"Согласовано"
Заведующий МДОУ детский сад № 221
«Детский сад № 221»
"10" 01 2026 г.

"Утверждаю"
Генеральный директор
ООО "Комбинат социального питания"
Ивченко С.В.
"15" 01 2026 г.

Основное меню для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях возрастной группы 1-3 лет.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша "Дружба" молочная жидкая	150	4.7	2.8	25.3	150.1	0.10	0.40	9.40	0.00	0.10	88.40	26.00	104.40	0.70	0.80	158.00	31.90	0.00	0.00	36	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батончик к чаю	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	**358**	**9.7**	**12.6**	**48.1**	**357.4**	0.10	1.00	56.00	0.10	0.20	224.60	49.00	214.90	1.60	1.40	375.40	43.50	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	**150**	**0.0**	**0.0**	**15.2**	**66.0**	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Суп с макаронными изделиями и курой	150/10	4.4	1.6	9.1	69.0	0.00	0.50	0.10	0.00	0.00	16.60	7.90	33.10	0.60	0.40	65.20	37.50	0.00	0.00	111	2015
Капуста тушеная с курой	220	10.9	9.7	15.2	207.6	0.10	38.40	22.90	0.10	0.20	102.20	41.90	130.40	2.60	0.90	438.30	42.90	0.00	0.00	ТТК	
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**596**	**18.2**	**11.8**	**52.4**	**407.1**	0.20	38.90	23.00	0.10	0.20	132.70	58.20	194.80	4.60	1.70	553.20	82.40	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Омлет натуральный	160	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.60	2.00	0.40	118.80	16.60	186.90	1.90	1.30	227.30	67.80	0.00	0.00	210	2015
Сыр (порциями)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015
Батончик к чаю	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Булочка с посыпкой	50	4.6	5.1	28.6	179.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.40	6.30	37.90	0.50	0.30	56.10	25.10	0.00	0.00	424	2015
Итого за прием пищи:	**395**	**21.5**	**23.6**	**49.7**	**522.3**	0.20	0.50	48.60	2.00	0.40	242.80	38.80	309.40	3.20	2.20	333.70	93.80	0.00	0.00		
Всего за день:		**49.4**	**48.0**	**165.4**	**1 352.8**	0.50	40.40	127.60	2.20	0.80	600.10	146.00	719.10	9.40	5.30	1 262.30	219.70	0.00	0.00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150	4.1	3.3	15.8	115.2	0.10	0.40	10.10	0.00	0.10	97.10	27.50	105.30	0.60	0.80	172.50	32.50	0.00	0.00	34	2010
Кофейный напиток на молоке	150	3.8	3.7	12.9	109.1	0.10	0.70	15.60	0.00	0.10	136.40	18.00	100.70	0.30	0.50	200.20	11.70	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Яйца вареные	40	4.6	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.60	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	**365**	**14.6**	**11.7**	**41.9**	**351.6**	0.20	1.10	25.80	0.90	0.30	257.70	57.60	288.70	2.20	1.90	461.50	53.10	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Кисломолочный напиток	150	4.4	4.8	6.0	88.5	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:	**150**	**4.4**	**4.8**	**6.0**	**88.5**	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.00	21.00	142.50	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/10	3.0	7.8	6.4	120.2	0.00	4.40	3.10	0.00	0.00	29.80	13.60	28.20	0.70	0.10	194.90	35.70	0.00	0.00	82	2015
Суфле рыбное	50	8.6	5.5	0.6	95.9	0.00	0.30	13.50	0.40	0.10	35.70	21.70	116.50	0.50	0.70	219.60	80.40	0.00	0.00	400	2004
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.8	0.10	8.40	14.50	0.10	0.10	43.30	24.70	76.40	0.90	0.50	625.20	47.70	0.00	0.00	128	2015
Овощи натуральные свежие	30	0.2	0.0	0.6	3.2	0.00	2.07	0.00	0.00	0.00	5.08	4.31	9.05	0.17	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2011
Напиток из плодов сушеных (яблоки)	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**556**	**17.2**	**17.8**	**46.8**	**446.4**	0.20	15.27	31.10	0.50	0.20	135.58	74.81	266.85	4.17	1.70	1 134.70	165.80	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	120	24.4	9.4	20.7	287.4	0.00	0.20	36.70	0.20	0.20	168.50	27.40	232.20	1.10	0.60	166.80	1.60	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	96	2010
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**315**	**27.8**	**11.8**	**49.2**	**436.8**	0.00	0.40	36.70	0.20	0.30	243.50	45.10	299.60	1.80	1.00	280.60	3.90	0.00	0.00		
Всего за день:		**64.0**	**46.1**	**143.9**	**1 323.3**	0.40	17.87	123.60	1.60	1.10	816.78	198.51	997.65	8.37	4.60	1 876.60	222.80	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Комбинат социального питания»
ИНН 7602088809
г.Ярославль

