59**	42,1	23,0	1,5	1,3	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 354 110 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**130**	2,1	1,6	11,2	**68**	42,8	23,4	1,5	1,3	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 354 130 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**120**	1,9	1,6	10,8	**65**	45,9	25,1	1,6	1,4	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 354 120 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**150**	2,4	1,9	13,2	**79**	56,2	30,7	2,0	1,8	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 354 150 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**110**	1,8	3,6	9,5	**78**	47,3	23,2	1,4	1,3	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 367 110 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**130**	2,1	4,3	11,2	**92**	55,9	27,4	1,7	1,5	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 367 130 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**120**	2,0	4,0	10,5	**85**	51,6	25,4	1,6	1,4	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 367 120 г
Свекла, тушенная в сметанном соусе	**150**	2,5	5,0	13,1	**107**	64,5	31,8	2,0	1,8	340 дош.пит. 2012	овощи соус № 367 150 г
Кабачки, тушённые в сметане	**110**	1,0	4,9	5,6	**71**	27,2	11,6	0,5	11,9	341 дош.пит. 2012	кабачки тушеные 110 г
Кабачки, тушённые в сметане	**130**	1,2	5,8	6,6	**84**	32,1	13,7	0,6	14,1	341 дош.пит. 2012	кабачки тушеные 130 г
Кабачки, тушённые в сметане	**120**	1,1	5,3	6,1	**77**	29,7	12,7	0,5	13,0	341 дош.пит. 2012	кабачки тушеные 120 г
Кабачки, тушённые в сметане	**150**	1,4	6,6	7,6	**97**	37,1	15,9	0,6	16,3	341 дош.пит. 2012	кабачки тушеные 150 г
Тыква, тушённая в сметане	**110**	1,4	4,7	5,2	**69**	36,9	16,3	0,5	6,0	341 дош.пит. 2012	тыква тушеная 110 г
Тыква, тушённая в сметане	**130**	1,7	5,6	6,1	**81**	43,6	19,3	0,6	7,1	341 дош.пит. 2012	тыква тушеная 130 г
Тыква, тушённая в сметане	**120**	1,5	5,1	6,9	**80**	40,3	17,8	0,5	6,5	341 дош.пит. 2012	тыква тушеная 120 г

Тыква, тушённая в сметане	**150**	1,9	6,4	8,6	**100**	50,4	22,3	0,6	8,1	341 дош.пит. 2012	тыква тушеная 150 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**110**	2,1	4,5	10,5	**90**	29,2	23,5	0,8	7,5	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 100 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,5	5,3	12,4	**107**	34,5	27,8	0,9	8,9	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 100 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**120**	2,3	4,9	11,5	**98**	35,7	23,6	0,8	8,2	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 120 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**150**	2,9	6,1	14,4	**123**	44,6	29,5	1,0	10,3	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 150 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**110**	2,1	4,7	9,8	**90**	32,8	21,6	0,8	7,2	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 100 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,5	5,6	11,6	**107**	38,8	25,5	0,9	8,5	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 100 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**120**	2,3	5,1	10,7	**99**	44,9	25,1	0,9	7,9	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 120 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**150**	2,9	6,4	13,4	**123**	56,1	31,4	1,1	9,9	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 150 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**110**	2,3	7,3	10,1	**116**	41,1	23,0	0,8	7,9	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 100 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,7	8,6	11,9	**137**	48,6	27,2	0,9	9,3	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 100 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**120**	2,5	8,0	11,0	**126**	41,5	23,8	0,8	8,6	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 120 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**150**	3,1	10,0	13,8	**158**	51,9	29,8	1,0	10,8	342 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 150 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**110**	2,0	4,5	10,5	**91**	28,0	22,9	0,8	7,8	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 110 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,4	5,3	12,4	**107**	33,1	27,1	0,9	9,2	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 130 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**120**	2,2	4,9	11,5	**99**	30,5	24,9	0,9	8,5	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 120 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**150**	2,8	6,2	14,6	**123**	38,0	31,0	1,1	10,4	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 150 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**110**	2,1	4,8	9,9	**91**	31,5	21,0	0,8	7,5	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 110 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,5	5,7	11,7	**107**	37,2	24,8	0,9	8,9	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 130 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**120**	2,3	5,2	10,8	**99**	34,4	22,9	0,8	8,2	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 120 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**150**	2,9	6,5	13,5	**123**	43,0	28,6	1,1	10,3	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 150 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**110**	2,2	7,3	9,6	**113**	38,0	21,3	0,8	7,5	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 110 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,6	8,6	11,3	**133**	44,9	25,2	0,9	8,9	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 130 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**120**	2,4	8,0	10,5	**123**	41,5	23,2	0,8	8,2	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 120 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**150**	3,0	10,0	13,1	**154**	51,9	29,0	1,0	10,3	342 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 150 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**110**	1,8	4,4	10,5	**89**	34,2	22,2	0,9	8,0	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 110 г
Рагу овощное (1-й вариант)	**130**	2,1	5,2	12,4	**105**	40,4	26,2	1,1	9,5	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 130 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**120**	2,0	4,9	11,5	**97**	37,3	24,2	1,0	8,7	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 120 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**150**	2,5	6,1	14,4	**122**	46,6	30,3	1,2	10,9	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 348 150 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**110**	2,0	4,7	10,4	**92**	39,6	21,5	0,8	8,5	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 110 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**130**	2,3	5,6	12,3	**109**	46,8	25,4	0,9	10,0	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 130 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**120**	2,2	8,0	11,0	**125**	50,3	23,8	0,9	9,3	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 120 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**150**	2,8	10,0	13,8	**156**	62,9	29,8	1,1	11,6	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 354 150 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**110**	2,0	7,3	10,1	**114**	46,1	21,8	0,8	8,5	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 110 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**130**	2,4	8,6	11,9	**135**	54,5	25,8	0,9	10,0	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 130 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**120**	2,2	8,0	11,0	**125**	50,3	23,8	0,9	9,3	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 120 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**150**	2,8	10,0	13,8	**156**	62,9	29,8	1,1	11,6	343 дош.пит. 2012	с тыквой соус № 367 150 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**110**	2,0	4,5	11,5	**95**	41,1	24,4	1,0	9,7	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 110 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**130**	2,4	5,3	13,6	**112**	48,6	28,8	1,2	11,5	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 130 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**120**	2,2	4,9	12,6	**103**	44,9	26,6	1,1	10,6	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 120 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**150**	2,8	6,1	15,7	**129**	56,1	33,3	1,4	13,3	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№ 348 150 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**110**	2,1	4,7	10,9	**95**	44,7	22,5	0,9	9,4	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 110 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**130**	2,5	5,6	12,9	**112**	52,8	26,6	1,1	11,1	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 130 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**120**	2,3	5,2	11,9	**103**	48,7	24,6	1,0	10,3	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 120 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**150**	2,9	6,5	14,9	**129**	60,9	30,8	1,3	12,9	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№354 150 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**110**	2,2	7,3	10,6	**117**	51,2	22,8	0,9	9,4	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 110 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**130**	2,6	8,6	12,6	**138**	60,5	26,9	1,1	11,1	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 130 г

Рагу овощное (2-й вариант)	**120**	2,4	8,0	11,6	**127**	55,8	24,9	1,0	10,3	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 120 г
Рагу овощное (2-й вариант)	**150**	2,9	10,0	14,5	**159**	69,8	31,1	1,3	12,9	343 дош.пит. 2012	с кабачками соус№367 150 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**110**	2,0	4,5	11,6	**94**	32,8	23,2	0,9	9,4	344 дош.пит. 2012	с соусом № 348 110 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**130**	2,3	5,2	13,5	**110**	38,2	27,0	1,1	11,3	344 дош.пит. 2012	с соусом № 348 130 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**120**	2,2	4,9	12,7	**103**	35,8	25,3	1,0	10,3	344 дош.пит. 2012	с соусом № 348 120 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**150**	2,7	6,1	15,9	**129**	44,8	31,7	1,3	13,2	344 дош.пит. 2012	с соусом № 348 150 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**110**	2,1	4,7	11,0	**94**	36,4	21,3	0,8	9,2	344 дош.пит. 2012	с соусом № 354 110 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**130**	2,4	5,6	13,0	**112**	43,0	25,2	1,0	10,9	344 дош.пит. 2012	с соусом № 354 130 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**120**	2,2	5,1	12,0	**103**	39,7	23,3	0,9	10,0	344 дош.пит. 2012	с соусом № 354 120 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**150**	2,8	6,4	15,0	**129**	49,6	29,1	1,1	12,5	344 дош.пит. 2012	с соусом № 354 150 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**110**	2,1	7,5	10,7	**117**	42,9	21,7	0,8	9,1	344 дош.пит. 2012	с соусом № 367 110 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**130**	2,5	8,9	12,7	**138**	50,7	25,6	1,0	10,8	344 дош.пит. 2012	с соусом № 367 130 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**120**	2,3	7,9	11,7	**127**	46,8	23,6	0,9	10,0	344 дош.пит. 2012	с соусом № 367 120 г
Рагу овощное (3-й вариант)	**150**	2,9	9,9	14,6	**159**	58,4	29,5	1,1	12,5	344 дош.пит. 2012	с соусом № 367 150 г
Морковь, тушенная с яблоками	**110**	1,3	3,3	11,1	**79**	29,6	37,6	1,1	2,8	345 дош.пит. 2012	
Морковь, тушенная с яблоками	**130**	1,5	3,7	12,8	**91**	33,9	43,0	1,3	3,2	345 дош.пит. 2012	
Морковь, тушенная с яблоками	**120**	1,4	3,6	12,2	**87**	32,3	41,0	1,2	3,0	345 дош.пит. 2012	
Морковь, тушенная с яблоками	**150**	1,8	4,6	15,6	**111**	41,5	52,7	1,6	3,9	345 дош.пит. 2012	
Морковь, тушенная с черносливом	**110**	1,9	1,3	25,5	**122**	49,4	59,8	1,5	1,9	346 дош.пит. 2012	с соусом № 354 110 г
Морковь, тушенная с черносливом	**130**	2,3	1,6	30,1	**144**	58,3	70,6	1,7	2,2	346 дош.пит. 2012	с соусом № 354 130 г
Морковь, тушенная с черносливом	**120**	2,1	1,5	27,8	**133**	53,9	65,2	1,6	2,1	346 дош.пит. 2012	с соусом № 354 120 г
Морковь, тушенная с черносливом	**150**	2,6	1,8	34,7	**166**	67,4	81,5	2,0	2,6	346 дош.пит. 2012	с соусом № 354 150 г
Морковь, тушенная с черносливом	**110**	2,0	3,1	25,3	**137**	53,9	60,0	1,4	1,9	346 дош.пит. 2012	с соусом № 367 110 г
Морковь, тушенная с черносливом	**130**	2,3	3,7	29,9	**162**	63,7	70,9	1,7	2,2	346 дош.пит. 2012	с соусом № 367 130 г
Морковь, тушенная с черносливом	**120**	2,2	3,4	27,6	**150**	58,8	65,5	1,6	2,1	346 дош.пит. 2012	с соусом № 367 120 г
Морковь, тушенная с черносливом	**150**	2,8	4,3	34,5	**187**	73,5	81,8	2,0	2,6	346 дош.пит. 2012	с соусом № 367 150 г
Пюре гороховое	**110**	11,3	7,4	23,5	**206**	45,5	42,8	3,4	0,0	317 дош.пит. 2012	
Пюре гороховое	**130**	13,4	8,8	27,9	**245**	42,8	50,8	4,0	0,0	317 дош.пит. 2012	
Пюре гороховое	**120**	12,3	8,1	25,6	**225**	49,6	46,6	3,7	0,0	317 дош.пит. 2012	
Пюре гороховое	**150**	15,4	10,1	32,1	**281**	62,1	58,3	4,6	0,0	317 дош.пит. 2012	
Аджаб-сандали	**110**	2,3	7,6	12,2	**127**	22,0	21,9	1,0	18,4	4,19 Сб рец. нац.бл.	
Аджаб-сандали	**130**	2,7	8,9	14,3	**150**	27,0	25,7	1,2	26,0	4,19 Сб рец. нац.бл.	
Аджаб-сандали	**120**	2,5	8,4	13,4	**140**	24,0	23,9	1,0	20,0	4,19 Сб рец. нац.бл.	
Аджаб-сандали	**150**	3,1	10,5	16,8	**174**	30,0	29,9	1,3	25,0	4,19 Сб рец. нац.бл.	
Сложный гарнир 80/30	**110**	2,6	2,6	12,8	**85**	20,3	15,4	13,8	12,7	8.81 Сб. по диет.1982	Картофельное пюре с горошком
Сложный гарнир 100/30	**130**	3,0	3,3	15,6	**104**	25,3	19,1	17,2	15,1	8.81 Сб. по диет.1982	
Сложный гарнир 80/40	**120**	2,9	2,6	13,5	**89**	20,5	15,6	13,9	13,7	8.81 Сб. по диет.1982	Картофельное пюре с горошком
Сложный гарнир 100/50	**150**	3,6	3,3	16,9	**112**	25,7	19,6	17,4	17,1	8.81 Сб. по диет.1982	Картофельное пюре с горошком

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Каша рассыпчатая гречневая	**155**	8,9	6,0	39,8	**248**	15,9	140,0	4,8	0,0	165 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша рассыпчатая гречневая	**205**	11,8	6,8	53,1	**320**	20,9	186,7	6,4	0,0	165 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша рассыпчатая пшенная	**155**	6,8	5,6	39,1	**234**	17,8	48,8	1,6	0,0	165 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша рассыпчатая пшенная	**205**	9,1	6,3	52,0	**301**	23,4	65,1	2,2	0,0	165 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша рассыпчатая пшеничная	**155**	6,5	4,4	40,1	**225**	25,4	35,3	2,8	0,0	165 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша рассыпчатая пшеничная	**205**	8,6	5,8	53,0	**298**	25,4	35,3	2,8	0,0	165 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша рассыпчатая рисовая	**155**	3,7	4,2	38,7	**207**	6,1	26,3	0,6	0,0	165 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша рассыпчатая рисовая	**205**	4,9	4,3	51,6	**265**	7,9	35,1	0,7	0,0	165 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша рассыпчатая перловая	**155**	4,6	4,2	32,7	**187**	20,5	19,6	0,9	0,0	165 дош.пит 2012г	перловая с маслом
Каша рассыпчатая перловая	**205**	6,1	4,4	43,5	**238**	27,1	26,2	1,2	0,0	165 дош.пит 2012г	перловая с маслом
Каша рассыпчатая ячневая	**155**	4,9	4,3	31,9	**186**	41,1	24,5	0,9	0,0	165 дош.пит 2012г	ячневая с маслом
Каша рассыпчатая ячневая	**205**	6,6	4,5	42,4	**236**	54,5	32,7	1,2	0,0	165 дош.пит 2012г	ячневая с маслом
Каша рассыпчатая гречневая	**155**	8,8	2,4	44,6	**235**	14,9	140,0	4,8	0,0	165 дош.пит 2012г	гречневая с сахаром
Каша рассыпчатая гречневая	**205**	11,8	3,1	57,9	**307**	19,9	186,7	6,4	0,0	165 дош.пит 2012г	гречневая с сахаром
Каша рассыпчатая пшенная	**155**	6,8	2,0	2,2	**220**	16,7	48,8	1,6	0,0	165 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром
Каша рассыпчатая пшенная	**205**	9,0	2,6	56,9	**287**	17,1	39,4	1,1	0,0	165 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром
Каша рассыпчатая пшеничная	**155**	6,5	0,7	44,9	**212**	24,4	35,3	2,8	0,0	165 дош.пит 2012г	пшеничная с сахаром
Каша рассыпчатая пшеничная	**205**	8,6	1,0	59,3	**280**	17,1	39,4	1,1	0,0	165 дош.пит 2012г	пшеничная с сахаром
Каша рассыпчатая рисовая	**155**	3,7	0,5	43,6	**194**	5,1	26,3	0,6	0,0	165 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром
Каша рассыпчатая рисовая	**205**	4,9	0,7	56,4	**252**	6,8	35,1	0,7	0,0	165 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром
Каша рассыпчатая перловая	**155**	4,6	0,6	37,5	**173**	19,5	19,6	0,9	0,0	165 дош.пит 2012г	перловая с сахаром
Каша рассыпчатая перловая	**205**	6,1	0,7	48,4	**224**	26,0	26,2	1,2	0,0	165 дош.пит 2012г	перловая с сахаром
Каша рассыпчатая ячневая	**155**	4,9	0,7	36,7	**172**	40,1	24,5	0,9	0,0	165 дош.пит 2012г	ячневая с сахаром
Каша рассыпчатая ячневая	**205**	6,5	0,9	47,3	**223**	53,4	32,7	1,2	0,0	165 дош.пит 2012г	ячневая с сахаром
Каша рассыпчатая гречневая	**160**	8,9	6,0	44,7	**268**	16,0	140,0	4,8	0,0	165 дош.пит 2012г	гречневая масло, сахар
Каша рассыпчатая гречневая	**210**	11,8	6,8	58,0	**340**	21,1	186,7	6,4	0,0	165 дош.пит 2012г	гречневая масло, сахар
Каша рассыпчатая пшенная	**160**	6,8	5,6	43,9	**253**	17,9	48,8	1,7	0,0	165 дош.пит 2012г	пшенная масло, сахар
Каша рассыпчатая пшенная	**210**	9,1	6,3	56,9	**320**	23,6	65,1	2,2	0,0	165 дош.пит 2012г	пшенная масло, сахар
Каша рассыпчатая пшеничная	**160**	6,5	4,4	44,9	**245**	25,6	35,3	2,9	0,0	165 дош.пит 2012г	пшеничная масло, сахар
Каша рассыпчатая пшеничная	**210**	8,5	5,7	59,0	**322**	25,6	35,3	2,8	0,0	165 дош.пит 2012г	пшеничная масло, сахар
Каша рассыпчатая рисовая	**160**	3,7	4,2	43,6	**227**	62,0	26,3	0,6	0,0	165 дош.пит 2012г	рисовая масло, сахар
Каша рассыпчатая рисовая	**210**	4,9	4,3	56,5	**285**	78,0	35,1	0,8	0,0	165 дош.пит 2012г	рисовая масло, сахар
Каша рассыпчатая перловая	**160**	4,6	4,2	37,6	**206**	20,7	19,6	0,9	0,0	165 дош.пит 2012г	перловая масло, сахар
Каша рассыпчатая перловая	**210**	6,1	4,4	48,4	**257**	27,2	26,2	1,2	0,0	165 дош.пит 2012г	перловая масло, сахар
Каша рассыпчатая ячневая	**160**	4,9	4,3	36,8	**205**	41,2	24,5	0,9	0,0	165 дош.пит 2012г	ячневая масло, сахар
Каша рассыпчатая ячневая	**210**	6,6	4,5	47,3	**256**	54,6	32,7	1,2	0,0	165 дош.пит 2012г	ячневая масло, сахар
Каша рассыпчатая гречневая с овощами	**155**	7,9	5,2	35,4	**220**	19,8	128,1	4,2	4,2	166 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша рассыпчатая гречневая с овощами	**205**	11,0	5,9	49,1	**293**	26,3	177,4	5,8	0,8	166 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**155**	6,2	4,9	35,0	**209**	21,6	50,1	1,5	0,6	166 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**205**	8,5	5,5	48,2	**276**	28,6	68,0	2,1	0,8	166 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**155**	5,9	3,9	35,9	**202**	28,2	38,3	2,6	0,6	166 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**205**	6,9	4,0	41,5	**229**	33,0	44,7	3,0	0,8	166 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша рассыпчатая с овощами рисовая с маслом	**155**	3,5	0,4	34,7	**186**	11,4	30,5	0,6	0,6	166 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша рассыпчатая с овощами рисовая с маслом	**205**	4,8	3,9	47,8	**246**	14,6	40,9	0,8	0,8	166 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**155**	4,3	3,8	29,5	**169**	23,9	24,7	0,9	0,6	166 дош.пит 2012г	перловая с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**205**	5,9	3,9	40,7	**221**	31,9	32,9	1,3	0,8	166 дош.пит 2012г	перловая с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**155**	4,6	3,8	28,8	**168**	41,7	29,0	0,9	0,6	166 дош.пит 2012г	ячневая с маслом
Каша рассыпчатая с овощами	**205**	6,3	4,0	39,7	**220**	56,6	38,8	1,3	0,8	166 дош.пит 2012г	ячневая с маслом
Каша рассыпчатая пшенная с фруктами	**155 г**	5,6	9,4	43,2	**280**	35,2	50,3	2,1	1,3	167 дош.пит 2012г	

Каша рассыпчатая пшенная с фруктами	**205 г**	7,4	11,9	57,5	**367**	47,0	67,6	2,9	1,7	167 дош.пит 2012г	
Каша молочная вязкая гречневая с маслом	**135**	4,1	4,2	18,2	**127**	8,0	64,0	2,2	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша молочная вязкая гречневая с маслом	**155**	4,7	4,9	20,9	**146**	9,2	73,5	2,5	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша молочная вязкая гречневая с маслом	**185**	5,6	4,8	25,1	**166**	10,9	88,3	3,0	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша молочная вязкая гречневая с маслом	**205**	6,2	5,3	27,9	**184**	12,1	98,1	3,3	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая с маслом
Каша молочная вязкая пшенная	**155**	4,3	4,9	24,4	**159**	11,8	30,5	1,0	0,0	168 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша молочная вязкая пшенная	**205**	5,7	5,3	32,6	**200**	15,5	40,7	1,3	0,0	168 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша молочная вязкая пшеничная	**155**	4,1	4,1	25,1	**153**	16,6	22,1	20,0	0,0	168 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша молочная вязкая пшеничная	**205**	5,4	4,2	33,4	**193**	21,5	29,4	2,3	0,0	168 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша молочная вязкая рисовая	**155**	2,3	4,0	24,1	**141**	4,5	16,4	0,3	0,0	168 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша молочная вязкая рисовая	**205**	3,1	4,1	32,1	**177**	5,7	21,8	0,5	0,0	168 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша молочная вязкая перловая	**155**	3,1	4,0	21,8	**135**	14,3	13,1	0,6	0,0	168 дош.пит 2012г	перловая с маслом
Каша молочная вязкая перловая	**205**	4,1	4,1	29,0	**170**	18,8	17,5	0,8	0,0	168 дош.пит 2012г	перловая с маслом
Каша вязкая ячневая	**155**	3,3	4,1	21,2	**135**	28,0	16,4	0,6	0,0	168 дош.пит 2012г	ячневая с маслом
Каша вязкая ячневая	**205**	4,4	4,2	28,3	**169**	37,1	21,8	0,8	0,0	168 дош.пит 2012г	ячневая с маслом
Каша вязкая овсяная	**155**	4,6	5,9	21,8	**159**	18,9	42,1	1,2	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша вязкая овсяная	**205**	6,1	6,7	29,0	**200**	24,5	56,2	1,5	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша вязкая геркулес	**155**	4,1	5,7	20,4	**149**	18,9	42,1	1,2	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная геркулес маслом
Каша вязкая геркулес	**205**	5,4	6,4	27,1	**187**	24,5	56,2	1,5	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная геркулес маслом
Каша вязкая манная	**155**	3,4	4,0	22,9	**141**	8,4	5,9	0,3	0,0	168 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша вязкая манная	**205**	4,5	4,1	30,6	**177**	10,6	7,9	0,5	0,0	168 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша вязкая гречневая	**155**	4,6	1,2	25,8	**133**	8,2	73,5	2,5	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая с сахаром
Каша вязкая гречневая	**205**	6,2	1,7	32,7	**170**	11,0	98,1	3,3	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая с сахаром
Каша вязкая пшенная	**155**	4,2	1,2	29,3	**145**	10,8	30,5	1,0	0,0	168 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром
Каша вязкая пшенная	**205**	5,6	1,7	37,4	**187**	14,5	40,7	1,4	0,0	168 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром
Каша вязкая пшеничная	**155**	4,0	0,5	29,9	**140**	15,6	22,1	1,8	0,0	168 дош.пит 2012г	пшеничная с сахаром
Каша вязкая пшеничная	**205**	5,4	0,6	38,2	**180**	20,5	29,4	2,3	0,0	168 дош.пит 2012г	пшеничная с сахаром
Каша вязкая рисовая	**155**	2,3	0,3	28,9	**128**	3,5	16,4	0,4	0,0	168 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром
Каша вязкая рисовая	**205**	3,1	0,4	36,9	**164**	4,7	21,8	0,5	0,0	168 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром
Каша вязкая перловая	**155**	3,0	0,4	26,6	**122**	13,3	13,1	0,6	0,0	168 дош.пит 2012г	перловая с сахаром
Каша вязкая перловая	**205**	4,1	0,5	33,9	**156**	17,8	17,5	0,8	0,0	168 дош.пит 2012г	перловая с сахаром
Каша вязкая ячневая	**155**	3,3	0,4	26,1	**121**	27,0	16,4	0,6	0,0	168 дош.пит 2012г	ячневая с сахаром
Каша вязкая ячневая	**205**	4,4	0,6	33,1	**155**	36,0	21,8	0,8	0,0	168 дош.пит 2012г	ячневая с сахаром
Каша вязкая овсяная	**155**	4,5	2,3	26,6	**145**	17,8	42,1	1,2	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша вязкая овсяная	**205**	6,0	3,1	33,9	**187**	23,9	56,2	1,6	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша вязкая геркулес	**155**	4,0	2,1	25,2	**135**	17,8	42,1	1,2	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная геркулес маслом
Каша вязкая геркулес	**205**	5,4	2,8	32,0	**174**	23,9	56,2	1,6	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная геркулес маслом
Каша вязкая манная	**155**	3,4	0,3	27,8	**128**	8,4	5,9	0,3	0,0	168 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша вязкая манная	**205**	4,5	0,4	35,6	**163**	10,6	7,9	0,5	0,0	168 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша вязкая гречневая с сахаром и маслом	**150**	4,7	4,9	25,8	**166**	9,4	73,5	2,5	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая масло, сахар
Каша вязкая гречневая с сахаром и маслом	**200**	6,2	5,3	32,8	**203**	12,2	98,1	3,3	0,0	168 дош.пит 2012г	гречневая масло, сахар
Каша молочная вязкая пшенная с сахаром и маслом	**155**	4,3	4,9	29,3	**178**	12,0	30,5	1,0	0,0	168 дош.пит 2012г	пшенная масло, сахар
Каша молочная вязкая пшенная с сахаром и маслом	**205**	5,7	5,3	37,4	**220**	15,6	40,7	1,4	0,0	168 дош.пит 2012г	пшенная масло, сахар
Каша молочная вязкая пшеничная с сахаром и маслом	**155**	4,1	4,1	29,9	**173**	16,7	22,1	1,8	0,0	168 дош.пит 2012г	пшеничная масло, сахар
Каша молочная вязкая пшеничная с сахаром и маслом	**205**	5,4	4,2	38,3	**213**	21,6	29,4	2,3	0,0	168 дош.пит 2012г	пшеничная масло, сахар
Каша молочная вязкая рисовая с сахаром и маслом	**155**	2,3	4,0	29,0	**161**	4,7	16,4	0,4	0,0	168 дош.пит 2012г	рисовая масло, сахар
Каша молочная вязкая рисовая с сахаром и маслом	**205**	3,1	4,1	37,0	**197**	5,9	21,8	0,5	0,0	168 дош.пит 2012г	рисовая масло, сахар
Каша молочная вязкая перловая с сахаром и маслом	**155**	3,1	4,0	26,7	**155**	14,4	13,1	0,6	0,0	168 дош.пит 2012г	перловая масло, сахар
Каша молочная вязкая перловая с сахаром и маслом	**205**	4,1	4,1	33,9	**189**	18,9	17,5	0,8	0,0	168 дош.пит 2012г	перловая масло, сахар
Каша молочная вязкая ячневая с сахаром и маслом	**155**	3,3	4,1	26,1	**154**	28,2	16,4	0,6	0,0	168 дош.пит 2012г	ячневая масло, сахар
Каша молочная вязкая ячневая с сахаром и маслом	**205**	4,4	4,2	33,2	**188**	37,2	21,8	0,8	0,0	168 дош.пит 2012г	ячневая масло, сахар
Каша молочная вязкая овсянная с сахаром и маслом	**155**	4,6	5,9	26,7	**178**	19,0	42,1	1,2	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша молочная вязкая овсянная с сахаром и маслом	**205**	6,1	6,7	33,9	**220**	25,0	56,2	1,6	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная с маслом

