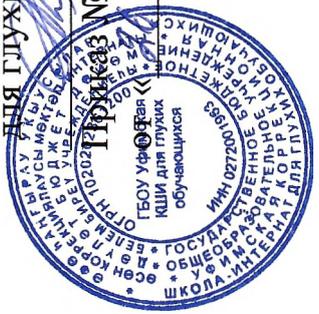


ВАН

Уфимская
область
Юва

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ

для глухих обучающихся
А.А.Кашапова



Программа № 94
» 06 20 23 г.

Примерное 14-дневное меню ГБОУ Уфимская КШИ для глухих обучающихся

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: младшие классы 7-11 лет

МЕНЮ

1 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Вода, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак									
№205, сб.2018г.	Каша манная молочная	220 /5.	169,3	5,67	4,28	5,49	0,21	17,91	144,64
	Масло сливочное	10	1,6	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75
	Сыр	15	6,12	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59
№304, сб.2018г.	Кофейный напиток на молоке	200	198,4	2,95	2,90	2,82	0,00	13,23	87,71
	Хлеб пшеничный	50.	15,08	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Итого за прием		390,5	15,78	11,17	20,95	0,21	50,53	457,89
	2-й Завтрак								
	Фрукты свежие	200.	1,36	0,00	0,00	0,30	0,30	30,00	134,10
	Итого за прием		1,36	0,00	0,00	0,30	0,30	30,00	134,10
Обед									
№25, сб.2018 г.	Салат из свеклы	80.	101	1,67	0,00	7,99	0,00	8,28	115,71
сб.2021	Суп из овощей	250	286,6	2,49	0,01	2,41	0,00	19,04	113,73
№119, сб.2018 г.	Плов из говядины	200	93,61	21,07	17,69	21,30	0,00	33,86	418,16
№310, сб.2018г.	Компот из плодов или ягод сушеных	180.	181,8	1,08	0,00	0,06	0,00	18,39	82,90
	Хлеб пшеничный	50	19,55	3,80	0,00	0,45	0,00	23,35	115,02
	Хлеб ржаной	40	18,8	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		701,4	32,75	17,70	32,69	0,00	116,28	922,87
	Полдник								
№264, сб.2018г.	Пирожки печеные с яблоками	90.	0,89	3,02	0,46	2,60	0,45	21,96	125,51
№313, сб. 2018 г.	Сок	200.	194,5	0,06	0,00	0,01	0,00	8,99	35,75
	Итого за прием		195,4	3,07	0,46	2,61	0,45	30,95	161,26
Ужин									
№90, сб.2018 г.	Рыба, запеченная с картофелем	280	161,2	22,87	1,18	19,81	0,00	25,47	378,47
ТК	Чай с сахаром	200.	164,9	0,34	0,00	0,08	0,09	5,79	24,43
	Хлеб пшеничный	50	18,85	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	18,8	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Масло сливочное	10.	86,3	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		450	30,16	1,18	21,17	0,39	78,57	650,62
	Второй ужин								
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	176,6	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за прием		176,6	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за день		2176	88,81	36,19	84,18	1,35	314,17	2441,01