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая	150	3.9	2.5	16.7	110.0	0.00	0.40	9.70	0.00	0.10	92.30	17.70	94.10	0.70	0.30	153.20	31.30	0.00	0.00	35	2010
Какао с молоком	180	4.9	4.8	14.1	130.2	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	164.10	28.30	128.30	0.70	0.60	268.90	14.00	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	**363**	**10.8**	**13.8**	**43.8**	**358.6**	**0.10**	**1.20**	**60.40**	**0.10**	**0.20**	**263.80**	**54.30**	**246.10**	**1.90**	**1.30**	**456.10**	**46.20**	**0.00**	**0.00**		
2 Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	**150**	**0.0**	**0.0**	**15.2**	**66.0**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	170	5.2	1.6	12.0	82.8	0.10	5.70	0.20	0.00	0.00	17.90	18.00	42.30	0.80	0.30	409.30	40.30	0.00	0.00	97	2015
Плов со свининой	150	8.3	24.5	28.1	384.9	0.00	0.60	0.20	0.00	0.00	18.00	21.90	60.10	0.60	0.60	74.20	57.30	0.00	0.00	443	2004
Компот из плодов или ягод сушоных	150	0.3	0.1	14.4	60.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	17.00	7.10	17.50	0.50	0.00	125.10	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**506**	**16.2**	**26.6**	**66.5**	**590.5**	**0.20**	**6.30**	**0.40**	**0.00**	**0.00**	**59.40**	**53.80**	**151.20**	**3.30**	**1.30**	**657.60**	**99.60**	**0.00**	**0.00**		
Уплотненный полдник																					
Жаркое по-домашнему	200	7.8	18.2	25.1	310.6	0.20	12.10	0.30	0.00	0.10	34.00	37.00	91.40	1.80	0.80	849.40	88.30	0.00	0.00	4044253	
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Шанежки наливные с яйцами	50	6.1	2.9	24.5	153.3	0.10	0.00	6.90	0.30	0.00	55.80	8.20	69.70	0.60	0.60	63.00	21.50	0.00	0.00	740	2004
Итого за прием пищи:	**425**	**15.9**	**21.8**	**67.0**	**547.7**	**0.30**	**12.10**	**7.20**	**0.30**	**0.10**	**103.40**	**56.10**	**184.70**	**3.10**	**1.60**	**953.20**	**110.70**	**0.00**	**0.00**		
Всего за день:		**42.9**	**62.2**	**192.5**	**1 562.8**	**0.60**	**19.60**	**68.00**	**0.40**	**0.30**	**426.60**	**164.20**	**582.00**	**5.30**	**3.20**	**2 066.90**	**256.50**	**0.00**	**0.00**		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «КОМБИНАТ социального питания» ИНН 7602088809 г.Ярославль