Каша молочная вязкая овсянная геркулес с сахаром и маслом	**155**	4,1	5,7	25,3	**168**	19,0	42,1	1,2	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная геркулес маслом
Каша молочная вязкая овсянная геркулес с сахаром и маслом	**205**	5,4	6,4	32,0	**207**	25,0	56,2	1,6	0,0	168 дош.пит 2012г	овсяная геркулес маслом
Каша молочная вязкая манная с сахаром и маслом	**155**	3,4	4,0	27,8	**161**	8,4	5,9	0,3	0,0	168 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша молочная вязкая манная с сахаром и маслом	**205**	4,5	4,1	35,5	**197**	10,6	7,9	0,5	0,0	168 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша манная с изюмом и яблоками	**155 г**	4,1	4,5	21,9	**144**	107,6	17,1	0,8	1,5	179 дош.пит 2012г	
Каша манная с изюмом и яблоками	**205 г**	5,5	5,9	29,6	**194**	142,7	22,8	1,1	2,0	179 дош.пит 2012г	
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	6,2	6,9	29,1	**203**	113,7	39,0	1,2	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 1
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	8,1	9,7	38,4	**273**	150,5	51,3	1,6	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 1
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	5,5	6,3	26,1	**184**	113,0	41,4	1,4	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 2
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	7,5	9,1	35,2	**253**	153,7	56,3	1,9	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 2
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	6,5	6,9	26,7	**194**	111,9	69,1	2,2	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 3
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	8,5	9,7	35,1	**262**	148,1	91,8	3,0	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 3
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	6,5	7,4	26,6	**199**	120,6	58,6	1,9	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 4
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	8,5	10,5	35,1	**268**	159,8	76,7	2,5	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 4
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	6,2	7,4	26,6	**198**	123,5	44,5	1,4	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 5
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	8,1	10,4	35,3	**268**	163,5	58,6	1,9	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 5
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	6,5	7,3	26,7	**198**	118,6	60,4	2,0	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 6
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	8,5	10,2	35,2	**267**	156,5	79,8	2,6	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 6
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	6,1	7,1	26,6	**195**	120,0	48,8	1,6	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 7
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	8,1	10,0	35,4	**264**	159,6	64,8	2,1	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 7
Каша из смеси круп с яблоками	**150**	5,7	6,6	26,9	**190**	116,4	37,6	1,3	1,1	180 дош.пит 2012г	Вариант 8
Каша из смеси круп с яблоками	**200**	7,5	9,4	35,3	**256**	155,4	48,9	1,6	1,5	180 дош.пит 2012г	Вариант 8
Каша жидкая пшенная с маслом сл.	**135**	3,0	4,0	17,2	**117**	8,6	21,5	0,7	0,0	185 дош.пит 2012г	
Каша жидкая пшенная с маслом сл.	**155**	3,5	4,6	19,8	**134**	9,9	24,7	0,8	0,0	185 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша жидкая пшенная с маслом сл.	**205**	4,6	4,9	26,3	**168**	13,0	32,9	1,1	0,0	185 дош.пит 2012г	пшенная с маслом
Каша жидкая овсянная с маслом сл.	**155**	3,7	5,4	17,6	**134**	19,9	34,5	1,2	0,0	185 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша жидкая овсянная с маслом сл.	**205**	4,9	6,0	23,5	**168**	26,6	46,0	1,6	0,0	185 дош.пит 2012г	овсяная с маслом
Каша жидкая геркулес с маслом сл.	**155**	2,9	5,0	14,3	**114**	12,8	29,5	0,8	0,0	185 дош.пит 2012г	овсян.геркулес с маслом
Каша жидкая геркулес с маслом сл.	**205**	3,8	5,5	19,0	**141**	17,1	39,4	1,1	0,0	185 дош.пит 2012г	овсян.геркулес с маслом
Каша жидкая рисовая с маслом сл.	**155**	1,6	3,8	16,9	**109**	3,7	11,5	0,2	0,0	185 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша жидкая рисовая с маслом сл.	**205**	2,2	3,9	22,5	**134**	4,7	15,3	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	рисовая с маслом
Каша жидкая манная с маслом сл.	**155**	2,4	3,8	16,1	**108**	6,5	4,2	0,2	0,0	185 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша жидкая манная с маслом сл.	**205**	3,2	3,9	21,4	**134**	8,0	5,5	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	манная с маслом
Каша жидкая пшеничная с маслом сл.	**155**	4,1	4,0	25,3	**154**	16,8	22,3	1,8	0,0	185 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша жидкая пшеничная с маслом сл.	**205**	4,4	4,1	27,0	**162**	17,8	23,8	1,9	0,0	185 дош.пит 2012г	пшеничная с маслом
Каша жидкая пшенная с сахаром	**155**	3,4	1,0	24,6	**121**	8,9	24,7	0,8	0,0	185 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром
Каша жидкая пшенная с сахаром	**205**	4,6	1,3	31,2	**155**	11,9	32,9	1,1	0,0	185 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром
Каша жидкая овсянная с сахаром	**155**	3,7	1,8	22,5	**121**	19,9	34,5	1,2	0,0	185 дош.пит 2012г	овсяная с сахаром
Каша жидкая овсянная с сахаром	**205**	4,9	2,4	28,3	**155**	26,6	46,0	1,6	0,0	185 дош.пит 2012г	овсяная с сахаром
Каша жидкая геркулес с сахаром	**155**	2,8	1,4	19,2	**101**	12,8	29,5	0,8	0,0	185 дош.пит 2012г	овсян.геркулес с сахаром
Каша жидкая геркулес с сахаром	**205**	3,8	1,9	23,9	**128**	17,1	39,4	1,1	0,0	185 дош.пит 2012г	овсян.геркулес с сахаром
Каша жидкая рисовая с сахаром	**155**	1,6	0,2	21,8	**96**	2,7	11,5	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром
Каша жидкая рисовая с сахаром	**205**	2,1	0,3	27,4	**121**	3,7	15,3	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром
Каша жидкая манная с сахаром	**155**	2,4	0,2	21,0	**95**	5,6	4,2	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	манная с сахаром
Каша жидкая манная с сахаром	**205**	3,1	0,3	26,3	**121**	7,3	5,6	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	манная с сахаром
Каша жидкая пшеничная с сахаром	**155**	3,3	0,4	25,1	**117**	12,8	17,9	1,4	0,0	185 дош.пит 2012г	пшеничная с сахаром
Каша жидкая пшеничная с сахаром	**205**	4,4	0,5	31,9	**149**	16,7	23,8	1,9	0,0	185 дош.пит 2012г	пшеничная с сахаром
Каша жидкая молочная пшенная с сахаром, маслом	**158**	3,5	4,6	24,7	**154**	10,1	24,7	0,8	0,0	185 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная пшенная с сахаром, маслом	**188**	4,1	4,4	28,3	**169**	11,8	29,7	1,0	0,0	185 дош.пит 2012г	
Каша жидкая молочная пшенная с сахаром, маслом	**208**	4,6	4,9	31,3	**187**	13,1	32,9	1,1	0,0	185 дош.пит 2012г	пшенная с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная овсянная с сахаром, маслом	**158**	3,7	5,4	22,6	**154**	21,1	34,5	1,2	0,0	185 дош.пит 2012г	овсяная с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная овсянная с сахаром, маслом	**208**	4,9	6,0	28,4	**187**	27,8	46,0	1,6	0,0	185 дош.пит 2012г	овсяная с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная овсянная геркулес с сахаром, маслом	**158**	2,9	5,0	19,2	**133**	14,0	29,5	0,8	0,0	185 дош.пит 2012г	овсян.геркулес сахар,масло

Каша жидкая молочная овсянная геркулес с сахаром, маслом	**208**	3,8	5,5	24,0	**160**	18,3	39,4	1,1	0,0	185 дош.пит 2012г	овсян.геркулес сахар,масло
Каша жидкая молочная овсянная геркулес с сахаром, маслом	**188**	3,4	5,0	21,7	**145**	16,5	35,6	1,0	0,0	185 дош.пит 2012г	
Каша жидкая молочная рисовая с сахаром, маслом	**158**	2,1	3,9	26,9	**151**	4,4	14,9	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная рисовая с сахаром, маслом	**208**	2,2	3,9	27,5	**154**	4,9	15,3	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	рисовая с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная манная с сахаром, маслом 150/3/5	**158**	2,4	3,8	21,0	**128**	6,6	4,2	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	манная с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная манная с сахаром, маслом 130/3/5	**138**	2,1	3,3	18,4	**112**	5,8	3,7	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	
Каша жидкая молочная манная с сахаром, маслом 180/3/5	**188**	2,9	3,5	23,8	**138**	7,4	5,0	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	
Каша жидкая молочная манная с сахаром, маслом 200/3/5	**208**	3,2	3,9	26,4	**153**	8,2	5,5	0,3	0,0	185 дош.пит 2012г	манная с сахаром, маслом
Каша жидкая молочная пшеничная с сахаром, маслом 150/3/5	**158**	3,3	4,0	25,2	**150**	13,9	17,9	1,4	0,0	185 дош.пит 2012г	пшеничная сахаром,маслом
Каша жидкая молочная пшеничная с сахаром, маслом 200/3/5	**208**	4,4	4,1	31,9	**182**	17,9	23,8	1,9	0,0	185 дош.пит 2012г	пшеничная сахаром,маслом
Крупеник	**150**	18,1	13,1	31,6	**316**	165,7	91,2	3,1	0,4	186 дош.пит 2012г	Вариант 1
Крупеник	**200**	24,1	17,1	41,9	**417**	216,9	121,1	4,2	0,5	186 дош.пит 2012г	Вариант 1
Крупеник	**150**	16,9	12,3	31,5	**304**	170,8	39,3	2,1	0,4	186 дош.пит 2012г	Вариант 2
Крупеник	**200**	22,5	16,0	41,9	**401**	223,6	52,0	2,9	0,5	186 дош.пит 2012г	Вариант 2
Крупеник из смеси круп	**150**	17,6	13,3	31,4	**318**	208,3	50,2	1,7	0,6	187 дош.пит 2012г	Вариант 1
Крупеник из смеси круп	**200**	23,3	17,4	41,4	**416**	277,3	65,6	2,2	0,9	187 дош.пит 2012г	Вариант 1
Крупеник из смеси круп	**150**	18,8	13,9	33,1	**332**	201,5	85,6	2,8	0,6	187 дош.пит 2012г	Вариант 2
Крупеник из смеси круп	**200**	25,0	18,2	43,8	**438**	268,7	113,2	3,7	0,8	187 дош.пит 2012г	Вариант 2
Запеканка рисовая	**150**	5,5	4,8	40,6	**227**	105,7	31,5	0,9	0,5	188 дош.пит 2012г	рисовая
Запеканка рисовая	**200**	7,8	7,1	53,9	**310**	143,0	42,3	1,2	0,7	188 дош.пит 2012г	рисовая
Запеканка манная	**150**	6,6	4,8	39,4	**227**	109,7	21,1	0,9	0,5	188 дош.пит 2012г	манная
Запеканка манная	**200**	9,2	7,1	52,4	**310**	148,3	28,5	1,2	0,7	188 дош.пит 2012г	манная
Запеканка пшенная	**150**	7,4	5,7	40,7	**244**	112,8	45,5	1,5	0,5	188 дош.пит 2012г	пшенная
Запеканка пшенная	**200**	10,3	8,3	53,9	**331**	152,5	60,6	2,1	0,7	188 дош.пит 2012г	пшенная
Запеканка пшеничная	**150**	7,3	4,9	41,4	**239**	117,7	37,1	2,3	0,5	188 дош.пит 2012г	пшеничная
Запеканка пшеничная	**200**	10,0	7,2	54,8	**324**	158,9	49,9	3,1	0,7	188 дош.пит 2012г	пшеничная
Запеканка рисовая с творогом.	**150**	9,1	7,5	47,9	**295**	75,4	32,7	1,2	0,1	189 дош.пит 2012г	
Запеканка рисовая с творогом.	**200**	12,5	10,0	64,6	**399**	102,0	43,8	1,7	0,1	189 дош.пит 2012г	
Запеканка со свежими плодами	**150**	5,0	4,2	30,1	**178**	54,4	12,7	0,9	0,4	190 дош.пит 2012г	манная с яблоком
Запеканка со свежими плодами	**200**	6,9	5,8	41,2	**244**	73,8	17,3	1,3	0,6	190 дош.пит 2012г	манная с яблоком
Запеканка со свежими плодами	**150**	4,0	4,2	31,2	**178**	50,6	22,4	0,9	0,4	190 дош.пит 2012г	рисовая с яблоком
Запеканка со свежими плодами	**200**	5,5	5,8	42,7	**245**	68,8	30,3	1,3	0,6	190 дош.пит 2012г	рисовая с яблоком
Запеканка со свежими плодами	**150**	5,8	5,0	31,5	**194**	57,4	35,4	1,6	0,4	190 дош.пит 2012г	пшенная с яблоком
Запеканка со свежими плодами	**200**	7,4	6,7	39,7	**249**	76,7	43,8	2,0	0,6	190 дош.пит 2012г	пшенная с яблоком
Запеканка со свежими плодами	**150**	5,0	4,2	30,2	**178**	54,9	13,2	1,0	0,3	190 дош.пит 2012г	манная с грушей
Запеканка со свежими плодами	**200**	6,9	5,8	41,4	**245**	74,5	18,0	1,3	0,4	190 дош.пит 2012г	манная с грушей
Запеканка со свежими плодами	**150**	4,0	4,2	31,2	**178**	51,2	22,9	1,0	0,3	190 дош.пит 2012г	рисовая с грушей
Запеканка со свежими плодами	**200**	5,5	5,8	42,8	**245**	69,5	31,0	1,3	0,4	190 дош.пит 2012г	рисовая с грушей
Запеканка со свежими плодами	**150**	5,8	5,0	31,6	**194**	57,9	36,1	1,6	0,3	190 дош.пит 2012г	пшенная с грушей
Запеканка со свежими плодами	**200**	7,4	6,7	39,8	**249**	77,4	44,5	2,0	0,4	190 дош.пит 2012г	пшенная с грушей
Запеканка из смеси круп	**150**	7,0	5,5	35,5	**219**	119,5	40,8	1,6	0,5	191 дош.пит 2012г	Вариант 1
Запеканка из смеси круп	**200**	9,3	7,6	47,7	**296**	158,9	55,1	2,1	0,7	191 дош.пит 2012г	Вариант 1
Запеканка из смеси круп	**150**	8,1	6,8	35,4	**235**	125,8	63,4	2,2	0,5	191 дош.пит 2012г	Вариант 2
Запеканка из смеси круп	**200**	10,7	9,3	49,7	**317**	167,3	85,4	3,0	0,7	191 дош.пит 2012г	Вариант 2
Запеканка из смеси круп	**150**	8,2	6,2	36,1	**232**	116,8	76,0	2,7	0,5	191 дош.пит 2012г	Вариант 3
Запеканка из смеси круп	**200**	10,7	8,4	47,8	**309**	154,9	100,3	3,5	0,7	191 дош.пит 2012г	Вариант 3
Запеканка из смеси круп	**150**	8,0	7,0	36,5	**240**	136,6	51,1	1,8	0,6	191 дош.пит 2012г	Вариант 4
Запеканка из смеси круп	**200**	10,6	9,5	48,5	**321**	181,9	67,7	2,4	0,8	191 дош.пит 2012г	Вариант 4
Запеканка из смеси круп	**150**	8,0	6,6	35,6	**234**	123,4	64,9	2,3	0,5	191 дош.пит 2012г	Вариант 5
Запеканка из смеси круп	**200**	10,7	9,0	47,8	**315**	164,2	87,3	3,1	0,7	191 дош.пит 2012г	Вариант 5
Запеканка из смеси круп	**150**	8,0	6,6	36,4	**237**	132,7	56,1	2,0	0,6	191 дош.пит 2012г	Вариант 6
Запеканка из смеси круп	**200**	10,6	9,0	48,5	**317**	177,0	73,6	2,6	0,8	191 дош.пит 2012г	Вариант 6
Запеканка из смеси круп	**150**	7,8	6,3	36,9	**236**	131,2	51,0	1,8	0,6	191 дош.пит 2012г	Вариант 7

Запеканка из смеси круп	**200**	10,2	8,7	48,7	**313**	174,6	66,6	2,4	0,8	191 дош.пит 2012г	Вариант 7
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,0	5,5	29,3	**191**	111,7	35,7	1,6	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 1 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	8,2	7,4	40,1	**260**	149,3	49,1	2,3	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 1 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	7,1	6,8	29,6	**208**	124,4	58,1	2,3	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 2 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,7	9,1	40,5	**283**	166,2	78,7	3,1	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 2 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	7,1	6,2	29,8	**204**	115,5	67,9	2,6	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 3 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,7	8,4	40,7	**277**	154,4	91,8	3,6	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 3 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,6	6,7	28,9	**202**	122,8	43,9	1,8	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 4 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,2	9,0	40,0	**277**	164,7	59,7	2,5	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 4 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	7,1	6,7	23,8	**208**	122,1	59,6	2,3	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 5 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,7	8,9	40,7	**282**	163,0	80,6	3,2	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 5 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,8	6,5	23,7	**204**	123,1	48,9	2,0	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 6 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,2	8,6	40,2	**275**	164,1	66,0	2,7	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 6 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,6	6,2	29,5	**200**	121,5	44,2	1,9	0,7	192 дош.пит 2012г	Вариант 7 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	8,8	8,3	39,6	**268**	161,9	58,0	2,5	0,9	192 дош.пит 2012г	Вариант 7 с яблоками
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,0	5,5	29,4	**191**	112,4	36,4	1,7	0,4	192 дош.пит 2012г	Вариант 1 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	8,2	7,4	40,2	**260**	150,2	50,0	2,3	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 1 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	7,1	6,8	29,8	**209**	125,1	58,8	2,3	0,5	192 дош.пит 2012г	Вариант 2 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,7	9,1	40,7	**284**	167,1	79,6	3,2	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 2 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	7,1	6,2	29,9	**204**	116,2	68,6	2,6	0,5	192 дош.пит 2012г	Вариант 3 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,7	8,3	40,9	**277**	155,3	92,7	3,6	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 3 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,6	6,6	29,1	**203**	123,5	44,6	1,9	0,5	192 дош.пит 2012г	Вариант 4 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,2	8,9	40,2	**278**	165,6	60,6	2,6	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 4 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	7,1	6,6	29,9	**208**	122,7	60,3	2,4	0,5	192 дош.пит 2012г	Вариант 5 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,7	8,9	40,9	**282**	164,0	81,5	3,2	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 5 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,8	6,4	29,8	**204**	123,7	49,5	2,0	0,5	192 дош.пит 2012г	Вариант 6 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	9,2	8,6	40,4	**276**	165,0	67,0	2,8	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 6 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**150**	6,6	6,2	29,6	**201**	122,2	44,8	1,9	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 7 с грушами
Запеканка из смеси круп со свежими плодами	**200**	8,8	8,3	39,8	**269**	162,9	58,9	2,5	0,6	192 дош.пит 2012г	Вариант 7 с грушами
Пудинг рисовый	**150**	5,2	8,8	46,9	**288**	35,4	29,5	2,1	0,1	195 дош.пит 2012г	пудинг рисовый
Пудинг рисовый	**100**	3,5	5,4	32,0	**180**	23,4	19,8	1,4	0,1	195 дош.пит 2012г	пудинг рисовый
Пудинг рисовый	**130**	4,6	7,0	41,6	**234**	30,4	25,7	1,8	0,1	195 дош.пит 2012г	пудинг рисовый
Пудинг рисовый	**200**	10,5	12,6	65,9	**419**	46,8	39,6	2,8	0,1	195 дош.пит 2012г	пудинг рисовый
Пудинг манный	**150**	8,0	9,9	49,0	**318**	110,2	26,8	2,2	0,9	195 дош.пит 2012г	пудинг манный
Пудинг манный	**100**	5,3	6,6	34,0	**217**	70,3	17,5	1,5	0,6	195 дош.пит 2012г	пудинг манный
Пудинг манный	**130**	7,0	8,6	44,2	**283**	91,4	22,8	2,0	0,7	195 дош.пит 2012г	пудинг манный
Пудинг манный	**200**	10,5	12,6	65,9	**419**	140,6	34,9	2,9	1,1	195 дош.пит 2012г	пудинг манный
Пудинг пшенный	**150**	9,0	10,9	50,9	**337**	114,0	53,5	2,9	0,9	195 дош.пит 2012г	пудинг пшенный
Пудинг пшенный	**100**	5,9	7,0	34,3	**223**	72,9	35,4	2,0	0,6	195 дош.пит 2012г	пудинг пшенный
Пудинг пшенный	**130**	7,7	9,1	44,6	**290**	94,8	46,2	2,6	0,8	195 дош.пит 2012г	пудинг пшенный
Пудинг пшенный	**200**	11,8	13,9	68,6	**446**	145,8	70,8	3,9	1,1	195 дош.пит 2012г	пудинг пшенный
Пудинг из смеси круп Вариант 1	**150**	8,9	11,2	41,4	**302**	137,8	76,8	3,7	0,6	196 дош.пит 2012г	Вариант 1
Пудинг из смеси круп Вариант 1	**200**	11,6	14,3	55,2	**396**	178,5	100,7	4,9	0,8	196 дош.пит 2012г	Вариант 1
Пудинг из смеси круп Вариант 2	**150**	8,9	11,6	41,5	**305**	144,1	68,1	3,4	0,6	196 дош.пит 2012г	Вариант 2
Пудинг из смеси круп Вариант2	**200**	11,6	14,8	55,3	**401**	186,9	89,0	4,5	0,8	196 дош.пит 2012г	Вариант 2
Пудинг из смеси круп Вариант3	**150**	8,3	11,1	41,6	**299**	138,3	52,9	3,0	0,6	196 дош.пит 2012г	Вариант 3