МЕНЮ

2 день

Код блока	Наименование блока	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево-ды, г		ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.		всего	в т.ч. раст.	
Завтрак								
№235, сб.2018 г.	Омлет натуральный	200.	16,34	15,94	21,90	0,00	4,85	284,07
	Сыр	20	5,26	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12
№ 306, сб.2018г.	Какао с молоком	200	3,68	3,34	3,56	0,00	11,50	92,65
	Хлеб пшеничный /масло сливочное/	70 / 10.	2,11	0,00	0,27	0,00	12,88	65,47
	Итого за прием		27,39	24,54	31,04	0,00	29,22	512,30
2-й завтрак								
	Фрукты свежие	200.	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед								
№ 43, сб.2018г.	Винегрет	80.	5,70	5,10	7,27	0,12	4,69	109,77
№58, сб.2018 г.	Борщ с капустой и картофелем	250	1,95	0,30	5,78	0,17	12,01	111,48
№96, сб.2018 г.	Гуляш	100	18,11	17,68	19,05	0,00	2,51	254,66
№ 146, сб. 2018 г.	Картофельное пюре	180	3,66	0,81	5,71	0,62	24,05	168,65
ТК	Компот из смеси сухофруктов	200.	3,38	3,24	3,45	0,09	22,79	132,07
	Хлеб пшеничный	50	4,74	0,00	0,60	0,00	28,98	147,30
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	77,35
	Итого за прием		40,18	27,14	42,33	1,48	108,40	1001,28
Полдник								
	Печенье	50.	0,64	0,64	1,68	0,00	6,85	44,07
	Сок	200.	0,48	0,16	0,06	0,00	16,38	67,08
№311, сб.2018г.	Итого за прием		1,12	0,80	1,74	0,00	23,23	111,15
Ужин								
№132, сб.2018 г.	Куры отварные с соусом	90.	15,50	15,34	13,88	0,00	2,21	195,92
№184, сб. 2018г.	Каша гречневая рассыпчатая	150 /4	5,48	0,02	4,69	0,65	37,92	228,29
№328, сб. 2018 г.	Чай с сахаром	200.	0,24	0,00	0,09	0,00	15,29	66,23
	Хлеб пшеничный	30.	4,61	0,00	0,58	0,00	28,18	143,21
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		28,83	15,36	20,02	0,95	106,75	758,61
Второй ужин								
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200.	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за прием		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за день		103,99	72,95	101,27	2,72	304,67	2620,29

МЕНЮ

3 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			в т.ч. жив.	в т.ч. раст.	в т.ч. раст.	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№206, сб. 2018г.	Капша овсяная молочная	220/5	6,90	25,30	8,35	0,18	27,93	224,00
	Сыр	15	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
№304, сб. 2018г.	Кофейный напиток на молоке	200	2,95	2,90	2,82	0,00	13,23	87,71
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Итого за прием		35,67	30,83	25,33	0,18	62,47	627,31
2-й завтрак	Фрукты свежие	200	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед								
№6, сб. 2018г.	Салат из белокачанной капусты	80	1,72	0,00	7,13	0,00	8,22	107,00
№65, сб. 2018 г.	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/20	8,22	0,00	4,77	4,77	33,01	219,32
№100, сб. 2018 г.	Колбаса "Здоровье" с соусом	100/20	15,42	13,90	14,07	0,16	10,20	231,98
№233, сб. 2018г.	Макаронны отварные	180	4,70	0,00	0,52	0,00	28,86	144,64
ТК	Напиток из шиповника	200	0,44	0,00	0,10	0,10	6,62	29,62
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	77,35
	Итого за прием		36,30	13,90	27,46	5,50	119,59	908,11
Поддник								
№299, сб. 2018 г.	Запеканка из творога с молоком густым	120/10	26,93	25,30	17,80	0,00	26,85	404,07
	Молоко кипяченое	180	5,18	5,51	5,35	0,00	8,12	100,27
	Итого за прием		5,82	6,15	7,03	0,00	14,97	144,34
Ужин								
№79, сб. 2018 г.	Рыба припущенная с соусом	100/20	21,06	17,61	4,13	0,00	1,34	127,30
№144, сб. 2018 г.	Картофель отварной	180	3,53	0,00	0,71	0,00	27,04	136,60
№9, 122, сб.	Огурцы соленые	60	0,16	0,00	0,02	0,00	0,34	2,86
Сам. 95г.	Чай с сахаром	200	0,23	0,24	0,00	0,00	15,36	60,67
№327, сб. 2018 г.	Хлеб пшеничный с маслом	30/10	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	77,35
	Итого за прием		30,79	17,84	5,73	0,48	76,77	502,99
Второй ужин								
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за прием		5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за день		115,62	74,40	72,32	6,46	311,64	2431,11