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша ячневая молочная жидкая	150	4.0	2.8	16.8	115.7	0.00	0.50	11.30	0.00	0.10	111.60	18.00	115.00	0.40	0.60	169.20	32.50	0.00	0.00	36	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	**363**	**9.4**	**12.7**	**42.2**	**336.1**	0.00	1.10	57.90	0.10	0.20	249.10	42.70	229.80	1.40	1.30	393.20	44.30	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**130**	**0.5**	**0.5**	**12.7**	**61.1**	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с яйцом и сметаной	150	3.6	5.3	11.0	109.3	0.10	5.10	3.20	0.40	0.10	28.90	18.50	67.10	1.00	0.50	393.30	43.40	0.00	0.00	97	2015
Рагу из овощей с курой	200	10.8	9.4	20.8	224.7	0.10	23.20	23.40	0.10	0.20	64.90	44.40	144.70	2.20	0.70	718.60	46.00	0.00	0.00	143/ттк	2015
Овощи свежие натуральные	30	0.3	0.1	1.1	7.2	0.00	7.50	0.10	0.00	0.00	4.20	6.00	7.80	0.30	0.10	87.00	0.60	0.00	0.00	71	2015
Напиток из смеси сухофруктов	150	0.4	0.1	13.4	58.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**566**	**17.5**	**15.3**	**58.3**	**460.5**	0.30	35.80	26.70	0.50	0.30	110.70	77.10	250.90	4.90	1.70	1 248.50	94.00	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Пудинг творожный	140	21.6	7.7	21.8	261.8	0.00	0.40	26.50	0.30	0.30	179.40	29.00	232.80	1.00	0.80	212.30	6.80	0.00	0.00	222	2015
Фруктовая подлива	20	0.1	0.0	9.6	38.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.00	1.00	1.20	0.10	0.00	18.80	0.00	0.00	0.00	10	2008
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	6.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Кондитерское изделие	20	1.1	6.9	11.9	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**330**	**22.9**	**14.6**	**47.8**	**429.9**	0.00	0.40	26.50	0.30	0.30	189.50	32.60	236.30	1.30	0.80	239.10	6.80	0.00	0.00		
Всего за день:		**50.3**	**43.1**	**161.0**	**1 287.6**	0.30	50.30	111.10	0.90	0.80	570.10	162.80	731.50	10.50	4.00	2 242.20	147.70	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Школьник»
социального питания»
ИНН 7602088809
г.Ярославль

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша манная молочная жидкая	150	3.8	2.6	17.1	112.4	0.00	0.40	10.10	0.00	0.10	92.80	12.40	72.50	0.30	0.40	142.50	31.60	0.00	0.00	31	2010
Кофейный напиток на молоке	180	4,5	4,5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	6.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	363	10.3	13.6	45.5	360.7	0.10	1.20	60.80	0.10	0.20	264.00	42.40	217.20	1.20	1.20	417.00	46.50	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00		
Обед																					
Суп овощной "Мозайка" со сметаной	150	1.3	1.6	7.2	52.0	0.00	7.50	6.30	0.00	0.00	28.80	15.50	33.20	0.80	0.30	262.10	35.30	0.00	0.00	160	2013
Печень по-строгановски	30/30	7.9	5.9	2.6	111.8	0.10	6.20	9.40	0.00	0.70	14.90	8.70	122.10	2.60	2.30	151.10	19.80	0.00	0.00	255	2015
Макаронные изделия отварные	110	4.6	3.0	29.4	166.1	0.10	0.00	9.40	0.10	0.00	20.60	8.10	34.20	0.70	0.30	52.40	44.60	0.00	0.00	309	2015
Напиток из плодов сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.60	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	506	16.4	10.9	60.3	430.2	0.30	13.80	25.10	0.10	0.70	86.00	42.80	226.20	6.00	3.30	560.40	101.70	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Тефтели рыбные с соусом	60/40	8.9	6.6	10.5	140.5	0.00	1.10	3.60	0.00	0.00	26.20	26.10	98.10	0.60	0.60	230.20	89.10	0.00	0.00	239	2015
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.8	0.10	8.40	14.50	0.10	0.10	43.60	24.70	76.40	0.90	0.50	625.20	51.70	0.00	0.00	128	2015
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Чай без сахара	150	0.1	0.0	0.0	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	3.00	3.00	0.30	0.00	10.40	0.00	0.00	0.00	376	2015
Кондитерское изделие	18	1.0	6.2	10.7	99.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	423	14.7	17.6	52.2	433.1	0.10	9.50	18.10	0.10	0.10	85.70	62.10	198.80	2.30	1.30	898.60	141.70	0.00	0.00		
Всего за день:		42.2	42.3	173.2	1 288.5	0.50	27.50	104.00	0.30	1.00	446.20	153.30	652.70	11.60	5.90	2 056.00	291.40	0.00	0.00		