Пудинг из смеси круп Вариант3	**200**	10,8	14,8	57,5	**406**	180,8	68,6	3,7	0,8	196 дош.пит 2012г	Вариант 3
Биточки или котлеты пшенные	**150**	7,7	5,8	38,8	**238**	70,1	47,7	1,7	0,5	198 дош.пит 2012г	пшенные
Биточки или котлеты пшенные	**200**	10,1	7,6	51,9	**316**	89,7	62,6	2,2	0,7	198 дош.пит 2012г	пшенные
Биточки или котлеты пшеничные	**150**	7,5	4,9	39,6	**232**	76,2	37,0	2,6	0,5	198 дош.пит 2012г	пшеничные
Биточки или котлеты пшеничные	**200**	9,8	6,4	52,9	**308**	97,7	48,5	3,4	0,7	198 дош.пит 2012г	пшеничные
Биточки или котлеты перловые	**150**	6,7	4,8	39,0	**226**	75,2	27,7	1,3	0,5	198 дош.пит 2012г	перловые
Биточки или котлеты перловые	**200**	8,8	6,4	52,0	**301**	96,4	36,2	1,7	0,7	198 дош.пит 2012г	перловые
Биточки или котлеты ячневые	**150**	7,0	4,9	38,2	**225**	94,8	32,4	1,3	0,5	198 дош.пит 2012г	ячневые
Биточки или котлеты ячневые	**200**	9,2	6,5	51,1	**299**	122,2	42,4	1,7	0,7	198 дош.пит 2012г	ячневые
Биточки или котлеты манные, рисовые	**150**	6,4	4,7	35,8	**211**	62,4	15,9	0,8	0,5	199 дош.пит 2012г	манные
Биточки или котлеты манные, рисовые	**200**	8,5	6,2	48,2	**283**	82,5	21,1	1,1	0,7	199 дош.пит 2012г	манные
Биточки или котлеты манные, рисовые	**150**	5,1	4,7	37,1	**211**	57,7	28,6	0,8	0,5	199 дош.пит 2012г	рисовые
Биточки или котлеты манные, рисовые	**200**	6,8	6,2	49,9	**283**	76,2	37,6	1,1	0,7	199 дош.пит 2012г	рисовые
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	8,9	7,8	39,2	**263**	163,2	54,6	1,8	1,6	200 дош.пит 2012г	Вариант 1
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	11,8	10,0	53,0	**349**	212,1	72,9	2,4	2,0	200 дош.пит 2012г	Вариант 1
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	9,8	9,2	36,9	**269**	169,7	81,2	2,5	1,6	200 дош.пит 2012г	Вариант 2
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	13,2	12,0	50,2	**361**	226,7	109,3	3,4	2,1	200 дош.пит 2012г	Вариант 2
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	9,9	8,5	31,8	**243**	157,7	96,9	3,0	1,6	200 дош.пит 2012г	Вариант 3
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	16,5	12,8	63,6	**439**	232,0	162,8	5,2	2,1	200 дош.пит 2012г	Вариант 3
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	9,7	9,2	38,2	**275**	174,4	64,7	2,0	1,6	200 дош.пит 2012г	Вариант 4
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	12,9	12,0	51,3	**365**	232,4	86,0	2,7	2,1	200 дош.пит 2012г	Вариант 4
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	9,9	9,0	37,7	**271**	166,8	84,0	2,6	1,6	200 дош.пит 2012г	Вариант 5
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	13,2	11,7	50,5	**360**	222,3	111,5	3,5	2,1	200 дош.пит 2012г	Вариант 5
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	9,6	8,9	38,3	**271**	169,3	70,7	2,2	1,6	200 дош.пит 2012г	Вариант 6
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	12,7	11,5	51,4	**359**	225,4	93,0	2,9	2,1	200 дош.пит 2012г	Вариант 6
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**150**	9,2	8,4	38,2	**265**	163,6	63,2	2,0	1,5	200 дош.пит 2012г	Вариант 7
Биточки или котлеты (из смеси круп)	**200**	12,4	10,9	51,9	**355**	217,2	84,5	2,7	2,0	200 дош.пит 2012г	Вариант 7
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	5,0	3,0	28,1	**159**	29,8	44,5	1,6	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 1
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	6,8	4,1	39,0	**220**	38,0	57,2	2,1	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 1
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	6,0	4,3	27,3	**172**	34,4	65,9	2,2	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 2
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	7,8	5,7	35,5	**225**	45,3	86,6	2,9	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 2
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	5,8	3,6	28,1	**167**	24,1	78,0	2,6	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 3
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	7,8	4,8	35,7	**218**	31,7	102,9	3,5	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 3
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	5,8	4,3	28,1	**174**	37,7	51,0	1,8	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 4
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	7,6	5,8	37,2	**231**	50,3	68,0	2,3	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 4
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	6,1	4,2	28,1	**174**	32,0	69,0	2,3	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 5
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	7,9	5,5	36,4	**227**	42,0	90,2	3,0	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 5
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	5,7	4,2	28,2	**171**	33,6	55,3	1,9	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 6
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	7,4	5,2	33,4	**223**	44,1	72,9	2,5	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 6
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**150**	5,5	4,0	28,7	**170**	31,9	50,9	1,8	0,5	201 дош.пит 2012г	Вариант 7
Котлеты или биточки (из смеси круп) с морковью	**200**	7,2	4,9	37,3	**222**	42,3	66,3	2,3	0,6	201 дош.пит 2012г	Вариант 7
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	6,7	5,3	16,6	**140**	29,0	19,8	0,7	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 1
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	8,9	7,0	22,1	**187**	21,7	14,8	0,5	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 1
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,7	6,4	17,2	**158**	27,9	29,5	1,0	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 2
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	10,3	8,6	23,0	**210**	37,2	39,4	1,3	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 2
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,6	5,8	19,9	**163**	20,8	24,2	0,8	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 3
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	10,1	7,8	26,6	**217**	27,8	32,2	1,0	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 3
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,0	5,4	17,1	**145**	21,2	23,0	0,8	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 4
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	9,3	7,2	22,8	**194**	28,3	30,7	1,0	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 4
Каша (из смеси гречневой крупы и пшено) с горбушей	**150**	7,62	5,8	17,75	**154**	19,7	34,7	1,1	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 5
Каша (из смеси гречневой крупы и пшено) с горбушей	**200**	10,2	7,7	23,7	**205**	26,3	46,2	1,5	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 5
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,2	5,8	17,3	**150**	21,7	21,7	0,7	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 6
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	9,6	7,7	23,1	**200**	29,0	28,9	1,0	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 6

Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,0	5,4	18,1	**149**	24,9	16,8	0,6	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 7
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	9,3	7,2	24,2	**198**	33,2	22,3	0,8	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 7
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,7	6,3	17,8	**159**	26,6	28,6	0,9	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 8
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	10,2	8,4	23,8	**212**	35,4	38,1	1,2	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 8
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,7	6,0	17,7	**156**	22,9	32,0	1,0	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 9
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	10,2	8,1	23,6	**208**	30,5	42,7	1,4	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 9
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,3	5,8	18,1	**154**	23,8	22,3	0,7	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 10
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	9,7	7,7	24,2	**205**	31,7	29,7	1,0	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 10
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,3	5,7	17,2	**149**	23,0	26,3	0,9	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 11
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	9,7	7,6	22,9	**199**	30,6	35,1	1,2	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 11
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,3	5,6	17,8	**151**	20,7	26,8	0,9	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 12
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	9,7	7,5	23,7	**201**	27,6	35,8	1,2	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 12
Каша (из смеси круп) с рыбой	**150**	7,7	5,9	19,5	**162**	23,3	30,3	1,0	1,2	202 дош.пит. 2012	Вариант 13
Каша (из смеси круп) с рыбой	**200**	10,3	7,9	26,0	**216**	31,1	40,4	1,2	1,6	202 дош.пит. 2012	Вариант 13
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 1	**150**	18,2	7,1	17,2	**206**	24,4	23,9	1,6	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 1
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 1	**200**	24,3	9,5	22,9	**275**	32,6	32,0	2,2	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 1
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 2	**150**	19,2	8,2	17,1	**219**	30,8	40,0	2,1	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 2
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 2	**200**	25,6	10,9	22,7	**292**	41,1	53,4	2,8	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 2
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 3	**150**	19,1	7,6	19,3	**222**	23,0	33,7	1,9	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 3
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 3	**200**	25,4	10,2	25,8	**296**	30,6	44,9	2,5	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 3
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 4	**150**	18,4	7,2	16,9	**206**	23,4	30,0	1,8	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 4
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 4	**200**	24,5	9,6	22,5	**275**	31,7	40,0	2,4	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 4
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 5	**150**	19,4	8,2	17,7	**221**	30,0	43,8	2,3	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 5
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 5	**200**	25,8	10,9	23,5	**295**	40,0	58,4	3,0	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 5
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 6	**150**	18,6	7,6	16,9	**210**	27,0	30,7	1,8	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 6
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 6	**200**	24,8	10,1	22,5	**280**	36,0	40,9	2,4	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 6
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 7	**150**	18,3	7,3	16,5	**205**	23,3	26,8	1,8	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 7
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 7	**200**	24,4	9,7	21,9	**273**	30,0	35,7	2,2	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 7
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 8	**150**	19,1	7,8	18,5	**220**	25,2	35,4	1,9	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 8
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 8	**200**	25,4	10,4	24,6	**294**	33,6	47,2	2,6	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 8
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 9	**150**	19,2	8,0	17,1	**217**	28,7	39,9	2,1	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 9
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 9	**200**	25,5	10,7	22,7	**290**	38,2	53,3	2,8	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 9
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 10	**150**	18,8	7,6	17,5	**213**	26,5	31,9	1,9	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 10
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 10	**200**	25,0	10,2	23,3	**284**	35,3	42,6	2,5	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 10
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 11	**150**	18,8	7,5	17,7	**213**	23,0	37,1	2,0	0,9	203 дош.пит. 2012	Вариант 11
Кулеш с мясом (из смеси круп) вар 11	**200**	25,1	9,9	23,6	**284**	30,7	49,5	2,7	1,2	203 дош.пит. 2012	Вариант 11
Каша вязкая с морковью	**150**	6,0	10,0	26,6	**220**	98,0	55,2	1,5	1,0	172 дош.пит. 2012	вязкая овсяная
Каша вязкая с морковью	**150**	5,5	8,4	29,5	**215**	90,3	37,1	1,8	1,0	172 дош.пит. 2012	вязкая пшеничная
Каша вязкая с морковью	**150**	5,7	9,1	28,9	**220**	86,0	44,5	1,2	1,0	172 дош.пит. 2012	вязкая пшенная
Каша вязкая с морковью	**200**	7,8	12,5	36,2	**289**	126,7	73,1	2,0	1,4	172 дош.пит. 2012	вязкая овсяная
Каша вязкая с морковью	**200**	7,3	10,4	40,1	**283**	116,4	49,0	2,4	1,4	172 дош.пит. 2012	вязкая пшеничная
Каша вязкая с морковью	**200**	7,5	11,3	39,4	**289**	110,8	58,9	1,5	1,4	172 дош.пит. 2012	вязкая пшенная
Каша манная с морковью	**150 г**	6,0	5,1	29,4	**188**	133,8	26,6	0,5	1,2	173 дош.пит. 2012	
Каша манная с морковью	**200 г**	8,0	6,8	38,6	**248**	178,0	35,5	0,7	1,6	173 дош.пит. 2012	
Каша манная с соком морковным	**150**	5,8	4,3	27,7	**173**	111,8	19,7	0,5	1,3	175 дош.пит. 2012г	с соком морковным
Каша манная с соком морковным	**200**	7,8	5,9	32,4	**234**	148,8	26,3	0,7	1,8	175 дош.пит. 2012г	с соком морковным
Каша манная с соком яблочным	**150**	5,7	4,3	22,2	**170**	109,4	19,1	0,7	1,2	175 дош.пит. 2012г	с соком яблочным
Каша манная с соком яблочным	**200**	7,6	5,9	36,6	**230**	145,6	25,4	0,9	1,6	175 дош.пит. 2012г	с соком яблочным
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	6,0	10,0	27,0	**222**	91,5	68,1	2,0	1,6	174 дош.пит. 2012г	Вариант 1
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	7,9	11,7	35,8	**280**	121,5	89,8	2,6	2,1	174 дош.пит. 2012г	Вариант 1
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	5,0	9,4	26,9	**212**	87,1	39,8	1,1	1,5	174 дош.пит. 2012г	Вариант 2
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	6,5	10,8	35,4	**265**	114,8	52,2	1,4	2,0	174 дош.пит. 2012г	Вариант 2
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	6,0	10,6	26,9	**227**	98,3	58,4	1,6	1,6	174 дош.пит. 2012г	Вариант 3

Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	7,9	12,4	35,7	**286**	130,4	77,5	2,2	2,1	174 дош.пит. 2012г	Вариант 3
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	5,8	10,6	27,9	**228**	100,3	47,5	1,3	1,6	174 дош.пит. 2012г	Вариант 4
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	7,6	12,4	35,9	**285**	132,7	62,4	1,7	2,1	174 дош.пит. 2012г	Вариант 4
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	5,8	10,4	26,4	**222**	96,1	58,3	1,6	1,6	174 дош.пит. 2012г	Вариант 5
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	7,8	12,2	35,3	**282**	127,4	77,9	2,2	2,1	174 дош.пит. 2012г	Вариант 5
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	5,6	10,2	26,9	**222**	97,1	49,8	1,4	1,6	174 дош.пит. 2012г	Вариант 6
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	7,5	12,0	35,9	**281**	129,0	66,6	1,8	2,1	174 дош.пит. 2012г	Вариант 6
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**155**	5,4	9,9	27,2	**220**	92,3	44,9	1,2	1,5	174 дош.пит. 2012г	Вариант 7
Каша вязкая из смеси круп с морковью	**205**	7,1	11,5	35,6	**274**	122,6	59,8	1,6	2,0	174 дош.пит. 2012г	Вариант 7
Каша вязкая рисовая с изюмом	**155**	4,6	5,9	38,1	**224**	94,7	31,7	1,0	0,7	176 дош.пит. 2012г	с маслом
Каша вязкая рисовая с изюмом	**205**	6,1	6,7	51,1	**289**	125,7	42,3	1,3	0,9	176 дош.пит. 2012г	с маслом
Каша вязкая манная с изюмом	**155**	5,5	5,9	37,1	**223**	97,7	22,8	1,0	0,7	176 дош.пит. 2012г	с маслом
Каша вязкая манная с изюмом	**205**	7,4	6,7	49,8	**288**	129,7	30,3	1,3	0,9	176 дош.пит. 2012г	с маслом
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,6	8,2	30,6	**227**	119,6	41,1	1,2	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 1
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,1	11,1	41,9	**308**	160,2	55,3	1,7	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 1
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,2	7,8	28,7	**213**	124,7	41,5	1,4	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 2
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	9,3	10,4	38,7	**286**	163,4	54,1	1,8	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 2
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,8	8,2	28,6	**219**	117,3	64,6	2,1	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 3
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,4	11,1	39,3	**299**	158,6	86,7	2,8	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 3
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,9	8,7	28,0	**222**	124,2	60,8	1,9	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 4
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,5	11,9	38,5	**303**	167,8	81,8	2,6	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 4
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,7	8,8	29,0	**226**	131,2	46,6	1,5	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 5
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,1	11,8	39,0	**303**	172,2	61,3	1,9	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 5
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,9	8,5	28,1	**221**	121,7	63,1	2,0	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 6
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,5	11,6	38,7	**301**	164,4	84,5	2,7	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 6
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,5	8,4	28,3	**219**	125,2	50,2	1,6	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 7
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,1	11,4	39,0	**299**	168,5	68,1	2,2	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 7
Каша из смеси круп с изюмом	**150**	7,5	8,3	28,4	**219**	124,9	48,7	1,6	0,9	177 дош.пит. 2012г	Вариант 8
Каша из смеси круп с изюмом	**200**	10,1	11,3	39,3	**299**	167,9	66,4	2,1	1,2	177 дош.пит. 2012г	Вариант 8
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	3,2	4,2	32,6	**181**	33,1	44,7	1,5	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 1
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	4,2	4,4	42,6	**226**	43,1	58,1	2,0	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 1
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	4,0	4,7	34,3	**195**	31,7	57,5	1,8	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 2
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	5,2	5,0	44,9	**246**	41,2	75,5	2,4	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 2
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	4,1	4,7	33,0	**191**	30,8	73,8	2,4	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 3
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	5,4	5,0	43,2	**240**	39,9	96,4	3,1	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 3
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	3,8	5,2	32,9	**194**	41,0	51,7	1,7	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 4
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	5,0	5,7	43,3	**244**	53,5	67,6	2,2	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 4
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	3,8	4,9	32,9	**191**	37,5	56,0	1,8	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 5
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	5,0	5,3	43,2	**241**	49,1	73,6	2,4	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 5
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	4,0	5,1	32,4	**191**	36,4	64,8	2,1	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 6
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	5,4	5,6	43,2	**244**	47,9	86,3	2,8	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 6
Каша вязкая из круп с черносливом	**155**	3,7	4,7	33,4	**190**	36,6	50,7	1,7	0,4	178 дош.пит. 2012г	Вариант 7
Каша вязкая из круп с черносливом	**205**	4,7	5,0	43,2	**237**	47,3	66,4	2,2	0,5	178 дош.пит. 2012г	Вариант 7
Каша пшенная вязкая с тыквой	**155**	6,4	6,7	29,0	**201**	112,1	44,1	1,2	2,6	169 дош.пит. 2012г	пшенная (молоко) 155 г
Каша пшенная вязкая с тыквой	**205**	8,4	7,7	38,7	**258**	148,8	58,4	1,5	3,5	169 дош.пит. 2012г	пшенная (молоко) 205 г
Каша пшенная вязкая с тыквой	**155**	5,6	6,0	27,8	**188**	83,8	40,6	1,1	2,5	169 дош.пит. 2012г	пшенная (молоко, вода) 155 г
Каша пшенная вязкая с тыквой	**205**	7,5	6,8	36,1	**236**	111,3	53,9	1,5	3,2	169 дош.пит. 2012г	пшенная (молоко, вода) 205 г
Каша пшеничная вязкая с тыквой	**155**	6,2	6,0	29,5	**197**	116,2	36,7	1,8	2,6	169 дош.пит. 2012г	пшеничная (молоко) 155 г
Каша пшеничная вязкая с тыквой	**205**	8,2	6,8	39,4	**251**	154,3	48,7	2,4	3,5	169 дош.пит. 2012г	пшеничная (молоко) 205 г
Каша пшеничная вязкая с тыквой	**155**	5,5	5,4	28,4	**183**	87,9	33,3	1,8	2,5	169 дош.пит. 2012г	пшеничная(молоко, вода)155 г
Каша пшеничная вязкая с тыквой	**205**	7,3	5,9	36,9	**230**	116,8	44,2	2,4	3,5	169 дош.пит. 2012г	пшеничная(молоко, вода)205 г
Каша рисовая вязкая с тыквой	**155**	4,9	5,9	31,3	**198**	106,0	33,6	0,6	2,6	169 дош.пит. 2012г	рисовая (молоко) 155 г
Каша рисовая вязкая с тыквой	**205**	6,5	6,7	41,7	**253**	141,9	44,8	0,8	3,2	169 дош.пит. 2012г	рисовая (молоко) 205 г

Каша рисовая вязкая с тыквой	**155**	4,2	5,3	30,1	**185**	77,8	30,1	0,6	2,5	169 дош.пит. 2012г	рисовая (молоко, вода)	155 г
Каша рисовая вязкая с тыквой	**205**	5,5	5,8	39,5	**232**	103,4	39,5	0,8	3,2	169 дош.пит. 2012г	рисовая (молоко, вода)	205 г
Каша манная с тыквой	**155 г**	3,8	5,0	20,3	**141**	76,8	20,5	0,6	3,7	170 дош.пит. 2012г		
Каша манная с тыквой	**205 г**	5,0	5,4	26,6	**175**	101,8	27,2	0,8	4,9	170 дош.пит. 2012г		
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	5,3	6,2	22,2	**165**	97,4	57,6	1,7	2,5	171 дош.пит. 2012г	Вариант 1	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	7,0	6,9	28,4	**204**	127,4	77,2	2,3	3,4	171 дош.пит. 2012г	Вариант 1	205 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	4,5	5,6	21,9	**156**	93,8	33,6	1,0	2,5	171 дош.пит. 2012г	Вариант 2	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	5,9	6,3	27,9	**192**	124,4	44,6	1,3	3,3	171 дош.пит. 2012г	Вариант 2	205 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	5,6	6,8	22,9	**175**	110,5	51,9	2,6	1,3	171 дош.пит. 2012г	Вариант 3	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	7,0	7,6	28,3	**209**	136,5	66,0	1,9	3,4	171 дош.пит. 2012г	Вариант 3	205 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	5,0	6,5	21,9	**166**	103,4	39,1	1,1	2,5	171 дош.пит. 2012г	Вариант 4	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	6,7	7,5	28,4	**208**	138,6	52,1	1,5	3,4	171 дош.пит. 2012г	Вариант 4	205 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	5,1	6,3	22,5	**167**	100,9	43,7	1,3	2,5	171 дош.пит. 2012г	Вариант 5	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	6,7	7,2	28,4	**205**	135,1	56,4	1,6	3,4	171 дош.пит. 2012г	Вариант 5	205 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	5,3	6,5	22,2	**168**	102,4	51,1	1,5	2,5	171 дош.пит. 2012г	Вариант 6	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	7,0	7,4	28,5	**208**	134,1	67,5	1,9	3,4	171 дош.пит. 2012г	Вариант 6	205 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**155 г**	4,8	6,0	22,1	**161**	96,3	38,8	11,1	2,5	171 дош.пит. 2012г	Вариант 7	155 г
Каша вязкая из смеси круп с тыквой	**205 г**	6,3	6,8	28,0	**198**	127,3	50,1	1,4	3,3	171 дош.пит. 2012г	Вариант 7	205 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	4,7	4,1	22,1	**144**	86,7	29,6	1,0	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 1	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	6,3	5,6	30,5	**198**	115,9	40,2	1,4	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 1	200 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	5,7	5,0	22,9	**160**	98,1	46,2	1,5	0,8	193 дош.пит. 2012г	Вариант 2	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	7,6	7,0	31,7	**220**	131,0	62,5	2,0	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 2	200 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	5,7	4,6	23,0	**156**	91,6	53,4	1,7	0,8	193 дош.пит. 2012г	Вариант 3	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	7,6	6,4	31,8	**215**	122,5	71,5	2,3	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 3	200 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	5,4	5,0	22,8	**158**	99,5	36,6	1,2	0,8	193 дош.пит. 2012г	Вариант 4	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	7,3	6,9	31,7	**218**	133,1	49,1	1,6	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 4	200 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	5,7	4,9	23,0	**159**	96,1	47,9	1,6	0,8	193 дош.пит. 2012г	Вариант 5	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	7,5	6,7	31,2	**215**	128,0	62,9	2,0	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 5	200 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	5,3	4,7	22,2	**153**	96,5	38,7	1,3	0,8	193 дош.пит. 2012г	Вариант 6	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	7,2	6,6	33,1	**212**	129,3	52,9	1,7	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 6	200 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**150**	5,2	4,6	22,5	**152**	95,9	35,5	1,2	0,8	193 дош.пит. 2012г	Вариант 7	150 г
Запеканка из смеси круп с тыквой	**200**	7,0	6,4	31,5	**211**	128,1	48,6	1,7	1,1	193 дош.пит. 2012г	Вариант 7	200 г
Плов с изюмом	**180**	4,4	17,4	50,2	**376**	34,1	47,8	1,4	2,2	556 Сбор.рец.1998г		
Плов с изюмом	**150**	3,7	14,5	41,8	**314**	28,4	39,8	1,2	1,8	556 Сбор.рец.1998г		
Каша боярская из пшена с изюмом	**200**	9,6	26,0	38,7	**428**	185,5	58,1	2,0	1,6	139 Сбор.рец.нац.кух		
Каша боярская из пшена с изюмом	**150**	7,2	19,5	29,0	**321**	139,1	43,6	1,5	1,2	139 Сбор.рец.нац.кух		
Каша янтарная из пшена с яблоком	**200**	8,4	12,3	39,3	**334**	167,1	51,9	1,7	3,1	140 Сбор.рец.нац.кух		
Каша янтарная из пшена с яблоком	**150**	6,3	9,2	29,5	**251**	125,3	38,9	1,30	2,3	140 Сбор.рец.нац.кух		
Каша молочная Дружба	**154**	4,0	5,7	21,1	**143**	96,5	22,9	0,40	1,0	46 "Азбука питан"		
Каша молочная Дружба	**133**	3,5	4,9	18,2	**123**	83,3	19,8	0,3	0,9	46 "Азбука питан"		
Каша молочная Дружба	**185**	4,8	6,8	25,3	**171**	115,7	27,5	0,5	1,2	46 "Азбука питан"		
Каша молочная Дружба	**205**	5,3	7,6	28,1	**190**	128,5	30,5	0,5	1,3	46 "Азбука питан"		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	**210**	5,69	9,87	30,44	**233**	128,8	36,8	0,8	0,9	175 Сбор.рец.школьн	с маслом	
Кашя вязкая молочная из риса и пшена	**157**	4,25	7,38	22,76	**174**	96,6	27,6	0,6	0,7	175 Сбор.рец.школьн	с маслом	
Кашя вязкая молочная из риса и пшена	**210**	5,33	3,49	39,4	**210**	126,7	36,8	0,8	0,9	175 Сбор.рец.школьн	с сахаром	
Кашя вязкая молочная из риса и пшена	**157**	3,98	2,61	29,46	**157**	95,1	27,6	0,6	0,7	175 Сбор.рец.школьн	с сахаром	
Кашя вязкая молочная из риса и пшена	**220**	5,69	9,87	39,52	**270**	129,1	36,8	0,8	0,9	175 Сбор.рец.школьн	с сахаром и маслом	
Кашя вязкая молочная из риса и пшена	**165**	4,27	7,4	29,64	**202**	96,9	27,6	0,6	0,7	175 Сбор.рец.школьн	с сахаром и маслом	
Плов сладкий	**150**	3,7	5,1	38,3	**291**	29,8	33,8	1,0	0,6	196 Сбор.рец.школьн.		
Плов сладкий	**100**	2,5	3,4	25,5	**194**	19,9	22,5	0,7	0,4	196 Сбор.рец.школьн.		
Плов с фруктами	**150**	4,0	10,0	40,1	**266**	44,9	49,8	1,4	1,3	195 Сбор.рец.школьн.		
Плов с фруктами	**100**	2,7	6,6	26,7	**177**	29,9	33,2	0,9	0,9	195 Сбор.рец.школьн.		