МЕНЮ

4 день

Код блюда	Наименование блюда	Валюкл. г		Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
		всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст	всего	в т.ч. раст		
Завтрак									
№207, сб. 2018 г.	Каша пшеница молочная жидкая	200/5,		5,41	3,55	7,39	0,00	29,05	206,15
	Масло сливочное	10		2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
	Яйца вареные	40		4,83	4,83	4,37	0,00	0,22	59,49
№ 306, сб. 2018г.	Какао с молоком	200,		3,31	3,00	3,20	0,00	10,35	83,38
	Хлеб пшеничный	50,		3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Итого за прием			19,34	14,01	18,02	0,00	58,94	482,27
	2-й завтрак								
	Фрукты свежие	200,		0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием			1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед									
№19, сб. 2018г.	Салат из моркови с яблоками	80		0,91	0,00	9,93	0,14	8,27	129,34
№55, сб. 2018г.	Щи из свежей капусты с картофелем	250		2,05	0,31	5,78	0,20	8,87	100,03
№138, сб. 2018г.	Плов из курицы	200		18,79	16,38	23,62	0,00	31,53	420,19
№319, сб. 2018г.	Напиток из плодов шиповника	200,		0,60	0,00	0,25	0,25	14,65	71,24
	Хлеб пшеничный	50		3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием			28,94	16,69	40,56	0,59	100,83	920,91
	Подшик								
№ 280, сб. 2018г.	Варушка с помидом	90,		3,05	0,39	1,54	0,32	29,14	143,70
№315, сб. 2018 г.	Сок	200,		0,79	0,00	0,10	0,00	10,97	50,89
	Итого за прием			3,84	0,39	1,64	0,32	40,12	194,58
	Ужин								
№99, сб. 2018г.	Шницель	100		14,81	12,52	13,35	5,98	16,57	249,50
№248, сб. 2018 г.	Соус томатный	20		0,25	0,01	0,93	0,00	1,37	15,15
№145, сб. 2018 г.	Картофель в молоке	180,		4,29	1,68	5,35	0,58	23,84	166,51
№300, сб. 2018 г.	Чай с сахаром	200,		0,07	0,00	0,02	0,02	5,73	22,28
	Хлеб пшеничный	40		3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием			25,22	14,21	20,53	6,58	80,20	628,99
	Второй ужин								
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200,		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за прием			5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за день			83,81	50,41	86,90	7,78	317,15	2463,70

МЕНЮ

5 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
		в т.ч. жив.		всего	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.		
		всего	в т.ч. раст.						
Завтрак									
№207, сб.2018г.	Каша рисовая молочная	220/4.	3,74	5,17	4,97	0,00	17,12	134,92	
	Масло сливочное	10.	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75	
	Сыр	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06	
№304, сб.2018г.	Кофейный напиток с молоком	200	2,90	2,95	2,82	0,00	13,23	87,71	
	Хлеб пшеничный	60.	0,00	3,16	0,40	0,00	19,32	98,20	
	Итого за прием		9,32	13,96	19,10	0,00	49,75	430,64	
2-й Завтрак									
	Фрукты свежие	200.	0,00	0,36	0,30	0,30	9,80	47,62	
	Итого за прием		0,00	1,36	0,50	0,30	30,00	134,10	
Обед									
№7, сб.2018г.	Салат из белокачанной капусты и свеклы	80.	0,00	2,33	7,08	0,00	8,55	112,16	
№67, сб.2018г.	Суп крестьянский с крупой	250.	2,95	4,55	7,27	0,00	9,69	126,18	
№97, сб.2018г.	Гуляш из отварной говядины	110	17,82	17,26	14,69	4,44	2,72	213,33	
№183, сб.2018г.	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	0,02	8,84	5,54	2,31	38,60	258,53	
№312, сб.2018г.	Компот из свежих плодов	200	0,00	0,25	0,18	0,00	11,01	48,86	
	Хлеб пшеничный	40	0,00	3,95	0,50	0,00	24,15	122,75	
	Хлеб ржаной	40	0,00	2,64	0,48	0,00	13,36	77,35	
	Итого за прием		20,79	39,80	35,74	6,75	108,07	959,15	
Полдник									
№241, сб.2018г.	Сырники из творога с молоком ступенным	120/10	26,93	28,94	17,93	0,00	22,65	373,82	
№311, сб.2018г.	Сок	200.	0,16	0,48	0,06	0,00	16,38	67,08	
	Итого за прием		27,09	29,41	17,99	0,00	39,04	440,90	
Ужин									
№82, сб.2018г.	Рыба отварная с соусом польским	90/20	15,64	15,82	4,02	0,01	1,38	105,44	
№158, сб.2018г.	Рагу из овощей	150	0,04	9,06	10,86	0,35	15,77	203,46	
№300, сб.2018г.	Чай с сахаром	200	0,00	0,08	0,02	0,02	0,01	0,60	
	Масло сливочное	10	0,15	0,15	0,72	0,00	8,18	38,16	
	Хлеб пшеничный	50	0,00	4,74	0,60	0,00	28,98	147,30	
	Хлеб ржаной	40	0,00	1,32	0,24	0,00	6,68	38,68	
	Итого за прием		15,83	31,16	16,46	0,38	61,01	533,64	
Второй ужин									
	Кефир с сахаром	200.	0,00	0,36	0,30	0,30	9,80	47,62	
	Итого за прием		0,00	0,36	0,30	0,30	9,80	47,62	
	Итого за день		73,04	116,06	90,09	7,73	297,67	2546,05	