Общество с ограниченной ответственностью «Школьное социальное питание» ИНН 7602088809 г.Ярославль

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая	150	3.9	2.5	16.7	110.0	0.00	0.40	9.70	0.00	0.10	92.30	17.70	94.10	0.70	0.30	153.20	31.30	0.00	0.00	35	2010
Чай с молоком	200	3.9	3.8	13.7	113.9	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	146.50	20.00	104.60	0.80	0.50	222.40	12.20	0.00	0.00	378	2015
Батончик к чаю	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	**388**	**10.2**	**13.0**	**45.9**	**355.4**	**0.10**	**1.10**	**57.90**	**0.10**	**0.20**	**247.30**	**47.60**	**226.60**	**2.10**	**1.00**	**416.10**	**44.60**	**0.00**	**0.00**		
2 Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	**150**	**0.0**	**0.0**	**15.2**	**66.0**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**		
Обед																					
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)	150	3.6	2.9	11.6	87.0	0.10	2.70	0.10	0.00	0.00	24.00	19.70	47.00	1.20	0.60	281.00	38.60	0.00	0.00	102	2015
Рыба, тушенная с овощами	50/50	9.4	5.4	3.4	104.7	0.10	1.50	0.40	0.00	0.10	37.40	36.60	133.10	0.70	0.90	327.70	123.50	0.00	0.00	374	2004
Рис отварной	110	3.2	3.7	33.5	183.3	0.00	0.00	12.00	0.10	0.00	19.50	22.90	63.30	0.50	0.60	46.60	68.60	0.00	0.00	171	2015
Напиток из смеси сухофруктов	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**546**	**19.0**	**12.5**	**73.9**	**494.3**	**0.30**	**4.20**	**12.50**	**0.10**	**0.10**	**93.60**	**87.40**	**274.70**	**3.80**	**2.50**	**705.10**	**232.70**	**0.00**	**0.00**		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	120	24.4	9.4	20.7	287.4	0.00	0.20	36.70	0.20	0.20	168.50	27.40	232.20	1.10	0.60	166.80	1.60	0.00	0.00	223	2015
Фруктовая подлива	20	0.1	0.0	9.6	38.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.00	1.00	1.20	0.10	0.00	18.80	0.00	0.00	0.00	10	2008
Батончик к чаю	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Итого за прием пищи:	**320**	**26.9**	**10.3**	**50.2**	**423.1**	**0.00**	**0.20**	**36.70**	**0.20**	**0.20**	**185.20**	**40.90**	**261.20**	**2.00**	**0.80**	**232.90**	**2.70**	**0.00**	**0.00**		
Всего за день:		**66.1**	**35.8**	**185.2**	**1 338.8**	**0.40**	**5.50**	**107.10**	**0.40**	**0.50**	**526.10**	**175.90**	**762.50**	**7.90**	**4.30**	**1 354.10**	**280.00**	**0.00**	**0.00**		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Комбинат
социального питания»
ИНН 7602088809
г.Ярославль