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe		
Макаронные изделия отварные	**150**	5,8	0,8	31,1	**155**	7,5	1,2	22,7	0,0	204 дош.пит. 2012
Макаронные изделия отварные	**200**	7,7	1,1	41,5	**207**	10,0	1,6	30,2	0,0	204 дош.пит. 2012
Макаронные изделия отварные с маслом	**155**	5,7	4,4	27,3	**171**	5,0	1,1	21,8	0,0	205 дош.пит. 2012
Макаронные изделия отварные с маслом	**205**	7,6	4,6	36,3	**217**	6,4	1,5	29,0	0,0	205 дош.пит. 2012
Макаронные изделия отварные с сыром	**150**	9,3	10,0	22,7	**218**	104,6	1,1	24,9	0,1	206 дош.пит. 2012
Макаронные изделия отварные с сыром	**130**	8,1	8,7	19,7	**189**	90,7	1,0	21,6	0,1	206 дош.пит. 2012
Макаронные изделия отварные с сыром	**200**	11,2	10,3	31,8	**264**	106,0	1,5	32,1	0,1	206 дош.пит. 2012
Макароны, запеченные с сыром	**155**	7,1	7,0	29,6	**210**	25,7	1,3	25,0	0,0	207 дош.пит. 2012
Макароны, запеченные с сыром	**200**	9,6	8,6	39,2	**272**	37,3	1,7	33,4	0,0	207 дош.пит. 2012
Макароны, запеченные с яйцом	**155**	7,7	6,9	23,0	**185**	27,1	1,4	23,1	0,3	208 дош.пит. 2012
Макароны, запеченные с яйцом	**205**	10,0	9,5	31,0	**250**	35,1	1,8	30,7	0,4	208 дош.пит. 2012
Макаронник	**155**	6,4	8,0	36,0	**241**	13,6	1,4	22,8	0,0	209 дош.пит. 2012
Макаронник	**205**	8,5	9,4	47,9	**311**	17,9	1,8	30,4	0,0	209 дош.пит. 2012
Запеканка из макарон с яблоками	**155**	3,9	5,8	30,3	**189**	11,1	2,4	20,7	8,0	210 дош.пит. 2012
Запеканка из макарон с яблоками	**205**	5,2	6,8	40,1	**242**	14,5	3,2	27,4	10,6	210 дош.пит. 2012
Запеканка из макарон с творогом	**155**	10,5	10,4	28,0	**247**	105,0	1,1	26,7	0,3	211 дош.пит. 2012
Запеканка из макарон с творогом	**205**	14,0	12,9	37,2	**321**	139,2	1,5	35,5	0,4	211 дош.пит. 2012
Лапшевник с творогом	**155**	13,3	11,7	31,2	**283**	99,9	1,3	28,3	0,1	212 дош.пит. 2012
Лапшевник с творогом	**205**	17,9	14,8	42,1	**373**	133,6	1,7	38,0	0,2	212 дош.пит. 2012
Макароны с овощами	**200**	8,1	6	47,5	**277**	31,5	1,5	29,2	5,6	64 Прод.и.бл в дет/п. 1991
Макароны с овощами	**150**	6,1	4,5	35,6	**208**	23,6	1,1	21,9	4,2	64 Прод.и.бл в дет/п. 1991

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Мясо отварное*	**60**	16,8	2,3	0,3	**89**	7,7	17,8	1,4	0,3	273 дош.пит. 2012	
Мясо отварное*	**80**	22,8	3,1	0,5	**120**	10,5	24,2	1,9	0,5	273 дош.пит. 2012	
Мясо тушеное с овощами в соусе	**170**	16,2	13,3	11,0	**228**	31,8	35,7	1,5	3,7	274 дош.пит. 2012	
Мясо тушеное с овощами в соусе	**220**	21,7	16,6	15,0	**296**	42,3	48,7	2,1	5,2	274 дош.пит. 2012	
Сосиски отварные	**100**	11,0	24,0	0,4	**260**	35,0	20,0	1,8	0,0	275 дош.пит. 2012	
Сосиски отварные	**80**	8,8	19,2	0,3	**208**	28,0	16,0	1,4	0,0	275 дош.пит. 2012	
Сосиски отварные	**50**	5,5	12,0	0,2	**130**	17,5	10,0	0,9	0,0	275 дош.пит. 2012	
Сардельки отварные	**100**	11,4	18,2	1,4	**214**	26,0	16,0	1,8	0,0	275 дош.пит. 2012	
Сардельки отварные	**80**	9,1	14,6	1,1	**171**	20,8	12,8	1,4	0,0	275 дош.пит. 2012	
Сардельки отварные	**50**	5,7	9,1	0,7	**107**	13,0	8,0	0,9	0,0	275 дош.пит. 2012	
Жаркое по-домашнему	**160**	19,6	5,0	17,4	**193**	22,6	47,2	2,9	6,9	276 дош.пит. 2012	
Жаркое по-домашнему	**170**	20,8	5,3	18,5	**205**	24,0	50,2	3,1	7,3	276 дош.пит. 2012	
Жаркое по-домашнему	**200**	25,0	6,8	20,0	**241**	28,3	59,7	3,6	8,2	276 дош.пит. 2012	
Жаркое по-домашнему	**220**	27,5	7,5	22,0	**265**	31,1	65,7	4,0	9,0	276 дош.пит. 2012	
Гуляш из отварного мяса	**90**	11,6	9,3	3,0	**142**	21,9	20,4	0,9	0,5	277 дош.пит. 2012	
Гуляш из отварного мяса	**100**	12,9	10,3	3,3	**158**	24,3	22,7	1,0	0,5	277 дош.пит. 2012	
Гуляш из отварного мяса	**120**	15,4	12,4	4,0	**189**	29,2	27,2	1,2	0,6	277 дош.пит. 2012	
Гуляш из отварного мяса	**160**	20,6	16,3	5,2	**250**	37,2	34,8	1,6	1,1	277 дош.пит. 2012	
Гуляш из отварного мяса	**140**	18,1	14,3	4,6	**219**	32,6	30,5	1,4	1,0	277 дош.пит. 2012	
Бефстроганов из отварного мяса	**120**	15,5	12,4	3,3	**187**	33,4	20,5	1,0	0,0	278 дош.пит. 2012	
Бефстроганов из отварного мяса	**160**	20,7	16,6	4,4	**249**	44,5	27,4	1,3	0,0	278 дош.пит. 2012	
Суфле из отварного мяса с рисом	**60**	11,6	8,9	13,1	**179**	17,5	17,2	0,8	0,0	279 дош.пит. 2012	
Суфле из отварного мяса с рисом	**80**	15,6	11,4	16,7	**232**	23,4	22,7	22,7	1,1	279 дош.пит. 2012	с водой
Суфле мясное из говядины с тыквой	**60**	8,6	3,2	1,4	**69**	10,0	9,5	1,0	0,0	280 дош.пит. 2012	с молоком
Суфле мясное из говядины с тыквой	**80**	11,5	4,4	2,1	**94**	13,3	12,7	1,3	0,0	280 дош.пит. 2012	с водой
Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	**60**	7,3	8,2	6,3	**128**	49,1	15,2	0,6	0,2	281 дош.пит. 2012	с молоком
Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	**60**	7,1	7,9	5,8	**123**	38,0	13,9	0,6	0,1	281 дош.пит. 2012	с водой
Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	**80**	9,7	10,6	8,6	**169**	64,8	20,3	0,8	0,2	281 дош.пит. 2012	с молоком
Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	**80**	9,3	10,3	8,0	**162**	50,4	18,5	0,8	0,1	281 дош.пит. 2012	с водой
Котлеты, биточки, шницели рубленые из говядины	**60**	9,3	7,1	9,6	**139**	26,1	19,3	0,9	0,1	282 дош.пит. 2012	из говядины с молоком
Котлеты, биточки, шницели рубленые из свинины	**60**	6,7	19,6	9,6	**242**	25,7	16,3	1,0	0,1	282 дош.пит. 2012	из свинины с молоком
Котлеты, биточки, шницели рубленые из говядины	**60**	8,9	6,7	9,0	**132**	10,6	17,4	0,9	0,0	282 дош.пит. 2012	из говядины с водой
Котлеты, биточки, шницели рубленые из свинины	**60**	6,3	19,3	9,0	**235**	10,2	14,4	1,0	0,0	282 дош.пит. 2012	изсвинины с водой
Котлеты, биточки, шницели рубленые из говядины	**80**	12,4	9,2	12,6	**183**	35,0	25,7	1,2	0,1	282 дош.пит. 2012	из говядины с молоком
Котлеты, биточки, шницели рубленые из свинины	**80**	8,9	26,1	12,6	**320**	34,5	21,7	1,3	0,1	282 дош.пит. 2012	из свинины с молоком
Котлеты, биточки, шницели рубленые из говядины	**80**	11,9	8,8	11,6	**173**	14,0	23,1	1,2	0,0	282 дош.пит. 2012	из говядины с водой
Котлеты, биточки, шницели рубленые из свинины	**80**	8,3	25,6	11,6	**311**	13,4	19,1	1,3	0,0	282 дош.пит. 2012	из свинины с водой
Котлеты с яблоками	**60**	8,2	6,8	6,2	**119**	10,3	16,0	1,2	0,0	283 дош.пит. 2012	
Котлеты с яблоками	**80**	11,0	9,1	8,3	**159**	13,8	21,4	1,6	0,0	283 дош.пит. 2012	
Тефтели из печени с рисом	**120**	7,7	8,4	13,1	**158**	50,2	17,2	2,4	5,6	284 дош.пит. 2012	с соусом № 352
Тефтели из печени с рисом	**160**	10,3	11,8	17,5	**217**	67,5	23,0	3,3	7,5	284 дош.пит. 2012	с соусом № 352
Тефтели из печени с рисом	**120**	7,3	8,2	12,3	**152**	28,0	14,8	2,4	5,5	284 дош.пит. 2012	с соусом № 354
Тефтели из печени с рисом	**160**	9,8	11,7	16,4	**210**	37,9	19,8	3,3	7,4	284 дош.пит. 2012	с соусом № 354
Тефтели из печени с рисом	**120**	8,0	8,5	13,7	**163**	65,2	18,7	2,4	5,7	284 дош.пит. 2012	с соусом № 365

Тефтели из печени с рисом	**160**	10,7	12,0	18,2	**224**	87,6	25,0	3,2	7,6	284 дош.пит. 2012	с соусом № 365
Тефтели мясные (1-й вариант)	**120**	8,9	9,8	11,7	**171**	43,9	21,6	1,0	0,9	286 дош.пит. 2012	с молоком
Тефтели мясные (1-й вариант)	**120**	8,5	9,6	11,2	**165**	30,5	20,0	1,0	0,9	286 дош.пит. 2012	с водой
Тефтели мясные (1-й вариант)	**160**	11,8	12,9	14,9	**223**	57,8	28,4	1,3	1,1	286 дош.пит. 2012	с молоком
Тефтели мясные (1-й вариант)	**160**	11,3	12,5	14,2	**215**	40,1	26,3	1,3	1,1	286 дош.пит. 2012	с водой
Тефтели мясные (2-й вариант)	**120**	8,1	9,0	10,3	**155**	25,8	18,0	0,7	0,5	287 дош.пит. 2012	с соусом № 354
Тефтели мясные (2-й вариант)	**160**	10,9	12,5	13,8	**212**	34,7	24,1	1,0	0,6	287 дош.пит. 2012	с соусом № 354
Тефтели мясные (2-й вариант)	**160**	11,2	12,5	14,6	**216**	36,2	27,5	1,1	1,0	287 дош.пит. 2012	с соусом № 355
Фрикадельки мясные в соусе	**120**	9,8	9,9	9,0	**164**	41,2	21,2	0,9	0,5	288 дош.пит. 2012	с соусом № 356, молоком
Фрикадельки мясные в соусе	**120**	9,5	9,6	8,4	**158**	27,9	19,6	0,9	0,5	288 дош.пит. 2012	с соусом № 356, водой
Фрикадельки мясные в соусе	**160**	13,0	13,1	11,9	**218**	54,9	28,1	1,2	0,7	288 дош.пит. 2012	с соусом № 356, молоком
Фрикадельки мясные в соусе	**160**	12,5	12,7	11,2	**209**	37,1	26,0	1,2	0,6	288 дош.пит. 2012	с соусом № 356, водой
Фрикадельки мясные в соусе	**160**	12,7	12,1	11,2	**204**	34,9	27,0	1,2	0,6	289 дош.пит. 2012	с соусом № 355, водой
Биточки паровые	**60**	8,6	5,8	5,7	**110**	23,4	16,4	0,7	0,1	289 дош.пит. 2012	с молоком
Биточки паровые	**60**	8,6	5,8	5,2	**105**	8,7	14,9	0,7	0,1	289 дош.пит. 2012	с водой
Биточки паровые	**80**	11,6	8,0	7,8	**149**	31,0	22,1	1,0	0,2	289 дош.пит. 2012	с молоком
Биточки паровые	**80**	11,6	7,6	6,9	**140**	11,6	19,8	1,0	0,0	289 дош.пит. 2012	с водой
Пудинг из говядины	**60**	14,5	5,7	0,7	**112**	24,4	16,4	1,5	0,1	290 дош.пит. 2012	
Пудинг из говядины	**80**	18,9	6,2	0,9	**134**	30,5	21,5	1,9	0,2	290 дош.пит. 2012	
Запеканка картофельная с говядиной	**120**	8,9	6,6	20,4	**177**	18,2	29,6	1,4	2,9	291 дош.пит. 2012	с говядиной
Запеканка картофельная с печенью	**120**	7,6	3,9	20,4	**147**	17,5	29,7	2,8	4,1	291 дош.пит. 2012	с печенью говяжьей
Запеканка картофельная с говядиной	**160**	12,1	9,5	25,7	**237**	24,8	45,2	1,8	3,8	291 дош.пит. 2012	с говядиной
Запеканка картофельная с печенью	**160**	10,2	6,3	27,3	**206**	23,8	39,7	3,7	5,4	291 дош.пит. 2012	с печенью говяжьей
Макаронник с говядиной	**120**	13,7	8,8	25,0	**234**	20,9	31,3	1,7	0,3	292 дош.пит. 2012	с говядиной
Макаронник с печенью	**120**	11,7	5,4	27,1	**204**	19,9	25,0	3,9	4,3	292 дош.пит. 2012	с печенью говяжьей
Макаронник с говядиной	**160**	17,9	11,7	33,3	**311**	27,5	41,3	2,2	0,4	292 дош.пит. 2012	с говядиной
Макаронник с печенью	**160**	15,3	7,3	36,0	**271**	26,1	33,0	5,1	5,6	292 дош.пит. 2012	с печенью говяжьей
Запеканка из печени с рисом	**60**	7,4	3,0	8,2	**89**	10,2	11,5	2,4	3,5	294 дош.пит. 2012	
Запеканка из печени с рисом	**75**	9,3	3,7	10,3	**112**	12,8	14,4	3,0	4,4	294 дош.пит. 2012	
Запеканка из печени с рисом	**150**	18,6	7,4	20,5	**223**	25,5	28,7	5,9	8,7	294 дош.пит. 2012	
Запеканка из печени с рисом	**180**	22,5	9,1	24,7	**271**	31,1	34,6	7,1	10,5	294 дош.пит. 2012	
Рулет с луком и яйцом	**50**	6,2	5,1	4,9	**91**	24,7	13,7	0,8	1,7	295 дош.пит. 2012	с молоком
Рулет с луком и яйцом	**60**	7,5	6,2	5,9	**109**	29,6	16,4	0,9	2,0	295 дош.пит. 2012	с молоком
Рулет с луком и яйцом	**60**	7,2	5,9	5,4	**104**	18,5	15,1	0,8	2,0	295 дош.пит. 2012	с водой
Рулет с луком и яйцом	**80**	10,0	8,1	8,0	**145**	38,6	21,6	1,1	2,5	295 дош.пит. 2012	с молоком
Рулет с луком и яйцом	**80**	9,6	7,8	7,4	**138**	24,2	20,1	1,1	2,5	295 дош.пит. 2012	с водой
Рулет с макаронами	**60**	6,3	4,4	10,1	**105**	16,5	14,2	0,7	0,1	296 дош.пит. 2012	с молоком
Рулет с макаронами	**60**	6,1	4,2	9,8	**101**	8,8	13,3	0,7	0,0	296 дош.пит. 2012	с водой
Рулет с макаронами	**80**	8,4	5,3	13,8	**137**	21,9	19,1	1,0	0,1	296 дош.пит. 2012	с молоком
Рулет с макаронами	**80**	8,1	5,1	13,3	**132**	11,9	17,9	1,0	0,0	296 дош.пит. 2012	с водой
Рулет мясной, фаршированный омлетом паровой	**60**	8,2	8,9	3,9	**130**	17,1	15,1	1,8	0,1	24 диет.питанте 2002г	
Рулет мясной, фаршированный омлетом паровой	**75**	11,4	11,4	5,3	**170**	21,4	18,9	2,2	0,1	24 диет.питанте 2002г	
Рулет мясной, фаршированный омлетом паровой	**115**	15,9	17,7	8,0	**260**	28,7	21,9	2,5	0,1	24 диет.питанте 2002г	
Голубцы с мясом и рисом	**120**	10,1	6,4	15,0	**158**	43,1	32,5	1,1	15,0	297 дош.пит. 2012	220
Голубцы с мясом и рисом	**160**	13,5	8,5	19,5	**208**	57,3	43,0	1,5	20,0	297 дош.пит. 2012	220
Голубцы ленивые	**120**	10,6	6,8	15,0	**164**	45,2	33,0	1,2	15,0	298 дош.пит. 2012	220
Голубцы ленивые	**160**	14,1	9,0	20,2	**219**	60,0	44,1	1,6	20,0	298 дош.пит. 2012	220
Кабачки фаршированные	**120**	9,4	5,8	16,8	**157**	21,0	25,5	1,0	5,8	299 дош.пит. 2012	кабачки

Баклажаны фаршированные	**120**	9,2	5,6	9,1	**124**	20,2	21,0	0,9	2,3	299 дош.пит. 2012	баклажаны
Помидоры фаршированные	**120**	9,8	5,7	16,3	**156**	20,3	32,7	1,4	9,4	299 дош.пит. 2012	помидоры
Перец фаршированный	**120**	9,2	5,6	9,3	**124**	15,3	19,7	1,0	71,6	299 дош.пит. 2012	перец сладкий
Кабачки фаршированные	**160**	12,4	7,7	22,4	**209**	28,0	34,0	1,3	7,7	299 дош.пит. 2012	кабачки
Баклажаны фаршированные	**160**	12,3	7,5	12,1	**165**	26,5	28,0	1,2	3,1	299 дош.пит. 2012	баклажаны
Помидоры фаршированные	**160**	13,1	7,6	21,7	**208**	27,1	43,6	1,9	12,5	299 дош.пит. 2012	помидоры
Перец фаршированный	**160**	12,3	7,5	12,4	**165**	20,0	26,3	1,3	95,1	299 дош.пит. 2012	перец сладкий
Голубцы ленивые	**150**	8,9	12,2	11,1	**190**	50,4	29,2	1,6	43,2	63 Как вкус.нак.реб.	
Голубцы ленивые	**200**	11,9	16,3	14,8	**253**	67,2	38,9	2,1	18,6	63 Как вкус.нак.реб.	
Биточки по-белорусски	**50**	12,5	10,7	0,5	**132**	20,2	14,0	1,6	0,8	859 сбор.рец.1998г	
Биточки по-белорусски	**70**	17,4	14,9	0,7	**184**	28,2	19,6	2,2	1,1	859 сбор.рец.1998г	
Биточки по-белорусски	**100**	24,9	21,3	1,0	**263**	40,3	28,0	3,1	1,6	859 сбор.рец.1998г	
Плов из отварной говядины	**150**	11,2	12,2	27,1	**263**	12,3	35,6	2,0	1,0	182 Диет. пит. 2002	
Плов из отварной говядины	**200**	14,9	16,3	36,1	**351**	16,4	47,5	2,7	1,3	182 Диет. пит. 2002	
Плов из отварной говядины	**255**	19,0	20,8	46,0	**447**	20,9	60,5	3,4	1,7	182 Диет. пит. 2002	
Запеканка капустная с отварной говядиной	**150**	14,1	12,6	12,5	**220**	101,0	37,8	2,5	54,4	146 Пит. детей 1994г	
Запеканка капустная с отварной говядиной	**200**	18,8	16,8	16,6	**293**	154,9	58,0	3,8	83,4	146 Пит. детей 1994г	
Кнели из говядины отварные	**90**	16,5	14,6	4,9	**220**	46,9	23,4	2,4	0,0	2,11Справ.от диет	
Кнели из говядины отварные	**60**	11,0	9,7	3,3	**146**	31,3	15,6	1,6	0,0	2,11Справ.от диет	
Кнели из говядины отварные с маслом слив.	**90\5**	16,9	18,2	5,0	**253**	48,1	23,4	2,4	0,0	2,11Справ.от диет	
Кнели из говядины отварные с маслом слив.	**60\3**	11,0	11,8	3,3	**166**	31,8	15,6	1,6	0,0	2,11Справ.от диет	
Капустный рулет с говядиной	**130**	12,5	10,8	14,8	**206**	80,4	34,3	2,3	57,6	80 Пит.дет.в саду	
Капустный рулет с говядиной	**180**	17,3	15,0	20,4	**286**	111,3	47,5	3,2	79,8	80 Пит.дет.в саду	
Говядина с черносливом 50/60	**110**	15,7	13,0	5,3	**199**	17,4	17,5	1,7	1,6	12 Диет.пит.2002г	
Говядина с черносливом 70\80	**150**	21,9	18,3	7,2	**277**	26,9	31,9	3,3	2,1	12 Диет.пит.2002г	
Котлеты по-Ноябрьски из говядины и оленины с молоком	**80**	13,2	8,9	12,3	**206**	27,6	18,5	1,9	0,5	ТТК № 3	
Котлеты по-Ноябрьски из говядины и оленины с молоком	**60**	9,9	6,7	9,2	**155**	20,7	13,9	1,4	0,4	ТТК № 3	
Котлеты по-Ноябрьски из птицы и оленины с молоком	**60**	9,9	6,7	9,2	**137**	22,4	12,9	0,9	1,1	ТТК № 3	
Котлеты по-Ноябрьски из птицы и оленины с молоком	**80**	13,2	8,9	12,3	**183**	29,9	17,2	1,2	1,5	ТТК № 3	
Печень по-строгановски 50/40	**90**	14,1	10,0	3,6	**165**	10,7	18,2	5,4	27,8	Сбор. по диет. 1999г	
Печень по-строгановски 75/60	**135**	21,2	15,1	5,4	**248**	16,1	27,3	8,1	41,7	Сбор. по диет. 1999г	
Пудинг из печени	**50**	9,7	3,3	3,5	**83**	18,4	9,8	3,2	7,3	ТТК № 8	
Пудинг из печени	**60**	11,6	4	4,2	**99**	22,1	11,7	3,8	8,7	ТТК № 8	
Пудинг из печени	**70**	13,6	4,7	4,8	**116**	25,8	13,7	4,5	10,2	ТТК № 8	
Пудинг из печени	**80**	15,5	5,4	5,5	**133**	29,5	15,6	5,1	11,7	ТТК № 8	
Пудинг из печени с маслом сл.	**65**	12,9	7,6	4,3	**132**	23,3	11,7	3,8	8,7	ТТК № 8	
Пудинг из печени с маслом сл.	**85**	16,8	9	5,6	**166**	30,7	15,6	5,1	11,7	ТТК № 8	
Жаркое аппетитное	**200**	21,6	9,1	20,6	**252**	32,8	57,4	3,8	14,4	ТТК № 1(2)/МДОУ	с 20-дневной нормой оленины г
Жаркое аппетитное	**160**	**17,3**	**7,3**	**16,5**	**202**	**26,2**	**45,9**	**3,0**	**11,5**	ТТК № 1(2)/МДОУ	с 20-дневной нормой оленины г

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Птица отварная	**60**	13,6	10,2	0,0	**146**	19,8	11,4	1,0	0,0	300 дош.пит. 2012г	куры
Цыпленок отварной	**60**	12,7	8,2	0,0	**124**	23,4	12,0	1,1	0,0	300 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Филе птицы отварное	**60**	12,7	8,2	0,0	**124**	23,4	12,0	1,1	0,0	300 дош.пит. 2012г	филе птицы
Птица отварная	**80**	18,1	13,6	0,0	**195**	26,4	15,2	1,3	0,0	300 дош.пит. 2012г	куры
Цыпленок отварной	**80**	16,9	10,9	0,0	**165**	31,2	16,0	1,4	0,0	300 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Филе птицы отварное	**80**	16,9	10,9	0,0	**165**	31,2	16,0	1,4	0,0	300 дош.пит. 2012г	филе птицы
Птица тушеная	**120**	14,1	12,9	3,5	**187**	37,3	14,6	1,1	0,0	301 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 354
Цыпленок тушеный	**120**	13,2	10,9	3,5	**165**	40,9	15,2	1,2	0,0	301 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 354
Филе птицы тушеное	**120**	14,7	4,1	3,5	**109**	22,3	18,8	1,0	0,0	301 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 354
Птица тушеная	**160**	18,8	17,3	4,7	**249**	49,7	19,5	1,5	0,0	301 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 354
Цыпленок тушеный	**160**	17,7	14,6	4,7	**221**	54,5	20,3	1,6	0,0	301 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 354
Филе птицы тушеное	**160**	19,6	5,4	4,7	**146**	29,7	25,1	1,3	0,0	301 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 354
Птица тушеная	**160**	19,1	17,3	5,6	**254**	51,3	23,1	1,6	0,5	301 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 355
Цыпленок тушеный	**160**	17,9	14,6	5,6	**225**	56,1	23,9	1,8	0,5	301 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 355
Филе птицы тушеное	**160**	19,9	5,4	5,6	**151**	31,3	28,7	1,5	0,5	301 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 355
Птица тушеная	**160**	19,2	17,9	6,4	**264**	54,8	24,9	1,7	0,9	301 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 357
Цыпленок тушеный	**160**	18,0	15,3	6,4	**235**	59,6	25,7	1,9	0,9	301 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 357
Филе птицы тушеное	**160**	20,0	6,1	6,4	**160**	34,8	30,5	1,6	0,9	301 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 357
Птица, тушеная в соусе с овощами	**180**	9,1	6,5	16,5	**161**	39,6	36,7	1,5	7,3	302 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 354
Цыпленок, тушеный в соусе с овощами	**180**	8,7	5,6	16,5	**151**	41,3	37,0	1,5	7,3	302 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 354
Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	**180**	9,4	2,3	16,5	**124**	33,6	38,7	1,4	7,3	302 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 354
Птица, тушеная в соусе с овощами	**230**	11,9	8,6	20,9	**209**	51,2	46,6	1,9	9,2	302 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 354
Цыпленок, тушеный в соусе с овощами	**230**	11,4	7,4	20,9	**195**	53,4	47,0	1,9	9,2	302 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 354
Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	**230**	12,3	3,0	20,9	**160**	41,8	49,1	1,8	9,2	302 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 354
Птица, тушеная в соусе с овощами	**160**	12,1	8,6	21,3	**211**	51,9	48,2	1,9	9,4	302 дош.пит. 2012г	куры с соусом № 355
Цыпленок, тушеный в соусе с овощами	**160**	11,5	7,4	21,3	**198**	54,1	48,6	2,0	9,4	302 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройлерн. № 355
Филе птицы, тушеное в соусе с овощами	**160**	12,5	3,0	21,3	**162**	42,5	50,8	1,9	9,4	302 дош.пит. 2012г	филе птицы соус № 355
Плов из птицы	**160**	16,0	14,8	26,8	**304**	30,2	34,2	1,5	0,4	304 дош.пит. 2012г	куры
Плов с цыпленком	**160**	15,1	12,8	26,8	**282**	33,7	34,8	1,6	0,4	304 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Плов из филе птицы	**160**	16,6	5,8	26,8	**226**	15,5	38,3	1,3	0,4	304 дош.пит. 2012г	филе птицы
Плов из птицы	**210**	21,5	19,7	35,7	**406**	40,3	46,8	2,0	1,0	304 дош.пит. 2012г	куры
Плов с цыпленком	**210**	20,3	17,0	35,7	**377**	45,1	47,5	2,2	0,0	304 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Плов из филе птицы	**210**	22,3	7,7	35,7	**301**	20,7	52,2	1,9	1,0	304 дош.пит. 2012г	филе птицы
Котлеты рубленные из птицы	**60**	9,4	9,7	10,0	**164**	26,4	15,7	1,1	0,5	305 дош.пит. 2012г	куры с молоком
Котлеты рубленные из цыпленка	**60**	9,6	8,7	10,0	**157**	25,7	16,1	1,0	0,5	305 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройл. с молоком
Котлеты рубленные из филе птицы	**60**	11,7	2,8	10,0	**111**	23,5	19,0	1,0	0,1	305 дош.пит. 2012г	филе птицы с молоком
Котлеты рубленные из птицы	**60**	9,0	9,3	9,3	**157**	11,3	13,5	1,1	0,4	305 дош.пит. 2012г	куры с водой
Котлеты рубленные из цыпленка	**60**	9,2	8,3	9,3	**149**	10,5	14,0	1,0	0,4	305 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройл. с водой
Котлеты рубленные из филе птицы	**60**	11,2	2,4	9,3	**103**	8,4	16,9	1,0	0,0	305 дош.пит. 2012г	филе птицы с водой
Котлеты рубленные из птицы	**80**	12,6	13,1	13,5	**223**	35,1	21,0	1,5	0,7	305 дош.пит. 2012г	куры с молоком
Котлеты рубленные из цыпленка	**80**	12,9	11,9	13,5	**212**	34,1	21,6	1,3	0,7	305 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройл. с молоком
Котлеты рубленные из филе птицы	**80**	15,6	3,9	13,5	**151**	31,2	25,5	1,4	0,1	305 дош.пит. 2012г	филе птицы с молоком
Котлеты рубленные из птицы	**80**	12,1	12,6	12,6	**212**	15,2	18,3	1,5	0,5	305 дош.пит. 2012г	куры с водой