МЕНЮ

6 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
		всего	в т.ч. жидк.	всего	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак									
№206, сб. 2018 г.	Каша овсяная молочная жидкая	220,5	6,94	2,60	8,30	0,00	28,83	223,70	
	Масло сливочное	10	2,63	0,00	2,66	0,00	0,00	35,06	
№ 306, сб. 2018г.	Какао с молоком	200	3,31	3,00	3,20	0,00	12,80	92,70	
	Хлеб пшеничный	65	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75	
	Итого за прием		16,83	8,23	14,66	0,00	65,78	474,20	
2-й завтрак									
	Фрукты свежие	200	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62	
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10	
Обед									
№225, сб. 2018 г.	Салат из свеклы с растительным маслом	80	4,40	3,23	7,21	0,00	5,79	108,45	
№59, сб. 2018г.	Рассольник домашний	250	2,45	0,25	6,23	0,06	14,63	130,05	
№ 288, сб. Дели принт 2015	Птица отварная	90	12,87	12,61	8,96	0,00	2,00	140,69	
№ 177, сб. 2018г.	Картофельное пюре с морковью	180	3,68	0,77	8,73	0,62	22,72	189,90	
№300, сб. 2018 г.	Компот из плодов или ягод сушеных	180	0,07	0,00	0,02	0,02	0,01	0,54	
	Итого за прием		34,16	17,01	33,34	1,18	115,00	930,64	
Полдник									
	Хлеб пшеничный	40	7,90	0,00	1,00	0,00	48,30	245,50	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	77,35	
	Итого за прием		10,54	0,00	1,48	0,48	61,66	322,85	
Ужин									
№310, сб. 2018г.	Булка домашняя	90	0,64	0,64	1,68	0,00	6,85	44,07	
	Сок	200	1,08	0,00	0,06	0,00	26,56	113,96	
	Итого за прием		1,72	0,64	1,74	0,00	33,41	158,03	
Ужин									
№125, сб. 2018г.	Рагу с мясом	220	20,12	17,44	24,16	0,00	20,17	385,11	
ТК	Чай с лимоном и сахаром	200	0,44	0,00	0,10	0,10	9,35	39,97	
	Хлеб пшеничный	45	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35	
	Итого за прием		27,15	17,44	25,24	0,10	67,02	625,18	
Второй ужин									
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	
	Итого за прием		5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	
	Итого за день		86,90	49,00	81,74	1,58	319,05	2436,43	