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшенная молочная жидкая	150	4.4	2.9	19.5	127.3	0.10	0.40	9.70	0.00	0.10	91.70	24.20	99.70	0.60	0.60	159.80	32.20	0.00	0.00	32	2010
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00		
Сыр (порциями)	12	3.1	3.1	0.0	41.3	0.00	0.10	27.60	0.00	0.00	120.00	6.00	73.20	0.10	0.40	11.40	0.00	0.00	0.00	15	2015
Итого за прием пищи:	**362**	**13.6**	**11.1**	**45.2**	**350.9**	0.20	1.30	56.00	0.00	0.20	379.90	58.50	310.90	1.50	1.70	437.90	46.90	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Кисломолочные напитки (кефир)	150	4.4	4.8	6.0	88.6	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.20	21.00	142.70	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	103	2010
Итого за прием пищи:	**150**	**4.4**	**4.8**	**6.0**	**88.6**	0.00	1.10	30.00	0.00	0.30	180.20	21.00	142.70	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной	150	1.5	2.2	10.4	69.4	0.10	4.00	3.20	0.00	0.00	22.70	15.90	42.30	0.80	0.20	297.90	39.20	0.00	0.00	96	2015
Печень по-строгановски	30/30	7.9	5.9	2.6	111.8	0.10	6.20	9.40	0.00	0.70	14.90	8.70	122.10	2.60	2.30	151.10	19.80	0.00	0.00	255	2015
Каша гречневая рассыпчатая	110	6.6	4.2	30.0	186.9	0.20	0.00	9.40	0.10	0.10	16.10	95.00	141.80	3.30	1.10	199.60	33.70	0.00	0.00	171	2015
Овощи натуральные свежие	30	0.3	0.1	1.1	7.2	0.00	7.50	0.10	0.00	0.00	4.20	6.00	7.80	0.30	0.10	87.00	0.60	0.00	0.00	71	2015
Напиток из плодов сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	35	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**536**	**18.9**	**12.8**	**65.2**	**475.6**	0.50	17.80	22.10	0.10	0.80	79.60	136.10	350.70	8.90	4.10	830.40	95.30	0.00	0.00		
Уплотнённый полдник																					
Котлета "Рыбка"	70	9.7	11.9	7.0	185.7	0.10	1.30	14.10	0.00	0.10	19.60	18.50	101.70	1.20	0.10	60.80	25.10	0.00	0.00	ТТК	2022
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.8	0.10	8.40	14.50	0.10	0.10	43.30	24.70	76.40	0.90	0.50	625.20	47.70	0.00	0.00	128	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Ватрушка с творогом	50	6.7	2.6	23.9	148.6	0.00	0.00	6.50	0.00	0.00	33.30	8.60	59.90	0.40	0.30	69.00	17.60	0.00	0.00	108	2010
Итого за прием пищи:	**430**	**21.6**	**19.6**	**68.9**	**558.0**	0.20	9.70	35.10	0.10	0.20	110.90	64.30	265.80	3.30	1.10	802.30	91.50	0.00	0.00		
Всего за день:		**58.4**	**48.2**	**185.3**	**1 473.1**	0.90	29.90	143.20	0.20	1.50	750.60	279.90	1 070.[illegible]	13.90	6.90	2 070.[illegible]	233.70	0.00	0.00		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«КОМПАНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
ИНН 7602068809
г.Ярославль