Котлеты рубленные из цыпленка	**80**	12,4	11,3	12,6	**202**	14,2	18,8	1,3	0,6	305 дош.пит. 2012г	цыпл.-бройл. с водой
Котлеты рубленные из филе птицы	**80**	15,1	3,4	12,6	**141**	11,3	22,7	1,3	0,0	305 дош.пит. 2012г	филе птицы с водой
Биточки рубленные из птицы паровые	**60**	8,9	9,3	6,0	**143**	25,8	13,4	0,9	0,3	306 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Биточки рубленные из птицы паровые	**60**	10,1	5,1	6,0	**111**	10,1	11,3	0,9	0,3	306 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Биточки рубленные из цыпленка паровые	**60**	8,5	8,9	5,3	**135**	25,1	13,9	0,8	0,2	306 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Биточки рубленные из цыпленка паровые	**60**	9,7	4,8	5,3	**103**	9,3	11,7	0,8	0,2	306 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Биточки рубленные из филе птицы паровые	**60**	8,7	8,0	5,3	**127**	22,8	16,9	0,9	0,3	306 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Биточки рубленные из филе птицы паровые	**60**	10,7	2,2	5,3	**84**	7,1	14,7	0,8	0,0	306 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Биточки рубленные из птицы паровые	**80**	11,9	12,6	8,1	**194**	34,2	18,0	1,3	0,4	306 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Биточки рубленные из птицы паровые	**80**	13,6	7,1	8,1	**151**	13,6	15,2	1,2	0,4	306 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Биточки рубленные из цыпленка паровые	**80**	11,4	12,1	7,2	**183**	33,2	18,6	1,1	0,3	306 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Биточки рубленные из цыпленка паровые	**80**	13,0	6,6	7,2	**140**	12,6	15,8	1,1	0,3	306 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Биточки рубленные из филе птицы паровые	**80**	11,6	10,9	7,2	**173**	30,2	22,6	1,1	0,4	306 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Биточки рубленные из филе птицы паровые	**80**	14,4	3,2	7,2	**115**	9,6	19,8	1,1	0,0	306 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Котлеты рубл. из кур, запеченные с соусом молочным	**60**	7,6	10,9	6,2	**154**	52,7	13,0	0,8	0,2	307 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Котлеты рубл. из кур, запеченные с соусом молочным	**60**	7,3	10,7	5,8	**148**	41,9	11,5	0,2	0,2	307 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Котлеты рубл. из филе птицы, запечен. с соусом молоч	**60**	9,3	6,1	6,2	**117**	50,5	15,5	0,7	0,1	307 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Котлеты рубл. из филе птицы, запечен. с соусом молоч	**60**	9,0	5,8	5,8	**111**	39,7	14,0	0,7	0,0	307 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Котлеты рубл. из кур, запеченные с соусом молочным	**80**	10,1	14,3	8,5	**203**	70,7	17,4	1,0	0,3	307 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Котлеты рубл. из кур, запеченные с соусом молочным	**80**	9,7	13,9	7,9	**196**	56,0	15,4	1,0	0,3	307 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Котлеты рубл. из филе птицы, запеч. с соусом молочны	**80**	12,3	7,9	8,5	**154**	67,9	20,7	1,0	0,1	307 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Котлеты рубл. из филе птицы, запеч. с соусом молочны	**80**	11,9	7,5	7,9	**147**	53,1	18,6	0,9	0,0	307 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Фрикадельки из кур	**60**	8,8	7,9	5,9	**130**	23,4	13,2	0,9	0,3	308 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Фрикадельки из кур	**60**	8,4	7,6	5,3	**123**	9,6	11,3	0,9	0,3	308 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Фрикадельки из бр-цыплен.	**60**	9,0	7,0	5,9	**122**	22,6	13,6	0,8	0,2	308 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Фрикадельки из бр-цыплен.	**60**	8,6	6,6	5,3	**115**	8,9	11,7	0,8	0,3	308 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Фрикадельки из филе птицы	**60**	8,6	6,6	5,3	**79**	20,4	16,6	0,8	0,1	308 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Фрикадельки из филе птицы	**60**	10,7	0,9	5,3	**72**	6,6	14,7	0,8	0,0	308 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Фрикадельки из кур	**80**	11,8	10,6	7,7	**173**	32,4	15,3	1,0	0,4	308 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Фрикадельки из кур	**80**	13,5	5,0	7,7	**164**	13,7	13,2	1,0	0,3	308 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Фрикадельки из бр-цыплен.	**80**	12,1	9,3	7,7	**163**	31,3	15,8	0,9	0,4	308 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Фрикадельки из бр-цыплен.	**80**	13,0	4,6	6,9	**154**	12,6	13,6	0,8	0,4	308 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Фрикадельки из филе птицы	**80**	11,6	8,9	6,9	**154**	28,1	19,2	0,9	0,4	308 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Фрикадельки из филе птицы	**80**	14,4	1,2	6,9	**95**	9,4	17,1	0,9	0,0	308 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Зразы куриные с омлетом и овощами	**60**	8,1	9,2	5,2	**136**	28,1	12,8	0,8	0,8	309 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Зразы куриные с омлетом и овощами	**60**	7,8	8,9	4,6	**130**	14,5	11,3	0,8	0,7	309 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Зразы из цыпленка с омлетом и овощами	**60**	8,3	8,4	5,2	**130**	27,4	13,1	0,7	0,8	309 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Зразы из цыпленка с омлетом и овощами	**60**	8,0	8,4	4,1	**124**	12,6	13,0	0,8	1,2	309 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Зразы из филе птицы с омлетом и овощами	**60**	10,1	3,7	4,6	**92**	23,1	17,1	0,9	0,9	309 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Зразы из филе птицы с омлетом и овощами	**60**	9,8	3,4	4,1	**86**	10,8	15,4	0,9	0,9	309 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Зразы куриные с омлетом и овощами	**80**	10,7	13,0	5,1	**180**	33,4	18,1	1,2	1,7	309 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Зразы куриные с омлетом и овощами	**80**	10,2	12,6	4,4	**171**	18,1	17,3	1,2	1,6	309 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Зразы из цыпленка с омлетом и овощами	**80**	11,0	11,9	5,1	**171**	32,6	18,6	1,1	1,7	309 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Зразы из цыпленка с омлетом и овощами	**80**	10,2	12,6	4,4	**171**	17,3	15,9	1,2	1,6	309 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Зразы из филе птицы с омлетом и овощами	**80**	13,3	5,3	5,1	**121**	30,2	21,8	1,1	1,2	309 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Зразы из филе птицы с омлетом и овощами	**80**	12,8	4,9	4,4	**112**	14,1	19,6	1,1	1,3	309 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Суфле куриное	**55**	9,9	10,4	1,8	**140**	30,1	9,1	0,7	0,0	310 дош.пит. 2012г	суфле куриное

Суфле из цыпленка	**55**	9,3	9,2	1,8	**128**	32,2	9,5	0,7	0,0	310 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Суфле из филе птицы	**55**	10,2	5,1	1,8	**94**	21,6	11,4	0,7	0,0	310 дош.пит. 2012г	суфле из филе птицы
Суфле куриное	**73**	13,2	14,2	2,5	**190**	40,1	12,2	1,0	0,0	310 дош.пит. 2012г	суфле куриное
Суфле из цыпленка	**73**	12,5	12,6	2,5	**173**	42,8	12,6	1,0	0,0	310 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Суфле из филе птицы	**73**	13,7	7,1	2,5	**128**	28,6	15,2	0,9	0,0	310 дош.пит. 2012г	суфле из филе птицы
Суфле куриное с рисом	**55**	9,5	9,0	2,5	**129**	30,1	9,1	0,7	0,0	311 дош.пит. 2012г	суфле куриное
Суфле из цыпленка с рисом	**55**	8,9	7,8	2,5	**116**	32,2	9,5	0,8	0,0	311 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Суфле из филе птицы с рисом	**55**	9,8	3,7	2,5	**83**	21,6	11,4	0,7	0,0	311 дош.пит. 2012г	суфле из филе птицы
Суфле куриное с рисом	**75**	12,7	12,1	3,4	**173**	40,1	12,2	1,0	0,0	311 дош.пит. 2012г	суфле куриное
Суфле из цыпленка с рисом	**75**	11,8	10,5	3,4	**156**	42,8	12,6	1,0	0,0	311 дош.пит. 2012г	цыпленок-бройлерный
Суфле из филе птицы с рисом	**75**	13,0	5,0	3,4	**111**	28,6	15,2	0,9	0,0	311 дош.пит. 2012г	суфле из филе птицы
Кнели куриные с рисом	**60**	7,6	10,9	6,2	**154**	34,6	16,1	1,0	0,2	312 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Кнели куриные с рисом	**60**	7,3	10,7	5,8	**148**	19,7	11,3	0,8	0,2	312 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Кнели из цыпленка с рисом	**60**	10,6	10,0	3,8	**147**	16,2	12,0	0,6	0,4	312 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Кнели из цыпленка с рисом	**60**	10,5	9,8	3,5	**144**	10,9	11,3	0,6	0,3	312 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Кнели из филе птицы с рисом	**60**	9,3	6,1	6,2	**117**	14,1	15,4	0,7	0,1	312 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Кнели из филе птицы с рисом	**60**	9,0	5,8	5,8	**111**	7,8	14,7	0,7	0,0	312 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой
Кнели куриные с рисом	**80**	10,1	14,3	8,5	**203**	34,6	16,1	1,0	0,3	312 дош.пит. 2012г	из кур с молоком
Кнели куриные с рисом	**80**	9,7	13,9	7,9	**196**	34,6	16,1	1,0	0,3	312 дош.пит. 2012г	из кур с водой
Кнели из цыпленка с рисом	**80**	14,2	13,5	5,3	**200**	21,6	16,1	0,9	0,5	312 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с молоком
Кнели из цыпленка с рисом	**80**	14,0	13,3	4,9	**196**	13,3	15,1	0,8	0,5	312 дош.пит. 2012г	из бр-цыплен.с водой
Кнели из филе птицы с рисом	**80**	12,3	7,9	8,5	**154**	17,5	20,6	0,9	0,1	312 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с молоком
Кнели из филе птицы с рисом	**80**	11,9	7,5	7,9	**147**	9,2	19,6	0,9	0,0	312 дош.пит. 2012г	из филе птиц.с водой

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Горбуша отварная	**60**	15,5	4,9	0,5	**107**	15,0	22,5	0,5	1,2	242 дош.пит. 2012г	
Горбуша отварная	**80**	20,6	6,5	0,6	**143**	20,0	30,0	0,6	1,6	242 дош.пит. 2012г	
Минтай отварной	**60**	12,0	0,7	0,5	**56**	29,6	40,7	0,6	0,9	242 дош.пит. 2012г	
Минтай отварной	**80**	16,0	0,9	0,6	**75**	39,5	54,3	0,8	1,2	242 дош.пит. 2012г	
Горбуша фаршированная	**60**	13,8	6,1	1,0	**114**	15,9	20,0	0,5	0,6	243 дош.пит. 2012	
Горбуша фаршированная	**80**	18,4	8,1	1,4	**152**	21,2	26,7	0,7	0,8	243 дош.пит. 2012	
Минтай фаршированный	**60**	10,9	2,5	1,0	**70**	28,7	36,0	0,6	0,3	243 дош.пит. 2012	
Минтай фаршированный	**80**	14,5	3,3	1,4	**94**	38,3	48,0	0,8	0,4	243 дош.пит. 2012	
Рыба горбуша, припущенная с овощами	**60**	6,5	2,0	1,9	**52**	13,4	18,8	0,4	1,7	244 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, припущенная с овощами	**80**	8,7	2,6	2,5	**69**	17,9	25,1	0,5	2,3	244 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, припущенная с овощами	**60**	5,1	0,3	1,9	**31**	19,4	26,3	0,4	1,6	244 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, припущенная с овощами	**80**	6,8	0,4	2,5	**42**	25,9	35,1	0,5	2,1	244 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша припущенная	**60**	15,0	4,7	0,2	**103**	15,2	22,2	0,5	0,9	245 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша припущенная	**80**	20,0	6,3	0,2	**137**	20,3	29,6	0,7	1,1	245 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай припущенная	**60**	11,8	0,7	0,2	**54**	29,8	40,4	0,6	0,6	245 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай припущенная	**80**	15,7	0,9	0,2	**72**	39,7	53,9	0,8	0,8	245 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, припущенная в молоке	**60**	12,0	6,9	1,9	**118**	37,3	20,7	0,5	1,8	246 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, припущенная в молоке	**80**	16,0	9,3	2,5	**157**	49,7	27,6	0,7	2,4	246 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, припущенная в молоке	**60**	9,5	3,9	1,9	**81**	48,3	34,5	0,6	1,6	246 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, припущенная в молоке	**80**	12,6	5,2	2,5	**108**	64,4	46,0	0,8	2,1	246 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, тушенная с овощами	**60**	8,0	5,4	1,9	**89**	14,5	19,1	0,4	2,4	247 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, тушенная с овощами	**80**	10,6	7,3	2,6	**118**	19,3	25,5	0,5	3,1	247 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, тушенная с овощами	**60**	6,3	3,4	1,9	**63**	21,9	28,4	0,5	2,2	247 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, тушенная с овощами	**80**	8,3	4,5	2,6	**85**	29,2	37,9	0,7	2,9	247 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши с капустой и морковью запеченные	**60**	10,1	7,6	3,4	**123**	85,8	24,9	1,2	10,3	248 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши с капустой и морковью запеченные	**80**	13,5	10,1	4,5	**164**	114,4	33,2	1,6	13,7	248 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая рыбные с капустой и морковью запеченн	**60**	8,4	5,5	3,4	**98**	93,2	34,1	1,2	10,1	248 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая рыбные с капустой и морковью запеченн	**80**	11,2	7,3	4,5	**131**	124,3	45,5	1,6	13,5	248 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная в омлете	**60**	12,4	6,5	1,8	**115**	26,1	17,7	0,7	0,5	249 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная в омлете	**80**	16,5	8,7	2,4	**154**	34,8	23,6	0,9	0,6	249 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная в омлете	**60**	10,1	3,8	1,8	**82**	35,9	29,9	0,8	0,3	249 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная в омлете	**80**	13,5	5,1	2,4	**109**	47,9	39,9	1,1	0,4	249 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная с картофелем	**60**	6,0	4,8	6,0	**92**	19,8	13,8	0,4	4,5	250 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная с картофелем	**80**	8,0	6,4	8,0	**123**	26,4	18,4	0,5	6,0	250 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная с картофелем	**60**	4,9	3,5	6,0	**76**	24,6	19,8	0,4	4,4	250 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная с картофелем	**80**	6,5	4,7	8,0	**101**	32,8	26,4	0,5	5,9	250 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная с картофелем	**200**	20,0	16,1	20,1	**308**	66,0	46,0	1,3	15,0	250 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная с картофелем	**150**	15,0	12,0	15,0	**230**	49,5	34,5	0,9	11,2	250 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная с картофелем	**200**	16,3	11,8	20,0	**252**	82,0	66,0	1,3	14,8	250 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная с картофелем	**150**	12,2	8,9	15,0	**189**	61,5	49,5	0,9	11,1	250 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная в молочном соусе	**60**	9,7	8,1	2,6	**122**	54,0	15,1	0,7	0,4	251 дош.пит. 2012г	

Рыба горбуша, запеченная в молочном соусе	**80**	13,0	10,8	3,5	**163**	72,0	20,1	0,9	0,6	251 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная в молочном соусе	**60**	8,0	6,0	2,6	**97**	61,4	24,4	0,8	0,3	251 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная в молочном соусе	**80**	10,7	8,0	3,5	**129**	81,9	32,5	1,1	0,4	251 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная в сметанном соусе	**60**	9,6	6,9	1,7	**108**	43,3	14,0	0,7	0,4	252 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная в сметанном соусе	**80**	12,8	9,2	2,2	**143**	57,7	18,7	0,9	0,5	252 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная в сметанном соусе	**60**	7,7	4,8	1,7	**81**	50,5	22,9	0,8	0,2	252 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная в сметанном соусе	**80**	10,3	6,4	2,2	**108**	67,3	30,5	1,1	0,3	252 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная с морковью	**60**	8,8	6,0	1,8	**97**	42,5	17,5	0,7	1,2	253 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша, запеченная с морковью	**80**	11,7	8,0	2,5	**129**	56,7	23,3	0,9	1,6	253 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная с морковью	**60**	7,1	3,9	1,8	**71**	49,9	26,8	0,7	1,0	253 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай, запеченная с морковью	**80**	9,5	5,2	2,5	**95**	66,5	35,7	0,9	1,4	253 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша запеченная	**60**	9,4	6,6	5,8	**124**	27,8	14,6	0,5	0,4	254 дош.пит. 2012г	
Рыба горбуша запеченная	**80**	12,6	8,9	7,7	**166**	37,1	19,5	0,7	0,6	254 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай запеченная	**60**	7,7	4,6	5,8	**99**	35,2	23,8	0,5	0,3	254 дош.пит. 2012г	
Рыба минтай запеченная	**80**	10,3	6,1	7,7	**132**	46,9	31,7	0,7	0,4	254 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши запеченные	**60**	10,5	5,4	6,1	**116**	29,5	16,8	0,4	0,5	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши запеченные	**80**	14,0	7,2	8,1	**155**	39,3	22,4	0,5	0,7	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая запеченные	**60**	8,5	2,9	6,1	**85**	38,5	28,1	0,5	0,3	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая запеченные	**80**	11,3	3,9	8,1	**113**	51,3	37,5	0,7	0,7	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши запеченные	**60**	10,5	5,4	6,1	**116**	29,5	16,8	0,4	0,5	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши запеченные	**80**	14,0	7,2	8,1	**155**	39,3	22,4	0,5	0,7	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая запеченные	**60**	8,5	2,9	6,1	**85**	38,5	28,1	0,5	0,3	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая запеченные	**80**	11,3	3,9	8,1	**113**	51,3	37,5	0,7	0,7	255 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши любительские	**60**	10,1	5,1	4,1	**103**	25,9	20,1	0,6	1,6	256 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши любительские	**80**	13,5	6,8	5,5	**138**	34,5	26,8	0,8	2,2	256 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая любительские	**60**	8,2	2,8	4,1	**75**	34,1	30,4	0,7	1,5	256 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая любительские	**80**	11,0	3,8	5,5	**101**	45,5	40,5	0,9	1,9	256 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши паровые	**60**	11,5	5,1	6,1	**116**	28,3	18,4	0,4	0,5	257 дош.пит. 2012г	
Котлеты из горбуши паровые	**80**	15,3	6,8	8,1	**155**	37,7	24,5	0,5	0,7	257 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая паровые	**60**	9,2	2,3	6,1	**82**	38,3	30,9	0,5	0,3	257 дош.пит. 2012г	
Котлеты из минтая паровые	**80**	12,2	3,1	8,1	**109**	51,1	41,2	0,7	0,4	257 дош.пит. 2012г	
Шницель из горбуши натуральный	**60**	11,9	5,8	6,0	**129**	35,1	21,3	0,6	6,0	258 дош.пит. 2012г	
Шницель из горбуши натуральный	**80**	15,8	7,7	8,0	**172**	46,8	28,4	0,8	8,0	258 дош.пит. 2012г	
Шницель из минтая натуральный	**60**	9,5	2,9	6,0	**94**	45,3	34,1	0,7	5,8	258 дош.пит. 2012г	
Шницель из минтая натуральный	**80**	12,7	3,9	8,0	**125**	60,4	45,5	0,9	7,7	258 дош.пит. 2012г	
Биточки из горбуши с овощами запеченные	**60**	7,2	5,5	6,3	**109**	48,4	14,2	0,7	2,5	259 дош.пит. 2012г	
Биточки из горбуши с овощами запеченные	**80**	9,6	7,3	8,3	**146**	64,5	18,9	0,9	3,3	259 дош.пит. 2012г	
Биточки из минтая с овощами запеченные	**60**	6,1	4,1	6,3	**92**	53,4	20,5	0,7	2,4	259 дош.пит. 2012г	
Биточки из минтая с овощами запеченные	**80**	8,1	5,5	8,3	**123**	71,2	27,3	0,9	3,2	259 дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши паровые	**55**	8,8	2,8	5,8	**84**	11,6	13,6	0,4	1,3	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши паровые	**60**	9,7	3,1	6,3	**91**	12,7	14,8	0,4	1,4	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши паровые	**80**	12,9	4,1	8,4	**122**	16,9	19,7	0,5	1,9	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая паровые	**60**	7,8	0,8	6,3	**64**	20,9	25,1	0,5	1,3	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая паровые	**80**	10,4	1,0	8,4	**85**	27,9	33,5	0,7	1,7	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши паровые с маслом	**60/5**	9,7	6,7	6,4	**125**	12,8	14,8	0,4	1,5	260 дош.пит. 2012г	