МЕНЮ

7 день

Код блока	Наименование блока	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№208, сб.2018г.	Каша пшеничная молочная	200 /5.	5,75	4,28	5,77	0,00	18,14	148,19
	Масло сливочное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75
	Яйца вареные	40	4,83	4,83	4,37	0,00	0,22	59,49
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	6,99	7,20	7,48	0,00	53,10	298,26
	Хлеб пшеничный	50.	2,63	0,00	0,33	0,00	16,10	81,83
	Итого за прием		22,88	18,98	28,86	0,00	87,64	697,58
2-й Завтрак								
	Фрукты свежие	200.	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
Обед								
№27, сб.2018г.	Салат из свеклы с яблоками	80	1,01	0,00	4,01	0,18	8,07	75,71
ТК	Суп картофельный с бобовыми	250	5,58	0,03	4,12	0,32	17,77	138,14
№126, сб.2018г.	Голубцы лепные	190 /10	16,86	14,07	20,73	0,00	13,55	314,05
ТК	Напиток из шиповника	200	0,44	0,00	0,10	0,10	6,62	29,62
	Хлеб пшеничный	50	4,21	0,00	0,53	0,00	25,76	130,93
	Хлеб ржаной	40	1,32	0,00	0,24	0,00	6,68	38,68
	Итого за прием		35,12	19,74	59,73	0,60	77,99	1017,13
Полдник								
	Печенье	50.	0,55	0,59	0,41	0,00	6,83	32,26
№299, сб.2018	Молоко кипяченое	200	5,18	5,51	5,35	0,00	8,12	100,27
	Итого за прием		5,73	6,10	5,76	0,00	14,95	132,53
Ужин								
№100, сб.2018 г.	Котлеты " Здоровье" с соусом	100 /20.	7,26	7,47	13,42	0,00	2,08	158,64
№233, сб. 2018г.	Макароны отварные с овощами	160.	4,60	0,04	6,71	0,45	24,90	185,00
№328, сб..2018 г.	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	0,12	0,00	15,79	27,00
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	77,35
	Итого за прием		18,24	7,51	20,83	0,93	78,42	596,31
Второй ужин								
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200.	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за прием		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за день		88,45	57,45	121,33	1,83	296,05	2680,49

МЕНЮ

8 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№210, сб. 2018г.	Каша молочная "Дружба"	220 /5.	6,55	3,54	7,91	0,72	31,55	226,00
	Сыр	15	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
№ 306, сб.2018г.	Какао с молоком	200.	3,31	3,00	3,20	0,00	12,80	92,70
	Хлеб пшеничный	60.	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Итого за прием		15,66	9,17	14,17	0,72	63,67	451,96
	2-й Завтрак							
	Фрукты свежие	200.	1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед								
№17, сб.2018 г.	Салат из моркови	80.	1,05	0,00	4,47	0,00	14,48	104,05
№56, сб.2018г.	Рассольник ленинградский	250	2,40	0,27	5,01	0,00	15,73	123,09
№80, сб.2018г.	Рыба тушеная с овощами	120.	14,13	13,83	5,24	0,03	2,65	114,62
№146, сб. 2018 г.	Картофельное пюре	180	4,07	0,91	6,53	0,00	26,70	188,95
№312, сб. 2018 г.	Компот из свежих плодов	180	0,15	0,00	0,14	0,00	9,92	41,94
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	6,60	0,00	1,20	0,00	33,40	193,38
	Итого за прием		32,34	15,00	23,09	0,03	127,03	888,78
Полдник								
№239, сб. 2018г.	Запеканка из творога с повидлом	120/10	26,93	25,30	19,45	0,00	29,93	406,34
№299, сб.2018 г.	Сок	200.	5,17	5,50	5,84	0,00	8,11	104,63
	Итого за прием		32,10	30,79	25,29	0,00	38,04	510,97
Ужин								
№105, сб.2018 г.	Зразы "Школьные"	90/9	13,16	10,58	16,43	3,15	16,58	271,63
№148, сб. 2018г.	Капуста тушеная	160	4,23	0,00	6,03	0,26	17,36	148,72
ТК	Чай с сахаром	200.	0,24	0,00	0,04	0,05	10,68	42,56
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		23,43	10,58	23,39	3,46	77,30	638,46
Второй ужин								
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за прием		5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за день		110,58	71,23	92,71	4,52	343,88	2738,53