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.6	4.3	14.8	125.3	0.00	0.60	17.30	0.00	0.10	128.50	15.50	96.70	0.30	0.60	190.40	47.00	0.00	0.00	120	2015
Какао с молоком	180	4.4	4.2	13.2	117.5	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	143.40	26.00	113.10	0.60	0.70	238.20	12.20	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00		
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	16.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	**390**	**15.3**	**13.1**	**38.6**	**358.0**	**0.10**	**1.30**	**33.60**	**0.90**	**0.30**	**295.00**	**51.90**	**288.20**	**2.10**	**1.80**	**510.80**	**67.90**	**0.00**	**0.00**		
2 Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.0	0.0	15.2	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	**150**	**0.0**	**0.0**	**15.2**	**66.0**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**		
Обед																					
Солянка по-домашнему из птицы со сметаной	150	3.4	3.6	6.5	73.9	0.00	3.40	3.00	0.00	0.00	23.60	13.20	42.40	0.80	0.40	236.20	39.00	0.00	0.00	158	2004
Суфле из мяса птицы	50	7.7	9.6	0.8	134.6	0.00	0.30	22.30	0.40	0.20	25.50	8.50	81.20	0.70	0.20	40.00	16.20	0.00	0.00	299/ттк	2011
Картофель тушеный	110	2.3	2.6	17.7	103.6	0.10	8.40	0.20	0.00	0.10	21.90	26.00	63.10	1.10	0.50	597.60	49.80	0.00	0.00	24	2010
Компот плодов или ягод сушеных	150	0.3	0.1	14.4	60.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	17.00	7.10	17.50	0.50	0.00	125.10	0.00	0.00	0.00	348	2011
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**496**	**16.1**	**16.3**	**51.2**	**434.9**	**0.20**	**12.10**	**25.50**	**0.40**	**0.30**	**94.50**	**61.60**	**235.50**	**4.50**	**1.50**	**1 049.90**	**107.00**	**0.00**	**0.00**		
Уплотненный полдник																					
Каша молочная гречневая вязкая со слив.маслом	150	4.7	5.7	17.6	149.5	0.10	0.40	20.30	0.10	0.10	89.80	44.60	111.20	1.40	0.70	191.30	31.80	0.00	0.00	40	2010
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Пирог "Манник"	50	2.8	7.7	24.3	180.0	0.00	0.00	1.60	0.10	0.00	19.30	5.20	31.90	0.30	0.10	30.30	0.90	0.00	0.00	ттк	
Итого за прием пищи:	**385**	**9.6**	**21.4**	**59.4**	**479.4**	**0.10**	**0.40**	**61.90**	**0.40**	**0.10**	**125.10**	**60.70**	**169.70**	**2.40**	**1.00**	**263.90**	**33.60**	**0.00**	**0.00**		
Всего за день:		**41.0**	**50.8**	**164.4**	**1 338.3**	**0.40**	**13.80**	**121.00**	**1.70**	**0.70**	**514.60**	**174.20**	**693.40**	**9.00**	**4.30**	**1 824.60**	**208.50**	**0.00**	**0.00**		

ИНН 7602068809
г.Ярославль

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150	4.1	3.3	15.8	115.2	0.10	0.40	10.10	0.00	0.10	97.10	27.50	105.30	0.60	0.60	172.50	32.50	0.00	0.00	34	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	**358**	**9.1**	**13.1**	**38.6**	**322.5**	0.10	1.00	56.70	0.10	0.20	233.30	50.50	215.80	1.50	1.40	389.90	44.10	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Сок фруктовый	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	**150**	**0.8**	**0.2**	**15.2**	**64.5**	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	0.10	180.00	1.50	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный рыбный	170	5.1	1.8	12.0	85.1	0.10	5.90	0.20	0.00	0.00	25.70	28.20	86.50	1.00	0.60	506.10	74.90	0.00	0.00	97	2015
Азу из говядины	50	7.8	7.9	2.4	121.7	0.00	0.90	0.00	0.00	0.10	10.10	11.10	71.70	1.10	0.10	52.70	20.50	0.00	0.00	438	2004
Макаронные изделия отварные	110	4.6	3.0	29.3	165.7	0.10	0.00	0.10	0.10	0.00	20.60	8.20	34.20	0.70	0.30	52.60	44.60	0.00	0.00	309	2015
Напиток из смеси сухофруктов	150	0.4	0.1	13.4	56.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.20	1.40	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**516**	**20.3**	**13.2**	**69.1**	**491.8**	0.30	6.80	9.30	0.10	0.10	69.10	55.70	223.70	4.20	1.40	661.00	142.00	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	120	24.5	9.4	20.7	287.5	0.00	0.20	36.70	0.20	0.20	168.60	27.40	232.30	1.10	0.60	166.90	1.60	0.00	0.00	223	2015
Молоко сгущенное	20	1.4	1.7	11.1	65.6	0.00	0.20	0.00	0.00	0.10	61.40	6.80	43.80	0.00	0.20	73.00	1.40	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	150	0.1	0.0	4.5	18.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	2.60	2.30	0.20	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00		
Печенье	18	1.0	6.2	10.7	99.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	**328**	**28.5**	**17.9**	**57.3**	**523.7**	0.00	0.40	36.70	0.20	0.30	242.50	43.40	295.40	1.70	0.90	274.10	3.70	0.00	0.00		
Всего за день:		**58.7**	**44.4**	**180.2**	**1 402.5**	0.40	11.20	102.70	0.40	0.60	555.40	155.60	745.40	9.50	3.80	1 505.00	191.30	0.00	0.00		