Тефтели из горбуши паровые с маслом	**80/5**	12,9	8,9	8,5	**166**	17,0	19,7	0,5	1,9	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая паровые с маслом	**60/5**	7,8	4,4	6,4	**97**	21,0	25,1	0,5	1,3	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая паровые с маслом	**80/5**	10,4	5,9	8,5	**129**	28,0	33,5	0,7	1,7	260 дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши тушеные	**60**	7,5	2,4	8,3	**85**	30,6	16,6	0,4	0,3	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши тушеные	**80**	10,0	3,2	11,0	**113**	40,8	22,1	0,5	0,4	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши тушеные	**60**	7,1	2,0	7,6	**83**	11,4	14,3	0,4	0,1	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из горбуши тушеные	**80**	9,5	2,7	10,1	**111**	15,2	19,1	0,5	0,1	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая тушеные	**60**	7,5	2,4	8,3	**85**	38,8	26,8	0,5	0,3	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая тушеные	**80**	10,0	3,2	11,0	**113**	51,7	35,7	0,7	0,4	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая тушеные	**60**	7,1	2,0	7,6	**77**	19,6	24,6	0,5	0,2	261дош.пит. 2012г	
Тефтели из минтая тушеные	**80**	9,4	2,7	10,1	**103**	26,1	32,8	0,7	0,3	261дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из горбуши отварные	**60**	10,7	5,1	4,5	**107**	14,6	15,5	0,5	0,4	263 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из горбуши отварные	**80**	14,2	6,8	6,0	**142**	19,5	20,7	0,7	0,5	263 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из минтая отварные	**60**	8,6	2,6	4,5	**76**	23,6	26,7	0,6	0,2	263 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из минтая отварные	**80**	11,5	3,5	6,0	**102**	31,5	35,6	0,8	0,3	263 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из горбуши запеченные с молочным соусом	**60**	11,2	6,4	4,5	**120**	33,9	16,4	0,7	0,4	264 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из горбуши запеченные с молочным соусом	**80**	15,0	8,5	6,0	**161**	45,2	21,9	0,9	0,6	264 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из минтая запеченные с молочным соусом	**60**	9,2	3,9	4,5	**90**	42,9	27,6	0,8	0,3	264 дош.пит. 2012г	
Фрикадельки из минтая запеченные с молочным соусом	**80**	12,2	5,2	6,0	**120**	57,2	36,8	1,1	0,3	264 дош.пит. 2012г	
Зразы рыбные с яйцами из горбуши	**60**	9,6	6,3	7,2	**124**	24,7	15,2	0,4	0,8	265дош.пит. 2012г	
Зразы рыбные с яйцами из горбуши	**80**	12,9	8,4	9,6	**166**	32,9	20,3	0,5	1,1	265дош.пит. 2012г	
Зразы рыбные с яйцами из минтая	**60**	7,9	4,2	7,2	**98**	32,3	24,7	0,5	0,7	265дош.пит. 2012г	
Зразы рыбные с яйцами из минтая	**80**	10,5	5,6	9,6	**131**	43,1	32,9	0,7	0,9	265дош.пит. 2012г	
Рулет из горбуши	**60**	12,4	5,8	7,1	**131**	15,0	14,3	0,5	1,3	266 дош.пит.2012	
Рулет из горбуши	**80**	16,5	7,7	9,5	**175**	20,0	19,1	0,7	1,7	266 дош.пит.2012	
Рулет из минтая	**60**	10,4	2,8	7,1	**96**	22,2	23,3	0,6	1,0	266 дош.пит.2012	
Рулет из минтая	**80**	13,9	3,7	9,5	**128**	29,6	31,1	0,8	1,5	266 дош.пит.2012	
Рулет из горбуши (с молоком)	**60**	12,8	6,2	7,8	**138**	31,8	16,3	0,5	1,5	266 дош.пит.2012	
Рулет из горбуши (с молоком)	**80**	17,1	8,3	10,4	**184**	42,4	21,7	0,7	2,0	266 дош.пит.2012	
Рулет из минтая (с молоком)	**60**	10,8	3,2	7,8	**104**	39,0	25,3	0,6	1,3	266 дош.пит.2012	
Рулет из минтая (с молоком)	**80**	14,4	4,3	10,4	**139**	52,0	33,7	0,8	1,7	266 дош.пит.2012	
Рыба, запеченная с овощами (горбуша)	**120**	11,8	13,8	9,3	**209**	32,3	33,4	1,1	39,4	267дош.пит. 2012г	
Рыба, запеченная с овощами (горбуша)	**180**	17,7	20,8	14,0	**314**	48,5	50,1	1,7	59,1	267дош.пит. 2012г	
Рыба, запеченная с овощами (минтай)	**120**	9,7	11,2	9,3	**177**	41,7	45,1	1,2	39,2	267дош.пит. 2012г	
Рыба, запеченная с овощами (минтай)	**180**	14,5	16,8	14,0	**266**	62,6	67,7	1,8	58,9	267дош.пит. 2012г	
Суфле из горбуши	**60**	12,9	9,0	2,9	**144**	19,0	17,8	0,5	0,6	268 дош.пит.2012г	
Суфле из горбуши	**80**	17,2	12,0	3,9	**192**	25,3	23,7	0,7	0,8	268 дош.пит.2012г	
Суфле из минтая	**60**	10,4	6,0	2,9	**107**	19,0	17,8	0,5	0,4	268 дош.пит.2012г	
Суфле из минтая	**80**	13,8	8,0	3,9	**143**	25,3	23,7	0,7	0,5	268 дош.пит.2012г	
Пудинг рыбный запеченный из горбуши	**75**	12,0	8,0	5,2	**141**	29,3	18,1	0,5	0,6	269 дош.пит.2012г	
Пудинг рыбный запеченный из горбуши	**110**	17,6	11,8	7,6	**207**	43,0	26,5	0,7	0,9	269 дош.пит.2012г	
Пудинг из минтая запеченный	**75**	9,8	5,3	5,2	**108**	39,1	30,4	0,6	0,4	269 дош.пит.2012г	
Пудинг из минтая запеченный	**110**	14,3	7,8	7,6	**158**	57,3	44,6	0,9	0,6	269 дош.пит.2012г	
Пудинг из горбуши паровой	**60**	11,7	5,6	4,6	**115**	29,0	18,1	0,5	0,5	270 дош.пит.2012г	
Пудинг из горбуши паровой	**80**	15,5	7,4	6,1	**153**	38,7	24,1	0,7	0,7	270 дош.пит.2012г	

Пудинг из минтая паровой	**60**	9,4	2,8	4,6	**82**	38,8	30,4	0,6	0,3	270 дош.пит.2012г	
Пудинг из минтая паровой	**80**	12,5	3,8	6,1	**109**	51,7	40,5	0,8	0,4	270 дош.пит.2012г	
Кнели рыбные из горбуши	**60**	8,8	3,3	3,4	**79**	43,6	29,9	0,5	0,4	271 дош.пит. 2012г	
Кнели рыбные из горбуши	**80**	11,7	4,4	4,5	**105**	58,1	39,9	0,7	0,5	271 дош.пит. 2012г	
Кнели рыбные из минтая	**60**	11,0	6,0	3,4	**112**	34,0	17,9	0,4	0,5	271 дош.пит. 2012г	
Кнели рыбные из минтая	**80**	14,7	8,0	4,5	**149**	45,3	23,9	0,5	0,7	271 дош.пит. 2012г	
Рыба "Аппетитная" (горбуша)	**150**	16,0	14,5	9,5	**234**	85,4	36,5	1,4	33,6	321 сбо.рец 1996	
Рыба "Аппетитная" (горбуша)	**180**	18,0	17,3	11,8	**276**	102,7	42,1	1,7	40,2	321 сбо.рец 1996	
Рыба "Аппетитная" (минтай)	**150**	13,2	11,0	9,5	**192**	97,8	52,0	1,5	33,5	321 сбо.рец 1996	
Рыба "Аппетитная" (минтай)	**180**	14,9	13,5	11,8	**230**	116,3	59,1	1,8	40,0	321 сбо.рец 1996	
Рыба запеченная с луком по-домашнему горбуша	**75**	15,5	9,3	3,5	**159**	37,7	44,9	0,8	2,0	424 Сб.рец.нар.России	
Рыба запеченная с луком по-домашнему горбуша	**100**	20,7	12,3	4,7	**213**	50,3	59,9	1,1	2,6	424 Сб.рец.нар.России	
Рыба запеченная с луком по-домашнему минтай	**75**	12,0	5,2	3,5	**109**	22,5	25,9	0,6	2,7	424 Сб.рец.нар.России	
Рыба запеченная с луком по-домашнему минтай	**100**	16,0	6,9	4,7	**145**	30,0	34,5	0,8	4,4	424 Сб.рец.нар.России	
Галки рыбные из горбуши	60	9,8	3,5	5,3	**92**	33,6	16,9	0,3	1,3	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из горбуши	80	13,1	4,7	7,1	**122**	44,8	22,5	0,4	1,7	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из горбуши	60	9,3	2,9	4,5	**82**	13,2	14,5	0,3	1,1	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из горбуши	80	12,4	3,9	6,0	**109**	17,6	19,3	0,4	1,5	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из минтая	60	7,8	1,0	5,3	**61**	42,6	28,1	0,4	1,1	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из минтая	80	10,3	1,3	7,1	**81**	56,8	37,5	0,5	1,5	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из минтая	60	7,3	0,4	4,5	**51**	22,2	25,7	0,4	0,9	549 Сб.рец.Белорус.кух	
Галки рыбные из минтая	80	9,7	0,5	6,0	**68**	29,6	34,3	0,5	1,2	549 Сб.рец.Белорус.кух	

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Пельмени мясные отварные с маслом	**205**	21,1	12,5	36,1	**341**	24,4	37,2	0,9	0,4	440 дош.пит. 2012г	
Пельмени мясные отварные с маслом	**155**	16,0	9,5	27,3	**258**	18,4	28,1	0,7	0,3	440 дош.пит. 2012г	
Вареники отварные	**180**	21,6	8,8	41,7	**332**	121,2	38,9	1,1	0,2	442 дош.пит. 2012г	Вареники отварные 180
Вареники отварные	**150**	18,0	7,3	34,7	**277**	101,0	32,4	0,9	0,2	442 дош.пит. 2012г	Вареники отварные 150
Вареники отварные с маслом	**185**	21,6	12,4	41,8	**365**	122,4	38,9	1,1	0,2	442 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Вареники отварные с маслом	**155**	18,0	10,9	34,8	**310**	102,2	32,4	0,9	0,2	442 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Вареники отварные с йогуртом	**195**	22,4	9,3	42,2	**345**	139,5	41,2	1,1	0,2	442 дош.пит. 2012г	С джемом
Вареники отварные с йогуртом	**165**	18,8	7,8	35,2	**290**	119,3	34,7	0,9	0,2	442 дош.пит. 2012г	С джемом
Блинчики с маслом	**55**	2,6	4,8	14,9	**114**	11,9	9,4	0,5	0,0	447 дош.пит. 2012г	С повидлом
Блинчики с маслом	**105**	5,2	6,2	29,8	**196**	22,5	18,7	1,1	0,0	447 дош.пит. 2012г	С повидлом
Блинчики с джемом	**55**	2,6	1,4	18,4	**96**	11,3	9,8	0,6	0,1	447 дош.пит. 2012г	С вареньем
Блинчики с джемом	**115**	5,2	2,8	36,7	**192**	22,5	19,6	1,1	0,1	447 дош.пит. 2012г	С вареньем
Блинчики с повидлом	**55**	2,6	1,4	18,0	**95**	11,4	9,7	0,6	0,0	447 дош.пит. 2012г	С сахаром
Блинчики с повидлом	**115**	5,2	2,8	36,1	**190**	22,7	19,4	1,2	0,0	447 дош.пит. 2012г	С сахаром
Блинчики с вареньем	**55**	2,6	1,4	18,2	**96**	11,2	9,6	0,6	0,0	447 дош.пит. 2012г	Со сгущенным молоком
Блинчики с вареньем	**115**	5,2	2,8	39,7	**205**	23,0	19,4	1,3	0,1	447 дош.пит. 2012г	Со сгущенным молоком
Блинчики с сахаром	**55**	2,6	1,4	19,7	**102**	10,8	9,4	0,6	0,0	447 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Блинчики с сахаром	**110**	5,1	2,8	39,4	**203**	21,7	18,7	1,1	0,0	447 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Блинчики со сгущенным молоком	**60**	3,3	1,9	20,2	**111**	41,7	12,7	0,6	0,1	447 дош.пит. 2012г	С джемом
Блинчики со сгущенным молоком	**120**	6,5	3,7	40,5	**221**	83,5	25,4	1,1	0,1	447 дош.пит. 2012г	С джемом
Оладьи с маслом	**65**	4,6	7,3	24,8	**183**	51,6	19,4	0,8	0,2	449 дош.пит. 2012г	С повидлом
Оладьи с маслом	**125**	9,1	11,4	49,1	**335**	101,3	38,4	1,6	0,4	449 дош.пит. 2012г	С повидлом
Оладьи с джемом	**65**	4,6	4,1	28,1	**167**	51,0	19,8	0,8	0,3	449 дош.пит. 2012г	С вареньем
Оладьи с джемом	**130**	9,1	8,1	55,8	**332**	101,3	39,3	1,6	0,6	449 дош.пит. 2012г	С вареньем
Оладьи с повидлом	**65**	4,6	4,1	27,8	**166**	51,1	19,7	0,9	0,2	449 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Оладьи с повидлом	**130**	9,1	8,1	55,2	**330**	101,4	39,1	1,7	0,5	449 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Оладьи с вареньем	**65**	4,6	4,1	27,9	**167**	50,9	19,6	0,9	0,3	449 дош.пит. 2012г	С джемом
Оладьи с вареньем	**130**	9,1	8,1	55,5	**331**	101,2	38,9	1,7	0,5	449 дош.пит. 2012г	С джемом
Оладьи с изюмом с маслом	**65**	4,3	7,2	25,9	**186**	51,5	19,9	0,9	0,2	450 дош.пит. 2012г	С повидлом
Оладьи с изюмом с маслом	**125**	8,6	11,2	51,8	**343**	101,8	39,7	1,7	0,4	450 дош.пит. 2012г	С повидлом
Оладьи с изюмом с джемом	**65**	4,3	4,0	29,2	**170**	50,9	20,3	0,9	0,3	450 дош.пит. 2012г	С вареньем
Оладьи с изюмом с джемом	**130**	8,6	8,0	58,5	**340**	101,8	40,6	1,8	0,5	450 дош.пит. 2012г	С вареньем
Оладьи с изюмом с повидлом	**65**	4,3	4,0	28,9	**169**	51,0	20,2	0,9	0,2	450 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Оладьи с изюмом с повидлом	**130**	8,6	8,0	57,9	**338**	102,0	40,4	1,9	0,4	450 дош.пит. 2012г	С маслом сливочным
Оладьи с изюмом с вареньем	**65**	4,3	4,0	29,1	**170**	50,9	20,1	0,9	0,2	450 дош.пит. 2012г	С джемом
Оладьи с изюмом с вареньем	**130**	8,6	8,0	58,2	**339**	101,7	40,2	1,9	0,5	450 дош.пит. 2012г	С джемом
Оладьи с яблокоми с маслом	**65**	4,2	7,2	23,1	**174**	48,1	18,2	0,8	0,5	451 дош.пит. 2012г	С повидлом
Оладьи с яблоками с маслом	**125**	8,5	11,2	46,5	**321**	95,7	36,6	1,7	0,9	451 дош.пит. 2012г	С повидлом
Оладьи с яблоками с джемом	**65**	4,2	4,0	26,6	**159**	47,8	18,7	0,9	0,5	451 дош.пит. 2012г	С вареньем
Оладьи с яблоками с джемом	**130**	8,5	8,0	53,2	**318**	95,7	37,4	1,7	1,0	451 дош.пит. 2012г	С вареньем
Оладьи с яблоками с повидлом	**65**	4,2	4,0	26,3	**158**	47,9	18,6	0,9	0,5	451 дош.пит. 2012г	
Оладьи с яблоками с повидлом	**130**	8,5	8,0	52,6	**316**	95,9	37,3	1,8	0,9	451 дош.пит. 2012г	

Оладьи с яблоками с вареньем	**65**	4,2	4,0	26,5	**159**	47,8	18,5	0,9	0,5	451 дош.пит. 2012г	
Оладьи с яблоками с вареньем	**130**	8,5	8,0	52,9	**317**	95,6	37,1	1,8	1,0	451 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с морковью	**60**	3,8	4,6	21,9	**144**	16,4	20,4	0,8	0,1	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с морковью	**35**	2,2	2,7	12,8	**84**	9,6	11,9	0,4	0,1	454 дош.пит. 2012г	
луком	**60**	3,9	4,7	23,8	**153**	13,7	16,8	0,8	0,5	454 дош.пит. 2012г	
луком	**35**	2,3	2,7	13,9	**89**	8,0	9,8	0,5	0,3	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с творогом	**60**	7,5	5,8	22,3	**171**	41,7	16,8	0,7	0,0	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с творогом	**35**	4,4	3,4	13,0	**100**	24,3	9,8	0,4	0,0	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с яблоками	**60**	3,5	3,9	28,9	**164**	13,0	13,7	1,1	0,3	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с яблоками	**35**	1,8	2,0	16,6	**92**	7,5	7,4	0,7	0,2	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с курагой	**60**	4,0	3,8	30,9	**173**	25,2	22,1	0,9	0,1	454 дош.пит. 2012г	
Пирожки сдобные печеные с курагой	**35**	2,2	2,0	18,1	**99**	16,2	13,5	0,5	0,0	454 дош.пит. 2012г	
рисом	**60**	3,8	5,0	23,0	**153**	15,1	19,2	0,7	0,1	454 дош.пит. 2012г	С джемом
рисом	**35**	2,1	2,9	12,4	**84**	9,0	11,4	0,4	0,1	454 дош.пит. 2012г	С повидлом
и яйцом	**35**	2,0	1,9	11,4	**72**	7,7	3,3	0,3	0,1	454 дош.пит. 2012г	
и яйцом	**60**	3,5	3,2	22,7	**137**	8,9	3,5	0,3	0,1	454 дош.пит. 2012г	
Ватрушка с творогом	**60**	7,9	4,6	25,0	**173**	43,5	18,5	0,9	0,0	458 дош.пит. 2012г	
Ватрушка с творогом	**35**	4,6	2,7	14,6	**101**	25,4	10,8	0,5	0,0	458 дош.пит. 2012г	
Пирог открытый с повидлом	**50**	3,1	1,6	27,7	**138**	9,8	12,1	0,7	0,0	459 дош пит.2012г	
Пирог открытый с повидлом	**60**	3,7	1,9	33,2	**165**	11,8	14,5	0,8	0,0	459 дош пит.2012г	
Пирог открытый с джемом	**50**	3,1	1,6	28,5	**141**	9,5	12,3	0,6	0,2	459 дош пит.2012г	
Пирог открытый с повидлом	**70**	4,3	2,2	38,8	**193**	13,7	16,9	1,0	0,1	459 дош пит.2012г	
Пирог открытый с джемом	**70**	4,3	2,2	39,9	**197**	13,3	17,2	0,8	0,3	459 дош.пит. 2012г	
Крендель сахарный	**50**	3,5	6,6	23,9	**169**	9,6	12,2	1,4	0,6	460 дош.пит. 2012г	
Крендель сахарный	**30**	2,1	3,9	14,3	**101**	5,7	7,3	0,9	0,3	460 дош.пит. 2012г	
Пирожки песочные с яблоками	**35**	2,5	4,1	18,1	**119**	12,0	7,6	0,6	0,1	464 дош.пит. 2012г	
Пирожки песочные с яблоками	**60**	4,3	7,0	31,0	**204**	20,5	13,0	1,0	0,2	464 дош.пит. 2012г	
Сдоба обыкновенная	**50**	3,9	2,4	26,2	**141**	11,0	14,5	0,7	0,0	466 дош.пит. 2012г	
Сдоба обыкновенная	**30**	2,3	1,4	15,7	**85**	6,6	8,7	0,4	0,0	466 дош.пит. 2012г	
Булочка ванильная	**50**	4,0	4,1	27,2	**158**	11,2	14,2	0,7	0,0	467 дош.пит. 2012г	
Булочка ванильная	**30**	2,4	2,4	16,3	**95**	6,7	8,5	0,4	0,0	467 дош.пит. 2012г	
Булочка домашняя	**50**	3,6	6,2	25,1	**172**	9,9	13,7	0,6	0,0	469 дош.пит. 2012г	
Булочка домашняя	**30**	2,2	3,7	15,1	**103**	5,9	8,2	0,4	0,0	469 дош.пит. 2012г	
Булочка дорожная	**50**	3,4	7,0	24,4	**175**	9,3	13,1	0,6	0,0	470 дош.пит. 2012г	
Булочка дорожная	**30**	2,0	4,2	14,6	**105**	5,6	7,9	0,4	0,0	470 дош.пит. 2012г	
Булочка "Октябренок"	**60**	6,8	1,7	32,0	**171**	91,1	27,8	0,8	0,1	471 дош.пит. 2012г	
Булочка "Октябренок"	**30**	3,4	0,9	16,0	**86**	45,6	13,9	0,4	0,0	471 дош.пит. 2012г	
Булочка школьная	**60**	5,0	1,9	33,6	**172**	13,5	19,4	0,9	0,0	472 дош.пит. 2012г	
Булочка школьная	**50**	4,2	1,6	28,0	**143**	11,3	16,2	0,7	0,0	472 дош.пит. 2012г	
Булочка школьная	**30**	2,5	1,0	16,8	**86**	6,8	9,7	0,4	0,0	472 дош.пит. 2012г	
Булочка "Веснушка"	**50**	3,9	3,1	26,9	**151**	11,3	15,2	0,7	0,0	473 дош.пит. 2012г	
Булочка "Веснушка"	**30**	2,3	1,8	16,2	**91**	6,8	9,1	0,4	0,0	473 дош.пит. 2012г	
Булочка российская	**60**	4,2	4,8	28,3	**173**	16,4	15,1	0,7	0,0	474 дош.пит. 2012г	
Булочка российская	**30**	2,1	2,4	14,2	**87**	8,2	7,6	0,4	0,0	474 дош.пит. 2012г	
Булочка "Алтайская"	**50**	4,2	2,5	24,9	**139**	11,3	17,0	0,8	0,1	477 дош.пит. 2012г	

Булочка "Алтайская"	**30**	2,5	1,5	14,9	**83**	6,8	10,2	0,5	0,1	477 дош.пит. 2012г	
Булочка "Розовая"	**60**	4,8	1,7	30,2	**156**	14,0	18,8	0,9	0,2	476 дош.пит. 2012г	
Булочка "Розовая"	**30**	2,4	0,8	15,1	**78**	7,0	9,4	0,4	0,1	476 дош.пит. 2012г	
Булочка молочная	**50**	4,6	1,0	26,1	**132**	30,2	18,3	0,7	0,1	479 дош.пит. 2012г	
Булочка молочная	**30**	2,8	0,6	15,7	**79**	18,1	11,0	0,4	0,1	479 дош.пит. 2012г	
Булочка "Янтарная"	**60**	6,0	3,4	28,3	**168**	26,6	19,0	0,8	0,2	481 дош.пит. 2012г	
Булочка "Янтарная"	**30**	3,0	1,7	14,2	**84**	13,3	9,5	0,4	0,1	481 дош.пит. 2012г	
Булочка "Творожная"	**30**	3,9	1,8	14,9	**92**	22,7	10,4	0,5	0,1	483 дош.пит. 2012г	
Булочка "Творожная"	**50**	6,5	3,0	24,8	**153**	37,9	17,3	0,8	0,1	483 дош.пит. 2012г	
Коржики молочные	**75**	4,9	8,4	37,5	**245**	19,2	17,8	0,9	0,1	496 дош.пит. 2012г	
Коржики молочные	**50**	3,2	5,6	25,0	**163**	12,8	11,9	0,6	0,0	496 дош.пит. 2012г	
Ватрушка с клюквой или брусникой	**60**	3,9	1,9	31,1	**158**	12,5	6,6	3,4	2,8	458 дош.пит. 2012г	
Ватрушка с клюквой или брусникой	**50**	3,3	1,6	25,9	**132**	10,4	5,5	2,8	2,3	458 дош.пит. 2012г	
Сочни из песочного теста	**50**	5,4	7,6	20,8	**173**	34,4	7,2	0,4	0,1	572 дош.пит. 2012г	
Сочни из песочного теста	**70**	7,8	10,8	29,1	**249**	48,9	10,2	0,7	0,1	572 дош.пит. 2012г	
Рогалик с повидлом	**40**	3,8	2,6	26,7	**144**	20,7	6,7	0,5	0,2	191 дош.пит. 2012г	
Рогалик с повидлом	**60**	5,6	3,9	40,2	**217**	30,9	9,9	0,8	0,3	191 дош.пит. 2012г	
Рогалик с джемом	**40**	3,8	2,6	27,2	**146**	20,5	6,8	0,5	0,2	191 дош.пит. 2012г	
Рогалик с джемом	**60**	5,6	3,9	40,9	**219**	30,7	10,1	0,7	0,3	191 дош.пит. 2012г	
Эчпочмак с говядиной	**50**	2,1	3,5	11,4	**85**	11,9	9,7	0,7	0,7	101.49 сб.рец.нар.России	
Эчпочмак с говядиной	**100**	4,2	7,0	22,8	**171**	23,8	19,4	1,4	1,4	101.49 сб.рец.нар.России	
Блины с маслом	**107**	5,6	10,0	35,7	**255**	12,0	8,0	0,7	0,0	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины с маслом	**160**	8,4	14,6	53,5	**379**	6,0	1,6	0,2	0,0	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины со сметаной	**110**	5,8	6,4	35,9	**225**	19,2	8,9	0,7	0,0	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины со сметаной	**170**	8,8	10,3	54,1	**345**	12,4	2,5	0,2	0,0	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины с джемом	**110**	5,6	4,9	42,7	**237**	11,6	8,9	0,7	0,2	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины с джемом	**170**	8,4	7,3	67,7	**368**	6,0	3,4	0,3	0,5	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины с повидлом	**110**	5,6	4,9	42,1	**234**	10,4	8,0	0,7	0,0	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Блины с повидлом	**170**	8,3	7,3	59,9	**338**	3,6	1,6	0,2	0,0	549 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Шанежки наливные с яйцом (на воде)	**30**	2,9	1,2	15,0	**82**	8,1	4,0	0,4	0,0	1320 Сб.рец.и кул.изд1998г	
Шанежки наливные с яйцом (на воде)	**50**	4,7	11,9	24,5	**224**	11,6	6,2	0,6	0,0	1320 Сб.рец.и кул.изд1998г	
Шанежки наливные с яйцом (на молоке)	**30**	3,2	1,4	15,4	**88**	18,9	5,2	0,4	0,1	1320 Сб.рец.и кул.изд1998г	
Шанежки наливные с яйцом (на молоке)	**50**	5,1	3,4	25,2	**152**	29,6	8,3	0,6	0,2	1320 Сб.рец.и кул.изд1998г	
Бисквитный рулет с повидлом	**45**	3,7	3,4	30,1	**164**	15,9	5,4	0,9	0,3	196 "Пит детей" 1981г	
Бисквитный рулет с повидлом	**60**	4,9	4,5	40,1	**218**	21,2	7,2	1,2	0,4	196 "Пит детей" 1981г	
Сумсы печеные (капуста, лук)	**50**	3,6	3,0	20,7	**125**	32,1	10,4	0,5	13,2	1330 Сб.рец.и кул.изд1998г	с минтаем
Сумсы печеные (капуста, лук)	**80**	5,6	4,7	32,7	**196**	47,6	15,3	0,8	17,0	1330 Сб.рец.и кул.изд1998г	с минтаем
Сумсы печеные (капуста, яйца)	**50**	3,8	3,2	20,4	**126**	31,2	10,1	0,5	15,9	1330 Сб.рец.и кул.изд1998г	с горбушей
Сумсы печеные (капуста, яйца)	**80**	5,90	5,00	32,20	**198**	47,4	14,8	0,8	16,4	1330 Сб.рец.и кул.изд1998г	с горбушей
Расстегаи с минтаем	**50**	4,2	2,4	22,6	**129**	9,3	6,9	0,5	0	697 Сб.рец.и кул.изд1996г	с рисом и яйцом
Расстегаи с минтаем	**70**	5,7	3,6	26,8	**163**	13,7	9,8	0,7	0	697 Сб.рец.и кул.изд1996г	с рисом и яйцом
Расстегаи с горбушей	**50**	4,4	2,5	22,6	**130**	8,8	6,1	0,5	0	697 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Расстегаи с горбушей	**70**	5,9	3,9	26,8	**166**	12,8	8,2	0,7	0	697 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Расстегаи с рисом и яйцом	**50**	3,9	2,3	23,1	**129**	8,4	5,8	0,5	0	697 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Расстегаи с рисом и яйцом	**70**	5,1	3,5	27,5	**161**	11,8	0,3	0,7	0	697 Сб.рец.и кул.изд1996г	