МЕНЮ

9 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№235, сб.2018г.	Омлет	200.	17,56	17,69	20,17	0,06	4,82	273,21
№2 сб.2018г.	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/10	5,03	2,66	7,09	0,00	14,53	146,09
№304, сб.2018г.	Кофейный напиток с молоком	200	2,95	2,90	2,82	0,00	13,23	87,71
	Хлеб пшеничный	50	2,37	0,00	0,30	0,00	14,49	73,65
	Итого за прием		27,91	23,24	30,37	0,06	47,07	580,66
2-й Завтрак								
200.	Фрукты свежие	200.	1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед								
№21, сб.2018 г.	Салат витаминный	80.	0,81	0,00	4,49	0,00	2,96	57,57
№58, сб.2018 г.	Борщ с капустой и картофелем	250	1,90	0,25	5,43	0,00	11,95	107,84
№108, сб.2018г.	Тефтели из говядины	100/20	13,19	10,71	17,21	8,85	17,61	282,30
№158, сб. 2018 г.	Рагу из овощей	150	3,40	0,02	8,62	0,00	18,45	172,09
№310, сб.2018г.	Компот из плодов или ягод сушеных	180.	1,08	0,00	0,06	0,00	15,94	73,58
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		26,18	10,98	36,68	8,85	99,59	868,94
Полдник								
№280, сб. 2018 г.	Ватрушка с творогом	100.	5,54	2,96	2,69	0,16	20,47	131,42
№314, сб. 2018 г.	Сок	200.	0,11	0,00	0,04	0,00	9,62	40,89
	Итого за прием		5,65	2,96	2,74	0,16	30,09	172,31
Ужин								
№132, сб.2018 г.	Куры отварные с соусом	90 /30.	15,50	15,34	13,88	0,00	2,21	195,92
№144, сб. 2018г.	Картофель отварной	180	3,28	0,67	3,28	0,55	20,40	129,45
ТК	Чай с лимоном и сахаром	200	0,44	0,00	0,10	0,11	9,35	39,97
	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	30	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		25,02	16,00	18,13	0,66	64,63	540,89
Второй ужин								
200.	Кефир с сахаром	200.	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за день		86,47	53,18	88,72	10,33	281,17	2344,51

МЕНЮ

10 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№208, сб. 2018г.	Каша пшеничная молочная жидкая	220/5	7,49	3,43	8,16	1,16	32,65	236,93
	Масло сливочное	10.	4,83	4,83	4,37	0,00	0,22	59,49
№ 306, сб.2018г.	Какао с молоком	200	3,31	3,00	3,20	0,00	10,35	83,38
	Хлеб пшеничный	65.	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Итого за прием		18,79	11,26	16,13	1,16	62,55	478,00
2-й завтрак								
	Фрукты свежие	200.	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед								
№25, сб.2018 г.	Салат из свеклы с растительным маслом	80	1,34	0,00	6,39	0,00	6,62	92,57
№55, сб.2018г.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,00	0,26	5,39	0,20	8,80	96,00
№97, сб.2018 г.	Гуляш из отварной говядины	100.	8,82	9,38	19,19	0,00	0,69	210,72
№ 177,сб.2018г .	Картофельное пюре с морковью	180	2,91	0,42	4,60	0,00	17,90	130,93
ПК	Кисель из концентрата	200.	0,17	0,00	0,04	0,05	5,75	76,20
	Хлеб пшеничный	45.	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		21,83	10,07	36,59	0,24	77,27	753,40
Полдник								
№244, сб. 2018г.	Запеканка из творога с молоком стущеным	120/10	20,53	20,38	14,30	0,13	31,61	338,98
№313, сб. 2018 г.	Сок	200.	0,08	0,00	0,02	0,00	6,88	27,33
	Итого за прием		20,61	20,38	14,32	0,13	38,49	366,32
Ужин								
№80, сб.2018г.	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	12,02	11,70	2,96	2,36	2,81	86,64
№152, сб. 2018г.	Каша рисовая рассыпчатая	160	2,80	0,05	7,72	0,00	26,16	191,21
ТТК, сб 2018 г.	Чай с сахаром	200.	0,24	0,00	0,09	0,00	5,79	23,20
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Масло сливочное	10.	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		21,22	11,75	11,95	2,66	86,74	567,25
Второй ужин								
№297, сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за прием		5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27
	Итого за день		89,48	59,14	85,76	4,50	302,88	2413,33