ИНН 7602083809
г.Ярославль

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша манная молочная жидкая	150	3.8	2.6	17.1	112.4	0.00	0.40	10.10	0.00	0.10	92.80	12.40	72.50	0.30	0.40	142.50	31.60	0.00	0.00	31	2010
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	8	0.1	5.8	0.1	52.9	0.00	0.00	32.00	0.10	0.00	1.90	0.00	2.40	0.00	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	358	9.9	13.5	42.9	347.6	0.10	1.20	60.80	0.10	0.20	262.90	40.70	212.90	1.10	1.10	410.40	46.30	0.00	0.00		
2 Завтрак																					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ из свежей капусты с картофелем, свининой и сметаной	150/10	3.1	7.9	6.7	123.5	0.00	4.80	3.10	0.00	0.00	31.70	14.40	29.90	0.70	0.20	205.10	39.90	0.00	0.00	82	2015
Котлета рыбная	70	8.5	4.8	12.3	127.4	0.10	0.50	0.00	0.00	0.10	24.40	31.00	122.60	1.20	0.60	240.00	65.00	0.00	0.00	ттк	
Картофельное пюре	130	2.8	4.1	18.1	126.8	0.10	8.40	14.50	0.10	0.10	43.60	24.70	76.40	0.90	0.50	625.20	51.70	0.00	0.00	128	2015
Овощи натуральные свежие	30	0.2	0.0	0.6	3.2	0.00	2.07	0.00	0.00	0.00	5.08	4.31	9.05	0.17	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2015
Напиток из плодов сушеных	150	0.2	0.0	9.1	37.7	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	15.20	3.70	5.40	0.50	0.00	45.80	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	576	17.2	17.2	58.8	481.2	0.30	15.87	17.60	0.10	0.20	126.48	84.91	274.65	4.87	1.70	1 165.10	178.60	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Омлет натуральный	140	10.7	13.4	3.3	197.5	0.10	0.30	22.60	1.80	0.30	104.20	14.50	163.70	1.60	1.10	198.90	60.80	0.00	0.00	210	2015
Сыр (порциями)	10	2.6	2.8	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Чай с сахаром	150	0.1	0.0	9.0	36.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.20	2.60	2.30	0.20	0.00	8.20	0.00	0.00	0.00	376	2015
Плюшка российская	50	4.4	6.5	34.8	216.4	0.10	0.00	0.90	0.00	0.00	16.80	6.90	41.00	0.40	0.20	64.50	20.90	0.00	0.00	775	2004
Итого за прием пищи:	380	20.1	23.4	62.6	563.1	0.20	0.40	46.50	1.80	0.30	235.80	38.90	293.50	2.90	1.90	320.40	82.80	0.00	0.00		
Всего за день:		47.7	54.6	176.9	1 453.0	0.60	30.47	124.90	2.00	0.70	645.98	174.91	795.35	11.77	4.90	2 257.30	310.30	0.00	0.00		

ИНН 7602088809
г. Ярославль

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	510,6	475,5	1728,0	13820,7	5.00	246.54	1 133.20	10.10	8.00	5 852.46	1 785.32	7 749.50	100.24	48.20	18 515.80	2 361.90	0.00	0.00
Среднее значение за период	51.1	47.6	172.8	1 382.1	0.50	24.65	113.30	1.00	0.80	585.25	178.53	774.95	10.02	4.80	1 851.60	236.20	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.8	31.0	54.2															

Общество с ограниченной ответственностью «Комбинат социального питания» ИНН 7602088809 г.Ярославль

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	2 Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
1-3 лет	367	146	540	373