Фарш рисовый	**15**	0,7	1,2	3,6	**28**	2	2,7	0,1	0	585 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Фарш рисовый	**21**	0,9	1,7	5	**39**	2,8	3,8	0,2	0	585 Сб.рец.и кул.изд1973г	
Фарш из минтая	**15**	2,7	1,4	0,2	**25**	7,6	10,3	0,2	0,1	716 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Фарш из минтая	**21**	3,9	2	0,3	**35**	10,8	14,7	0,3	0,1	716 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Фарш из горбуши	**15**	3,5	2,3	0,2	**35**	4,5	4,9	0,1	0,1	716 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Фарш из горбуши	**21**	4,9	3,3	0,3	**50**	6,4	7	0,2	0,2	716 Сб.рец.и кул.изд1996г	
Фарш из зеленого лука с яйцом	**18**	0,4	1,3	0,6	**15**	17,6	3,3	0,2	5,2	851 Сб.рец.и кул.изд 2002г	
Фарш из зеленого лука с яйцом	**21**	0,6	1,3	0,8	**18**	24,5	4,6	0,3	7,2	851 Сб.рец.и кул.изд 2002г	

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe		
Вареники ленивые (отварные)	**100**	14,8	7,3	14,6	**185**	94,1	18,5	0,0	0,2	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные)	**130**	19,2	9,5	19,0	**241**	122,3	24,1	0,0	0,3	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные)	**150**	22,2	11,0	21,9	**278**	141,2	27,8	0,0	0,3	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные)	**200**	29,6	14,6	29,2	**370**	188,2	37,0	0,0	0,4	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные) с маслом	**100/5**	14,8	10,9	15,3	**218**	95,3	18,5	0,6	0,2	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные) с маслом	**150/7,5**	22,2	16,4	23,0	**327**	143,0	27,8	0,9	0,3	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные)с сахаром	**100/10**	14,8	7,4	24,8	**225**	94,6	8,5	0,6	0,2	230 дош.пит. 2012г.
Вареники ленивые (отварные)с сахаром	**150/15**	22,2	11,1	37,2	**338**	141,9	12,8	0,9	0,3	230 дош.пит. 2012г.
Сырники из творога	**130**	24,3	16,4	14,8	**263**	202,5	33,8	1,0	0,4	231 дош.пит. 2012
Сырники из творога	**100**	18,7	12,6	11,4	**234**	155,8	26,0	0,8	0,3	231 дош.пит. 2012
Сырники из творога	**150**	28,1	18,9	17,1	**351**	233,7	39,0	1,2	0,5	231 дош.пит. 2012
Сырники из творога с маслом	**100/5**	18,7	16,2	11,5	**267**	157,0	26,0	0,8	0,3	231 дош.пит. 2012
Сырники из творога с маслом	**150/7,5**	24,3	17,3	401,0	**236**	39,0	1,2	0,5	0,3	231 дош.пит. 2012
Сырники из творога с вареньем	**100/20**	18,8	12,7	25,0	**287**	158,0	27,0	1,1	0,6	231 дош.пит. 2012
Сырники из творога с вареньем	**150/30**	28,2	19,1	37,5	**431**	237,0	40,5	1,7	0,9	231 дош.пит. 2012
Сырники с картофелем	**100**	12,6	9,5	16,1	**200**	99,1	26,0	1,0	4,4	232 дош.пит. 2012
Сырники с картофелем	**150**	18,9	14,3	24,2	**300**	148,7	39,0	1,5	6,6	232 дош.пит. 2012
Сырники с картофелем соусом № 350	**100/30**	13,2	11,1	18,2	**225**	118,8	28,8	2,9	4,5	232 дош.пит. 2012
Сырники с картофелем соусом № 350	**150/45**	19,8	16,7	27,3	**338**	178,2	43,2	4,4	6,8	232 дош.пит. 2012
Сырники с картофелем соусом № 354	**100/30**	12,6	9,5	16,1	**200**	99,1	26,0	1,0	4,4	232 дош.пит. 2012
Сырники с картофелем соусом № 354	**150/45**	18,9	14,3	24,2	**300**	148,7	399,0	1,5	6,6	232 дош.пит. 2012
Сырники с морковью	**100**	14,1	11,6	21,1	**245**	117,0	27,4	0,8	0,7	233 дош.пит. 2012
Сырники с морковью	**150**	21,2	17,4	31,7	**368**	175,5	41,1	1,2	1,1	233 дош.пит. 2012
Сырники с морковью соус №351	**100/30**	14,7	13,0	22,1	**275**	135,8	30,0	0,9	0,8	233 дош.пит. 2012
Сырники с морковью соус №351	**150/45**	22,1	19,5	33,2	**413**	203,7	45,0	1,4	1,2	233 дош.пит. 2012
Сырники с морковью соус №354	**100/30**	14,5	13,1	22,9	**267**	125,2	29,0	0,9	0,7	233 дош.пит. 2012
Сырники с морковью соус №354	**150/45**	21,8	19,7	34,4	**401**	187,8	43,5	1,4	1,1	233 дош.пит. 2012
Пудинг из творога (запеченный)	**100**	15,1	10,7	24,3	**256**	129,9	22,9	1,0	0,2	235 дош.пит. 2012
Пудинг из творога (запеченный)	**150**	22,7	16,1	36,5	**384**	194,9	34,4	1,5	0,3	235 дош.пит. 2012
Пудинг из творога с рисом	**100**	14,7	9,9	19,0	**224**	120,5	22,4	0,6	0,2	236 дош.пит. 2012
Пудинг из творога с рисом	**130**	19,1	12,9	24,7	**291**	156,7	29,1	0,8	0,3	236 дош.пит. 2012
Пудинг из творога с рисом	**150**	22,1	14,9	28,5	**336**	180,8	33,6	0,9	0,3	236 дош.пит. 2012
Запеканка из творога с мукой	**100**	17,8	12,1	18,4	**253**	148,0	24,4	0,8	0,2	237 дош.пит. 2012
Запеканка из творога с мукой	**150**	26,7	18,2	27,6	**380**	222,0	36,6	1,2	0,3	237 дош.пит. 2012
Запеканка из творога с манной крупой	**100**	17,5	12,1	17,2	**247**	147,3	22,2	0,7	0,2	237 дош.пит. 2012
Запеканка из творога с манной крупой	**130**	22,8	15,7	22,4	**321**	191,5	28,9	0,9	0,3	237 дош.пит. 2012
Запеканка из творога с манной крупой	**150**	26,3	18,2	25,8	**371**	221,0	33,3	11,1	0,3	237 дош.пит. 2012
Пудинг из творога с яблоками	**100**	13,6	10,7	14,6	**209**	116,5	18,8	1,2	1,4	240 дош.пит. 2012

Пудинг из творога с яблоками	**130**	17,7	13,9	19,0	**271**	151,5	24,4	1,6	1,8	240 дош.пит. 2012
Пудинг из творога с яблоками	**150**	20,4	16,1	21,9	**314**	174,8	28,2	1,8	2,1	240 дош.пит. 2012
Зразы из творога с изюмом	**100**	14,9	10,2	31,4	**277**	120,3	28,0	1,3	0,2	241 дош.пит. 2012
Зразы из творога с изюмом	**150**	22,4	15,3	47,1	**416**	180,5	42,0	2,0	0,3	241 дош.пит. 2012
Пирог творожный	**100**	18,1	13,9	21,1	**141**	151,2	22,9	0,8	0,4	543 сбор.рец. 1973г
Пирог творожный	**130**	23,5	18,1	27,4	**183**	196,6	29,8	1,0	0,5	543 сбор.рец. 1973г
Пирог творожный	**150**	27,2	20,9	31,7	**212**	226,8	34,4	1,2	0,6	543 сбор.рец. 1973г
Ватрушка из творога и овощей	**100**	12,6	10,9	17,4	**123**	116,4	26,9	0,8	1,5	238 дош.пит. 2012г
Ватрушка из творога и овощей	**150**	18,9	16,4	26,1	**185**	174,6	40,4	1,2	2,3	238 дош.пит. 2012г
Запеканка из творога с морковью	**100**	11,7	10,3	23,8	**234**	113,6	22,7	0,7	0,7	238 дош.пит. 2012г
Запеканка из творога с морковью	**150**	17,6	15,5	35,7	**351**	170,4	34,1	1,0	1,1	238 дош.пит. 2012г
Запеканка из творога с овсяными хлопьям	**100**	17,0	16,8	25,6	**192**	144,0	29,7	0,9	0,4	24 Сб.рец.бл.зарубеж
Запеканка из творога с овсяными хлопьям	**130**	22,1	21,8	33,3	**249**	187,2	38,6	1,2	0,5	25 Сб.рец.бл.зарубеж
Запеканка из творога с овсяными хлопьям	**150**	25,5	25,2	38,4	**287**	216,0	44,6	1,4	0,6	24 Сб.рец.бл.зарубеж
Биточки манные с творогом	**100**	8,5	5,1	16,7	**90**	63,9	11,4	0,4	0,2	68 Прод. и бл.в дет.пит.
Биточки манные с творогом	**130**	11,1	6,7	21,8	**117**	83,1	14,8	0,5	0,3	68 Прод. и бл.в дет.пит.
Биточки манные с творогом	**150**	12,8	7,7	25,1	**135**	95,9	17,1	0,6	0,3	68 Прод. и бл.в дет.пит.
Биточки манные с творогом	**200**	17,1	10,3	33,5	**180**	127,9	22,8	0,8	0,4	68 Прод. и бл.в дет.пит.
Пирог творожный (с уменьшеным кол-м сахара)	**100**	18,1	13,9	16,1	**121**	151,0	22,9	0,8	0,4	543 сбор.рец. 1973г
Пирог творожный (с уменьшеным кол-м сахара)	**150**	27,2	20,9	24,7	**184**	226,0	34,4	1,2	0,6	543 сбор.рец. 1973г
Пирог творожный (с уменьшеным кол-м сахара)	**160**	29,0	22,3	26,3	**196**	241,1	36,7	1,3	0,6	543 сбор.рец. 1973г
Пирог творожный (с уменьшеным кол-м сахара)	**130**	23,5	18,1	21,4	**159**	196,0	29,8	1,0	0,5	543 сбор.рец. 1973г
Пудинг с яблоком (с умен. кол-м сахара)	**130**	17,7	14,0	15,5	**256**	151,4	24,4	1,6	1,8	240 дош.пит. 2012
Пудинг с яблоком (с умен. кол-м сахара)	**150**	20,4	16,1	17,9	**298**	174,7	28,2	1,8	2,1	240 дош.пит. 2012

Наименование изделия:	Выход, г	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углеводы,г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Картофель отварной	**105**	2,1	4,0	16,1	**108**	11,2	20,6	0,9	14,7	125 дош.пит.2012г	
Картофель отварной	**155**	3,1	4,2	24,1	**146**	16,2	30,7	0,4	22,0	125 дош.пит.2012г	
Картофель в молоке	**100**	2,3	4,6	12,2	**99**	36,9	17,8	0,7	10,5	126 дош.пит.2012г	
Картофель в молоке	**150**	3,3	5,1	18,2	**132**	58,3	26,5	1,0	15,7	126 дош.пит.2012г	
Капуста отварная с маслом	**105**	1,5	3,4	4,0	**52**	38,1	13,0	0,6	25,0	127 дош.пит.2012г	с маслом
Капуста отварная с маслом	**155**	2,2	3,4	6,0	**63**	56,9	19,6	0,9	38,0	127 дош.пит.2012г	с маслом
Капуста отварная с соусом	**115**	1,6	0,8	4,8	**33**	44,1	14,0	0,6	25,0	127 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Капуста отварная с соусом	**180**	2,6	1,6	7,7	**53**	69,7	21,6	1,0	38,0	127 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Капуста отварная с соусом	**115**	1,6	0,8	4,7	**32**	40,1	13,6	0,6	25,0	127 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Капуста отварная с соусом	**180**	2,4	1,5	7,5	**53**	61,7	20,7	1,0	38,0	127 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Морковь с зеленым горошком в молочном с	**100**	1,2	4,1	6,7	**69**	38,7	25,5	0,5	6,1	129 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Морковь с зеленым горошком в молочном с	**150**	1,8	6,4	9,9	**104**	56,8	38,2	0,7	9,3	129 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Морковь с зеленым горошком в молочном с	**100**	1,8	5,0	8,0	**84**	58,9	27,7	0,5	6,2	129 дош.пит.2012г	с соусом № 366
Морковь с зеленым горошком в молочном с	**150**	2,1	6,5	10,3	**108**	68,3	39,2	0,7	9,3	129 дош.пит.2012г	с соусом № 366
Капуста тушеная	**100**	2,0	3,7	9,5	**79**	55,8	19,7	0,8	16,4	132 дош.пит.2012г	
Капуста тушеная	**150**	3,1	5,6	14,4	**12**	85,0	31,8	1,2	25,0	132 дош.пит.2012г	
Картофель, тушенный в соусе	**100**	2,1	5,9	15,5	**124**	17,2	22,4	0,8	7,3	133 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофель, тушенный в соусе	**180**	3,2	9,4	23,3	**190**	25,8	33,7	1,2	10,9	133 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофель, тушенный в соусе	**200**	4,3	11,9	31,1	**248**	34,4	44,9	1,6	14,6	133 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофель, тушенный в соусе	**150**	3,2	9,4	23,3	**190**	25,8	33,7	1,2	10,9	133 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Свекла, тушенная в сметане или соусе	**100**	2,1	6,1	9,6	**102**	48,0	19,3	1,4	1,4	134 дош.пит.2012г	со сметаной
Свекла, тушенная в сметане или соусе	**150**	3,1	9,5	14,1	**155**	71,1	28,5	2,0	2,0	134 дош.пит.2012г	со сметаной
Свекла, тушенная в сметане или соусе	**100**	2,4	7,1	10,7	**116**	52,4	20,1	1,4	1,4	134 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Свекла, тушенная в сметане или соусе	**150**	3,5	11,0	15,8	**176**	77,9	29,7	2,1	2,0	134 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Свекла, тушенная с яблоками	**100**	1,4	1,4	11,6	**64**	30,1	14,9	1,4	1,1	135 дош.пит.2012г	
Свекла, тушенная с яблоками	**150**	2,1	1,9	17,7	**97**	44,7	22,2	2,1	1,6	135 дош.пит.2012г	
Морковь, тушенная с рисом и черносливом	**100**	1,7	2,4	24,2	**125**	28,3	39,2	0,9	1,6	136 дош.пит.2012г	
Морковь, тушенная с рисом и черносливом	**150**	2,6	3,9	36,8	**193**	42,5	58,8	1,4	1,5	136 дош.пит.2012г	
Рагу из овощей	**100**	1,6	8,7	9,1	**121**	26,9	17,6	0,6	5,5	137 дош.пит.2012г	
Рагу из овощей	**180**	2,9	15,6	16,4	**218**	48,4	31,7	1,1	10,0	137 дош.пит.2012г	
Рагу из овощей	**200**	3,2	17,4	18,3	**242**	53,8	35,2	1,2	11,1	137 дош.пит.2012г	
Рагу из овощей	**150**	2,4	11,3	13,6	**166**	39,5	26,1	0,8	8,3	137 дош.пит.2012г	
Картофельные лепешки	**55**	2,5	6,0	15,0	**124**	12,2	13,7	0,7	4,0	138 дош.пит.2012г	
Картофельные лепешки	**75**	3,4	7,1	20,9	**161**	16,6	19,2	1,0	5,6	138 дош.пит.2012г	
Котлеты картофельные	**115**	3,3	6,3	21,4	**156**	15,2	25,1	1,2	10,7	139 дош.пит.2012г	с маслом
Котлеты картофельные	**180**	4,9	7,8	31,7	**216**	22,1	37,4	1,8	16,0	139 дош.пит.2012г	с маслом
Котлеты картофельные	**115**	3,5	7,1	22,3	**167**	19,0	25,8	1,2	10,7	139 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Котлеты картофельные	**180**	5,3	9,2	33,4	**237**	29,6	38,8	1,9	16,0	139 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Котлеты морковные	**115**	7,1	7,4	18,5	**169**	74,2	42,2	1,1	0,0	140 дош.пит.2012г	с маслом

Котлеты морковные	**180**	10,6	10,0	27,7	**243**	110,6	63,4	1,7	0,0	140 дош.пит.2012г	с маслом
Котлеты морковные	**115**	7,4	5,4	19,4	**155**	82,6	43,6	1,2	0,0	140 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Котлеты морковные	**180**	11,2	8,5	29,7	**240**	128,6	66,2	1,7	0,0	140 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Котлеты морковные	**115**	7,3	5,3	19,3	**154**	77,0	43,0	1,2	0,0	140 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Котлеты морковные	**180**	11,0	8,5	19,2	**238**	117,4	65,0	1,7	0,0	140 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Крокеты из моркови с изюмом	**105**	3,4	3,4	25,4	**146**	41,4	50,2	1,3	1,9	141 дош.пит.2012г	
Крокеты из моркови с изюмом	**108**	5,2	4,9	39,0	**221**	62,7	75,9	2,0	3,0	141 дош.пит.2012г	
Котлеты свекольные	**115**	4,5	4,8	22,3	**151**	53,3	30,4	5,3	9,5	142 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Котлеты свекольные	**180**	6,7	7,5	33,9	**230**	84,1	46,2	3,0	0,0	142 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Котлеты свекольные	**115**	4,4	4,8	22,1	**149**	48,1	29,8	2,0	0,0	142 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Котлеты свекольные	**180**	6,6	7,5	33,6	**228**	73,7	45,1	3,0	0,0	142 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Котлеты капустно-морковные	**105**	5,1	8,3	16,7	**162**	69,5	33,8	1,0	11,9	144 дош.пит.2012г	
Котлеты капустно-морковные	**155**	7,6	10,6	25,0	**4**	5,2	14,8	120,0	41,4	144 дош.пит.2012г	
Котлеты из овощей	**105**	3,6	7,6	14,1	**139**	38,7	35,7	1,1	10,9	146 дош.пит.2012г	с маслом
Котлеты из овощей	**155**	3,9	5,2	14,9	**122**	46,8	37,1	1,1	10,9	146 дош.пит.2012г	с маслом
Котлеты из овощей	**115**	5,8	7,7	22,4	**183**	74,6	56,0	1,6	5,8	146 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Котлеты из овощей	**180**	7,7	22,4	183,0	**75**	56,0	1,6	16,4	16,4	146 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Котлеты из овощей	**115**	3,8	5,2	14,8	**120**	41,4	36,5	1,1	10,9	146 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Котлеты из овощей	**180**	5,6	7,7	22,1	**180**	63,8	54,8	1,6	16,4	146 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофельные оладьи со свежей капустой	**105**	3,5	7,4	14,7	**140**	31,2	28,2	0,9	5,4	149 дош.пит.2012г	с маслом
Картофельные оладьи со свежей капустой	**155**	5,4	9,0	22,4	**192**	46,5	42,6	1,3	8,0	149 дош.пит.2012г	с маслом
Картофельные оладьи со свежей капустой	**115**	3,8	4,8	15,6	**120**	39,0	29,4	0,9	5,4	149 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Картофельные оладьи со свежей капустой	**180**	5,9	7,1	24,1	**184**	63,2	45,2	1,4	8,1	149 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Картофельные оладьи со свежей капустой	**115**	8,1	8,1	8,1	**8**	8,1	8,1	8,1	8,1	149 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофельные оладьи со свежей капустой	**180**	5,7	7,0	23,9	**181**	52,8	44,1	1,4	8,0	149 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофельные оладьи с сыром	**115**	5,4	9,2	16,1	**169**	86,0	23,0	0,8	3,0	150 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Картофельные оладьи с сыром	**180**	8,0	13,0	24,6	**247**	125,0	34,6	1,3	4,5	150 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Картофельные оладьи с сыром	**115**	9,0	12,3	20,8	**230**	225,3	39,2	0,9	3,3	150 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофельные оладьи с сыром	**180**	13,4	17,6	31,5	**338**	332,3	58,8	1,4	5,0	150 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофель, запеченный в сметанном соусе	**100**	2,4	4,1	13,0	**98**	86,0	23,0	0,8	2,9	151 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Картофель, запеченный в сметанном соусе	**150**	3,6	6,1	19,4	**147**	125,0	34,6	1,3	4,3	151 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Картофель, запеченный в сметанном соусе	**100**	2,5	7,2	12,6	**125**	225,3	39,2	0,9	2,9	151 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Картофель, запеченный в сметанном соусе	**150**	3,7	10,8	18,8	**187**	332,3	58,8	1,4	4,3	151 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка капустная	**100**	4,1	9,9	14,9	**164**	59,2	20,4	1,0	21,1	152 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка капустная	**150**	6,0	12,8	21,9	**227**	88,3	30,6	1,5	31,6	152 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка капустная	**115**	4,3	7,2	15,7	**145**	67,3	21,7	1,0	21,1	152 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка капустная	**180**	6,5	10,8	23,7	**218**	105,5	33,3	1,6	31,6	152 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка капустная	**115**	4,2	7,1	15,6	**143**	61,9	21,1	1,0	21,1	152 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка капустная	**180**	6,3	10,8	23,4	**216**	94,8	32,1	1,6	31,6	152 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка капустная	**115**	4,2	7,1	15,7	**144**	62,2	21,8	1,1	21,2	152 дош.пит.2012г	с соусом № 355
Запеканка капустная	**180**	4,2	7,1	15,7	**144**	62,2	21,8	1,1	21,2	152 дош.пит.2012г	с соусом № 355
Запеканка морковная	**105**	3,9	8,3	20,5	**172**	62,5	46,2	1,1	2,3	153 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка морковная	**155**	5,6	10,2	30,9	**238**	92,1	68,7	1,6	3,4	153 дош.пит.2012г	с маслом

Запеканка морковная	**115**	4,2	9,0	21,5	**184**	72,2	47,5	1,1	2,3	153 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка морковная	**180**	6,2	11,7	33,0	**262**	111,5	71,4	1,6	3,5	153 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка морковная	**115**	4,1	8,9	21,4	**182**	66,6	46,9	1,1	2,3	153 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка морковная	**180**	6,1	11,6	32,6	**259**	99,8	70,2	1,6	3,4	153 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка морковная с творогом	**105**	10,1	11,8	16,6	**213**	106,0	35,7	1,0	1,4	154 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка морковная с творогом	**155**	15,3	16,6	25,1	**311**	160,0	54,1	1,5	2,0	154 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка морковная с творогом	**115**	10,3	9,2	17,6	**195**	114,5	37,1	1,0	1,4	154 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка морковная с творогом	**180**	15,9	14,7	27,1	**304**	178,8	56,8	1,6	2,1	154 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка морковная с творогом	**115**	10,2	9,2	17,4	**193**	108,8	36,5	1,0	1,4	154 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка морковная с творогом	**180**	15,7	14,6	26,8	**301**	167,4	55,6	1,6	2,0	154 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка овощная	**105**	3,7	9,0	17,3	**165**	34,5	25,5	1,1	8,6	155 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка овощная	**185**	5,6	12,2	26,6	**239**	51,3	38,6	1,6	12,9	155 дош.пит.2012г	с маслом
Запеканка овощная	**115**	3,9	5,6	18,2	**147**	42,9	26,8	1,1	8,6	155 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка овощная	**180**	6,1	10,4	28,4	**232**	69,3	41,1	1,6	13,0	155 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Запеканка овощная	**115**	3,9	6,5	18,0	**146**	37,3	26,2	1,1	8,6	155 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Запеканка овощная	**180**	6,0	10,4	28,2	**230**	58,1	40,0	1,6	12,9	155 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Пудинг из моркови	**105**	3,6	7,1	14,4	**135**	50,9	31,2	0,9	1,6	158 дош.пит.2012г	с маслом
Пудинг из моркови	**155**	5,4	8,6	21,1	**184**	75,7	46,7	1,3	2,5	158 дош.пит.2012г	с маслом
Пудинг из моркови	**115**	3,9	4,6	15,3	**118**	59,3	32,5	0,9	1,7	158 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Пудинг из моркови	**180**	5,9	6,9	23,0	**177**	93,7	49,2	1,3	2,5	158 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Пудинг из моркови	**115**	3,8	4,6	15,1	**117**	53,7	31,9	0,9	1,6	158 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Пудинг из моркови	**180**	5,7	6,8	22,7	**175**	82,5	48,1	1,3	2,5	158 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Суфле из моркови с творогом	**100**	6,4	5,6	10,2	**117**	75,5	29,8	0,8	1,5	159 дош.пит.2012г	
Суфле из моркови с творогом	**150**	9,6	8,5	15,7	**177**	114,0	45,0	1,1	2,2	159 дош.пит.2012г	
Капуста белокочанная, запеченная в соусе	**105**	3,0	10,8	7,2	**138**	91,2	17,7	0,5	15,1	160 дош.пит.2012г	
Капуста белокочанная, запеченная в соусе	**155**	4,5	15,0	10,8	**196**	140,4	26,6	0,8	22,6	160 дош.пит.2012г	
Перец, фаршированный овощами и рисом	**100**	1,9	5,9	9,6	**99**	32,5	18,0	0,6	59,3	161 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Перец, фаршированный овощами и рисом	**150**	2,9	9,6	14,7	**156**	51,5	27,2	0,9	89,5	161 дош.пит.2012г	с соусом № 350
Перец, фаршированный овощами и рисом	**100**	1,7	5,9	9,3	**97**	21,7	16,9	0,6	59,3	161 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Перец, фаршированный овощами и рисом	**150**	2,7	9,5	14,1	**152**	33,6	25,4	1,0	89,4	161 дош.пит.2012г	с соусом № 354
Перец, фаршированный овощами и рисом	**100**	1,8	5,9	9,6	**98**	22,3	18,1	0,7	59,5	161 дош.пит.2012г	с соусом № 355
Перец, фаршированный овощами и рисом	**150**	2,8	9,5	14,6	**155**	34,5	27,4	1,0	89,8	161 дош.пит.2012г	с соусом № 355
Тыква отварная	**105**	1,2	3,5	4,6	**54**	31,1	16,4	0,5	4,9	128 дош.пит.2012г	
Тыква отварная	**155**	1,8	3,5	6,8	**66**	46,1	24,7	0,7	7,3	128 дош.пит.2012г	
Каша из тыквы	**105**	2,3	8,9	20,0	**142**	29,2	15,1	0,5	3,9	130 дош.пит.2012г	
Каша из тыквы	**155**	3,3	17,0	14,3	**156**	41,4	22,5	0,8	5,8	130 дош.пит.2012г	
Тыква, припущенная с яблоком и изюмом	**100**	1,1	2,9	14,3	**87**	32,2	16,9	1,2	4,6	131 дош.пит.2012г	
Тыква, припущенная с яблоком и изюмом	**150**	1,7	4,3	21,4	**131**	48,4	25,3	1,7	6,9	131 дош.пит.2012г	
Котлеты из кабачков и творога	**105**	6,8	8,7	9,1	**142**	68,5	20,4	0,9	9,6	145 дош.пит.2012г	с маслом 105 г
Котлеты из кабачков и творога	**155**	10,2	11,3	13,9	**198**	100,4	30,2	1,3	14,1	145 дош.пит.2012г	с маслом 155 г
Котлеты из кабачков и творога	**115**	7,1	6,1	10,0	**123**	76,7	21,7	0,9	9,7	145 дош.пит.2012г	с соусом № 350 115 г
Котлеты из кабачков и творога	**180**	10,7	9,4	15,7	**191**	117,8	32,7	1,3	14,1	145 дош.пит.2012г	с соусом № 350 180 г
Котлеты из кабачков и творога	**115**	7,0	6,0	9,9	**122**	71,3	21,1	0,9	9,6	145 дош.пит.2012г	с соусом № 354 115 г

Котлеты из кабачков и творога	**180**	10,6	9,4	15,4	**198**	106,9	31,7	1,3	14,1	145 дош.пит.2012г	с соусом № 354 180 г
Запеканка из тыквы	**115**	4,9	7,8	18,0	**162**	95,3	30,1	0,9	2,3	156 дош.пит.2012г	с соусом № 350 115 г
Запеканка из тыквы	**180**	7,5	11,8	27,5	**246**	148,1	45,9	1,3	3,5	156 дош.пит.2012г	с соусом № 350 180 г
Запеканка из тыквы	**115**	4,8	7,7	17,9	**160**	89,7	29,6	0,9	2,3	156 дош.пит.2012г	с соусом № 354 115 г
Запеканка из тыквы	**180**	7,3	11,7	27,2	**244**	136,9	44,8	1,3	3,4	156 дош.пит.2012г	с соусом № 354 180 г
Тыквенно-яблочная запеканка	**115**	2,6	3,4	18,1	**114**	37,4	15,0	1,5	4,2	157 дош.пит.2012г	
Тыквенно-яблочная запеканка	**180**	3,9	5,5	26,9	**173**	58,1	22,8	2,2	6,4	157 дош.пит.2012г	
Картофель печеный	**120**	2,8	4,9	22,9	**147**	15,5	32,3	1,3	28,0	56 Дружинина Л.В.	
Картофель печеный	**110**	2,6	4,5	21,0	**135**	14,2	29,6	1,2	25,7	56 Дружинина Л.В.	
Картофель печеный	**90**	2,1	3,7	17,2	**111**	11,6	24,2	1,0	21,0	56 Дружинина Л.В.	
Картофель печеный	**150**	3,4	5,4	27,6	**225**	19,3	40, 3	1, 7	35,0	56 Дружинина Л.В.	
Овощи по-карпатски с рисом	**150**	2,9	11,7	19,7	**197**	16,3	20,1	0,8	130,6	14.18 Сбор.рец.нац.бл.	
Овощи по-карпатски с рисом	**200**	3,9	15,6	26,3	**263**	21,7	26,8	1,1	174,1	14.18 Сбор.рец.нац.бл.	
Овощи по-карпатски с пшеничной крупой	**150**	3,5	11,8	20,1	**203**	19,0	26,0	1,1	4,1	14.18 Сбор.рец.нац.бл.	
Овощи по-карпатски с пшеничной крупой	**200**	4,6	15,7	26,8	**271**	25,3	34,7	1,4	174,1	14.18 Сбор.рец.нац.бл.	
Овощи по-карпатски с перловой крупой	**150**	3,1	11,7	18,9	**194**	18,6	19,1	4,1	15,6	14.18 Сбор.рец.нац.бл.	
Овощи по-карпатски с перловой крупой	**200**	4,1	15,6	25,2	**259**	24,8	25,5	1,2	174,1	14.18 Сбор.рец.нац.бл.	
Икра овощная	**100**	1,7	5,2	6,6	**81**	30,9	20,8	0,8	20,4	125 Сб. рец. 1982 г.	
Икра овощная	**75**	1,3	3,9	5,0	**61**	23,2	15,6	0,6	15,3	125 Сб. рец. 1982 г.	
Икра овощная	**50**	0,8	2,3	3,2	**36**	15,5	10, 4	0,4	10, 2	125 Сб. рец. 1982 г.	
Картофельный кугель (пудинг)	**175**	7,0	10,3	33,4	**255**	34,0	41,3	2,1	32,0	468 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Картофельный кугель (пудинг)	**120**	4,8	7,1	22,9	**175**	23,3	28,3	1,4	21,9	469 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Овощная запеканка	**180**	6,3	8,1	35,5	**242**	48,1	29,5	1,0	23,1	158 Пит.реб.Дружинина Л.В.	
Овощная запеканка	**150**	5,3	6,8	29,6	**201**	40,1	24,6	0,8	19,3	159 Пит.реб.Дружинина Л.В.	
Рулет или запеканка картофельная с овощ.	**250**	7,0	12,6	37,1	**291**	78,6	53,3	2,2	49,7	180 Сб.рецеп.блюд.19	с соусом № 354
Рулет или запеканка картофельная с овощ.	**188**	5,3	9,5	27,9	**219**	59,1	40,1	1,7	37,4	180 Сб.рецеп.блюд.19	с соусом № 355
Рулет или запеканка картофельная с овощ.	**215**	6,4	12,2	34,1	**273**	58,9	49,9	2,2	49,6	180 Сб.рецеп.блюд.19	со сметаной
Рулет или запеканка картофельная с овощ.	**161**	4,9	9,2	25,7	**206**	44,7	37,6	1,6	37,4	180 Сб.рецеп.блюд.19	со сметаной
Картофель в молочном соусе	**130**	3,3	4,7	19,8	**135**	52,1	28,3	1,0	20,5	144 Пит.реб.в дет.саду	
Картофель в молочном соусе	**150**	3,8	5,4	22,9	**156**	60,1	32,6	1,1	23,7	144 Пит.реб.в дет.саду	
Картофель в молочном соусе	**100**	2,5	3,6	15,3	**104**	40,1	21,7	0, 7	15,8	144 Пит.реб.в дет.саду	
Рулет картофельный с яйцом	**160**	6,9	16,3	32,7	**306**	36,6	40,3	2,1	31,1	121 Пит.детей М.И. Снигур	
Рулет картофельный с яйцом	**120**	5,2	12,3	24,8	**232**	27,7	30,5	1,6	23,6	121 Пит.детей М.И. Снигур	
Рулет картофельный с яйцом	**160/30**	7,5	14,3	34,7	**298**	55,1	43,1	2,2	31,2	121 Пит.детей М.И. Снигур	
Рулет картофельный с яйцом	**120/15**	5,3	10,2	24,7	**212**	39,2	30,6	1,6	22,2	121 Пит.детей М.И. Снигур	
Картофельные ватрушки с твор. фаршем	**150**	10,4	12,1	27,3	**262**	76,7	39,9	1,8	26,4	378 Сб. рец.кул.из 1982 г.	
Картофельные ватрушки с твор. фаршем	**130**	9,0	10,5	23,7	**227**	66,5	34,6	1,6	22,9	378 Сб. рец.кул.из 1982 г.	
Картоф. пирожки с морковью с маслом	**180/5**	7,0	13,3	32,6	**280**	42,7	55,7	2,3	34,4	377 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Картоф. пирожки с морковью с маслом	**150/5**	5,9	11,1	27,3	**234**	35,8	46,7	1,9	28,8	377 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Картоф. пирожки с морковью с соусом 350	**180/30**	8,0	12,3	36,1	**289**	74,4	60,4	2,4	34,6	377 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Картоф. пирожки с морковью с соусом 350	**150/15**	6,3	9,7	28,4	**227**	58,5	47,5	1,9	27,2	377 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Картоф. пирожки с морковью с соусом 354	**180/30**	7,7	12,2	35,5	**284**	55,2	58,3	2,4	34,4	377 Сб. рец.кул.из 1998 г.	
Картоф. пирожки с морковью с соусом 354	**150/15**	6,1	9,6	27,9	**223**	43,4	45,8	1,9	27,0	377 Сб. рец.кул.из 1998 г.	

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур	Примечание
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe			
Яйца вареные	**40**	5,1	4,6	0,3	**63**	22,0	1,0	4,8	0,0	213 дош.пит. 2012г	0
Яйца вареные	**20**	2,5	2,3	0,1	**32**	11,0	0,5	2,4	0,0	213 дош.пит. 2012г	
Яйца вареные	**60**	7,5	6,9	0,3	**96**	33,0	1,5	7,2	0,0	213 дош.пит. 2012г	
Яйца вареные	**80**	10,0	9,2	0,4	**128**	44,0	2,0	9,6	0,0	213 дош.пит. 2012г	
Яйца, запеченные в сметанном соусе	**60**	3,0	4,8	2,7	**66**	23,0	0,6	4,7	0,0	214 дош.пит. 2012г	Соус № 354
Яйца, запеченные в сметанном соусе	**80**	5,5	7,2	2,8	**98**	34,1	1,1	7,1	0,0	214 дош.пит. 2012г	Соус № 354
Яйца, запеченные в сметанном соусе	**60**	3,1	8,1	2,3	**94**	32,0	0,6	5,1	0,0	214 дош.пит. 2012г	Соус № 357
Яйца, запеченные в сметанном соусе	**80**	5,5	10,5	2,4	**127**	43,1	1,1	7,5	0,0	214 дош.пит. 2012г	Соус № 357
Омлет натуральный	**65**	5,7	11,0	1,1	**127**	46,4	1,2	7,8	0,1	215 дош.пит. 2012г	
Омлет натуральный	**125**	12,5	19,4	2,4	**235**	93,5	2,4	15,6	0,4	215 дош.пит. 2012г	
Омлет натуральный	**85**	7,5	13,5	1,5	**157**	62,8	1,5	10,4	0,2	215 дош.пит. 2012г	
Омлет натуральный	**105**	10,6	16,9	1,9	**203**	76,6	2,0	12,9	0,3	215 дош.пит. 2012г	
Омлет натуральный	**100**	10,6	15,4	1,2	**170**	72,6	2,0	12,9	0,3	215 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет с сыром	**65**	7,0	12,9	1,1	**148**	114,6	1,2	10,1	0,1	216 дош.пит. 2012г	
Омлет с сыром	**85**	9,1	15,8	1,4	**184**	146,2	1,5	13,2	0,2	216 дош.пит. 2012г	
Омлет с сыром	**105**	12,8	20,1	1,9	**193**	190,0	3,1	16,8	0,4	216 дош.пит. 2012г	
Омлет с сыром	**100**	12,8	16,0	1,9	**156**	189,4	16,8	3,1	0,4	216 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет с сыром	**125**	16,2	24,1	2,5	**235**	234,3	3,9	21,2	0,6	216 дош.пит. 2012г	
Омлет с сыром	**120**	16,2	20,0	2,5	**198**	233,9	21,2	3,9	0,6	216 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет с сыром	**110**	14,9	18,3	2,3	**182**	214,4	19,4	3,6	0,6	216 дош.пит. 2012г	без масла
Масло (порциями)	**5**	0,0	1,5	0,7	**33**	4,0	0,0	0,0	0,0	6 дош. пит.2012г	
Омлет с морковью	**100**	7,3	13,6	3,5	**166**	62,9	1,5	20,2	1,2	217 дош.пит. 2012г	
Омлет с морковью	**85**	6,2	11,6	3,0	**141**	53,5	1,3	17,2	1,0	217 дош.пит. 2012г	
Омлет с морковью	**65**	4,6	9,4	2,3	**112**	40,3	1,0	12,9	0,8	217 дош.пит. 2012г	
Омлет с картофелем	**65**	4,5	9,2	4,7	**120**	31,2	1,0	9,0	2,5	218 дош.пит. 2012г	
Омлет с картофелем	**85**	6,0	11,2	6,3	**150**	42,0	1,3	12,1	3,3	218 дош.пит. 2012г	
Омлет с картофелем	**105**	7,7	13,7	7,8	**186**	54,3	1,6	1,8	8,2	218 дош.пит. 2012г	
Омлет с картофелем	**125**	10,1	16,6	10,6	**233**	98,0	2,0	25,0	10,2	218 дош.пит. 2012г	
Омлет с картофелем	**130**	10,9	17,9	11,4	**252**	106,0	2,2	27,0	11,1	218 дош.пит. 2012г	
Омлет с картофелем	**150**	12,6	20,7	13,1	**290**	122,3	2,5	31,2	12,8	218 дош.пит. 2012г	
Омлет с зеленым горошком	**65**	4,6	9,5	3,8	**119**	48,1	0,9	9,6	0,5	219 дош.пит. 2012г	
Омлет с зеленым горошком	**85**	6,5	8,1	7,4	**132**	63,1	1,3	15,1	0,7	219 дош.пит. 2012г	
Омлет с зеленым горошком	**105**	8,4	14,3	6,5	**190**	79,1	1,5	14,6	1,7	219 дош.пит. 2012г	
Омлет с зеленым горошком	**125**	9,6	14,8	5,8	**195**	85,7	1,7	15,4	1,5	219 дош.пит. 2012г	
Омлет с зеленым горошком	**130**	10,9	18,6	8,5	**247**	111,4	2,2	18,9	2,2	219 дош.пит. 2012г	
Омлет с зеленым горошком	**150**	12,6	21,5	9,8	**285**	118,6	2,2	21,9	2,6	219 дош.пит. 2012г	

Омлет с овощами	**130**	8,8	20,2	3,5	**225**	100,0	20,0	2,0	4,2	220 дош.пит. 2012г	
Омлет с овощами	**150**	10,5	21,0	5,3	**253**	131,0	30,0	2,5	6,6	220 дош.пит. 2012г	
Омлет с овощами	**65**	4,1	9,3	1,6	**104**	46,2	0,9	9,3	2,0	220 дош.пит. 2012г	
Омлет с овощами	**85**	5,6	11,2	2,8	**135**	63,2	1,3	15,9	3,5	220 дош.пит. 2012г	
Омлет с рисом	**65**	5,9	10,0	14,9	**173**	53,8	1,1	16,4	0,2	221 дош.пит. 2012г	
Омлет с рисом	**85**	7,5	12,0	17,4	**207**	68,5	1,5	19,9	0,2	221 дош.пит. 2012г	
Омлет с рисом	**100**	8,8	14,1	20,5	**244**	80,6	1,8	23,4	0,3	221 дош.пит. 2012г	
Омлет с яблоками	**60**	4,3	7,4	3,9	**100**	37,9	1,3	8,3	1,0	222 дош.пит. 2012г	
Омлет с яблоками	**80**	5,8	10,3	4,8	**135**	49,7	1,7	10,7	1,4	222 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой натуральный	**65**	5,8	11,1	1,1	**127**	47,6	1,2	7,9	0,1	223 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой натуральный	**85**	7,5	13,5	1,5	**157**	62,8	1,5	10,4	0,2	223 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой натуральный	**110**	6,4	17,9	4,2	**163**	51,0	5,2	1,3	0,1	223 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет паровой натуральный	**100**	5,9	16,3	3,9	**148**	46,3	4,7	1,2	0,1	223 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет паровой натуральный	**90**	5,3	14,6	3,5	**133**	41,7	4,2	1,1	0,1	223 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет паровой натуральный	**120**	7,4	18,0	5,2	**164**	62,7	7,1	1,5	0,2	223 дош.пит. 2012г	без масла
Омлет паровой натуральный	**105**	5,9	20,4	3,9	**185**	46,4	1,2	4,7	0,1	223 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой натуральный	**125**	7,5	22,1	5,2	**201**	62,8	1,5	7,1	0,2	223 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой с мясом	**65**	8,0	9,9	1,3	**126**	46,6	1,3	12,2	0,3	224 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой с мясом	**85**	10,7	12,2	1,7	**159**	62,4	1,7	16,2	0,4	224 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой с мясом	**125**	17,2	21,2	2,7	**270**	91,3	2,8	22,8	0,5	224 дош.пит. 2012г	
Омлет паровой с мясом	**165**	22,9	27,1	3,6	**349**	122,6	3,7	30,3	0,7	224 дош.пит. 2012г	
Омлет с морковью паровой	**65**	6,0	8,9	11,0	**148**	84,1	1,9	64,0	7,8	225 дош.пит. 2012г	
Омлет с морковью паровой	**85**	8,1	11,1	14,7	**191**	112,8	2,6	85,4	10,4	225 дош.пит. 2012г	
Драчена	**100**	10,0	13,8	6,0	**188**	80,2	2,1	15,6	0,4	226 дош.пит. 2012г	
Драчена	**85**	8,5	11,7	5,1	**160**	68,2	1,8	13,3	0,3	226 дош.пит. 2012г	
Драчена	**65**	6,4	8,8	4,0	**120**	51,2	1,3	10,1	0,2	226 дош.пит. 2012г	
Омлет, смешанный с сосисками	**70**	7,4	15,4	1,2	**173**	47,8	1,3	10,1	0,2	211 сбор.рец. 2007г	
Омлет, смешанный с сосисками	**135**	14,7	27,2	2,3	**313**	94,3	2,6	20,2	0,4	211 сбор.рец. 2007г	
Омлет с кукурузой	**100**	5,3	10,1	5,8	**135**	59,2	0,9	11,6	2,2	156 Татарская Л.Л.	
Омлет с кукурузой	**80**	4,3	8,1	4,6	**108**	47,4	0,7	9,3	1,8	156 Татарская Л.Л.	
Яичная кашка	**53**	5,7	7,1	1,3	**91**	46,6	1,1	7,6	0,3	577 сбор.рец. 1982г	
Яичная кашка	**105**	11,4	14,1	2,5	**183**	93,0	2,1	15,2	0,5	577 сбор.рец. 1982г	
Яичная кашка	**150**	16,3	20,1	3,6	**261**	132,9	3	21,7	0,7	577 сбор.рец. 1982г	
Яичная кашка	**130**	14,1	17,5	3,1	**226**	115	2,6	18,8	0,6	577 сбор.рец. 1982г	

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Макро- и микроэлементы			Витамин "С", мг	№ ТТК и наименование сборника рецептур
		белки, г	жиры, г	углев. г	энерг.ценность, ккал	Ca	Mg	Fe		
Соус томатный	**15**	0,2	0,6	1,2	**11**	2,4	1,7	0,1	0,4	348 дош.пит.2012г
Соус томатный	**20**	0,2	0,9	1,6	**15**	3,2	2,3	0,1	0,5	348 дош.пит.2012г
Соус томатный	**30**	0,4	1,3	2,4	**23**	4,8	3,4	0,2	0,7	348 дош.пит.2012г
Соус томатный с овощами	**15**	22,0	1,1	1,9	**18**	35,4	27,7	0,9	0,4	349 дош.пит.2012г
Соус томатный с овощами	**20**	29,3	1,4	2,5	**24**	47,2	36,9	1,2	0,5	349 дош.пит.2012г
Соус томатный с овощами	**30**	44,0	2,1	3,8	**36**	70,8	55,3	1,8	0,7	349 дош.пит.2012г
Соус молочный (для подачи к блюду)	**15**	0,3	0,8	1,1	**13**	9,9	1,4	0,0	0,1	350 дош.пит.2012г
Соус молочный (для подачи к блюду)	**20**	0,4	1,1	1,4	**17**	13,2	1,9	0,0	0,1	350 дош.пит.2012г
Соус молочный (для подачи к блюду)	**30**	0,6	1,6	2,1	**25**	19,8	2,9	0,1	0,0	350 дош.пит.2012г
Соус молочный (сладкий)	**15**	0,3	0,7	2,0	**15**	9,4	1,3	0,0	0,1	351 дош.пит.2012г
Соус молочный (сладкий)	**20**	0,4	0,9	2,7	**21**	12,5	1,7	0,0	0,1	351 дош.пит.2012г
Соус молочный (сладкий)	**30**	0,6	1,4	4,0	**31**	18,8	2,6	0,0	0,1	351 дош.пит.2012г
Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)	**15**	0,4	1,4	1,5	**20**	10,0	1,8	0,0	0,1	352 дош.пит.2012г
Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)	**20**	0,5	1,9	2,0	**27**	13,4	2,3	0,0	0,1	352 дош.пит.2012г
Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)	**30**	0,8	2,8	3,0	**40**	20,1	3,5	0,0	0,1	352 дош.пит.2012г
Соус молочный (для фарширования)	**15**	0,4	1,4	1,5	**20**	14,3	2,4	0,1	0,1	353 дош.пит.2012г

Соус молочный (для фарширования)	**20**	0,5	1,9	2,0	**27**	19,1	3,2	0,1	0,1	353 дош.пит.2012г
Соус молочный (для фарширования)	**30**	0,8	2,8	3,0	**40**	28,6	4,8	0,1	0,1	353 дош.пит.2012г
Соус сметанный	**15**	0,2	0,8	0,9	**11**	4,1	0,8	0,0	0,0	354 дош.пит.2012г
Соус сметанный	**20**	0,3	1,1	1,2	**15**	5,5	1,1	0,0	0,0	354 дош.пит.2012г
Соус сметанный	**30**	0,4	1,6	1,8	**22**	8,2	1,6	0,1	0,0	354 дош.пит.2012г
Соус сметанный	**40**	0,5	2,1	2,4	**29**	10,9	2,1	0,1	0,0	354 дош.пит.2012г
Соус сметанный	**50**	0,6	2,6	3,0	**36**	13,6	2,6	0,1	0,0	354 дош.пит.2012г
Соус сметанный с томатом	**15**	0,3	0,8	1,1	**12**	4,4	1,5	0,1	0,2	355 дош.пит.2012г
Соус сметанный с томатом	**20**	0,4	1,1	1,4	**16**	5,8	2,0	0,1	0,3	355 дош.пит.2012г
Соус сметанный с томатом	**30**	0,5	1,6	2,1	**24**	8,7	2,9	0,1	0,4	355 дош.пит.2012г
Соус сметанный с томатом и луком	**15**	0,3	0,9	1,2	**14**	5,1	1,8	0,1	0,8	357 дош.пит.2012г
Соус сметанный с томатом и луком	**20**	0,4	1,2	1,6	**19**	6,7	2,4	0,1	0,4	357 дош.пит.2012г
Соус сметанный с томатом и луком	**30**	0,6	1,8	2,4	**28**	10,1	3,6	0,2	0,6	357 дош.пит.2012г
Соус абрикосовый	**15**	0,1	0,0	9,8	**40**	2,7	0,6	0,1	0,3	359 дош.пит.2012г
Соус абрикосовый	**20**	0,1	0,0	13,1	**53**	3,6	0,8	0,1	0,4	359 дош.пит.2012г
Соус абрикосовый	**30**	0,1	0,0	19,6	**79**	5,4	1,2	0,2	0,6	359 дош.пит.2012г
Соус клюквенный	**15**	0,0	0,0	1,9	**8**	1,0	0,2	0,0	0,1	361 дош.пит.2012г
Соус клюквенный	**20**	0,0	0,0	2,5	**10**	1,4	0,3	0,0	0,1	361 дош.пит.2012г
Соус клюквенный	**30**	0,0	0,0	3,8	**16**	2,1	0,4	0,0	0,1	361 дош.пит.2012г
Соус яблочный	**15**	0,0	0,0	2,6	**11**	1,3	0,3	0,1	0,1	362 дош.пит.2012г
Соус яблочный	**20**	0,0	0,0	3,5	**14**	1,8	0,4	0,1	0,2	362 дош.пит.2012г
Соус яблочный	**30**	0,0	0,0	5,2	**21**	2,6	0,6	0,2	0,3	362 дош.пит.2012г
Соус из черносмородиновый	**15**	0,1	0,2	10,1	**41**	2,2	1,6	0,1	4,1	360 дош.пит.2012г
Соус из черносмородиновый	**20**	0,1	0,3	13,5	**54**	3,0	2,1	0,1	5,4	360 дош.пит.2012г
Соус из черносмородиновый	**30**	0,1	0,4	20,2	**82**	4,5	3,2	0,2	8,2	360 дош.пит.2012г
Соус из сухофруктов	**20**	0,2	0,0	8,4	**35**	6,0	0,0	0,2	0,0	58 Дружинина 1995г
Соус из сухофруктов	**30**	0,2	0,0	12,6	**52**	9,4	0,0	0,3	0,0	58 Дружинина 1995г
Соус из сухофруктов	**50**	0,4	0,0	21,0	**87**	14,9	0,0	0,5	0,0	58 Дружинина 1995г
Маринад овощной	**15**	0,2	1,4	0,8	**48**	4,2	4,9	0,1	0,8	893 Сбор.рец.1982г
Маринад овощной	**20**	0,3	1,9	1,1	**64**	5,6	6,5	0,1	1,1	893 Сбор.рец.1982г

Маринад овощной	**30**	0,4	2,8	1,6	**95**	8,4	9,8	0,2	1,6	893 Сбор.рец.1982г