МЕНЮ

12 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г		Без жира, г		Жиры, г		Углевод., г	ЭЦ, ккал
		всего	в 1 ч. дня	всего	в 1 ч. дня	всего	в 1 ч. дня		
Завтрак									
№210, сб.2018	Каша "Дружба" молочная	200,5	4,19	5,92	6,11	0,00	18,96	155,39	
	Яйца вареные	40	4,83	4,83	4,37	0,00	0,22	59,49	
	Масло сливочное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75	
	Сыр	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06	
	Какао с молоком	200	3,31	3,31	3,20	0,00	12,80	92,70	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20	
№ 306, сб.2018г.	Итого за прием		14,70	19,90	24,99	0,00	51,39	515,59	
	2-й Завтрак								
	Фрукты свежие	200	0,00	1,36	0,50	0,30	30,00	134,10	
	Итого за прием		0,00	1,36	50,00	0,30	30,00	134,10	
Обед									
№38, сб.2018 г.	Салат из белокачанной капусты	80	1,02	2,60	2,72	0,00	8,47	72,43	
№56, сб.2018г.	Рассольник ленинградский	250	2,95	4,92	7,32	4,39	15,70	123,90	
№125, сб.2018г.	Рагу из мяса	220	16,67	19,25	23,11	0,00	19,29	368,32	
ГК	Компот из плодов или ягод сушеных	180	3,24	3,38	3,45	0,09	22,79	132,07	
	Хлеб пшеничный	50	0,00	3,95	0,50	0,00	24,15	122,75	
	Хлеб ржаной	40	0,00	2,64	0,48	0,00	13,36	77,35	
	Итого за прием		23,88	36,74	37,58	4,48	103,76	926,82	
Полдник									
№241, сб. 2018г.	Сырники из творога с молоком сгущенным	120/10	26,93	28,94	17,93	0,24	22,65	373,82	
№310, сб.2018г.	Сок	200	0,00	1,08	0,06	0,00	15,94	73,58	
	Итого за прием		26,93	30,01	17,99	0,24	38,59	447,40	
Ужин									
№79, сб.2018г.	Рыба припущенная	90	15,84	15,93	0,91	0,01	0,54	74,38	
№248, сб. 2018 г.	Соус томатный	20	0,01	0,25	0,93	0,00	1,37	15,15	
№156, сб. 2018г.	Картофельное пюре	180	0,03	2,53	4,75	0,20	15,29	121,14	
№325, сб..2018 г.	Чай с сахаром	200	0,00	0,14	0,12	0,00	15,79	65,77	
	Хлеб пшеничный	50	0,00	3,95	0,50	0,00	24,15	122,75	
	Хлеб ржаной	40	0,00	2,64	0,48	0,00	13,36	77,35	
	Масло сливочное	10	0,00	1,35	0,38	0,00	21,00	93,78	
	Итого за прием		15,88	26,78	8,07	0,21	91,50	570,32	
Второй ужин									
№297 сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	
	Итого за прием		5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	
	Итого за день		87,08	120,76	95,64	5,47	330,91	2746,60	

МЕНЮ

13 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего		
Завтрак								
№207, сб. 2018г.	Каша рисовая молочная жидкая	220/5	5,41	3,55	7,39	0,27	29,05	206,14
	Масло сливочное	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
№304, сб. 2018г.	Кофейный напиток с молоком	200	2,95	2,90	2,82	0,00	13,23	87,71
	Хлеб	65	4,74	0,00	0,60	0,00	28,98	147,30
	Итого за прием		15,73	9,08	13,47	0,27	71,26	476,21
2-й завтрак	Фрукты свежие	200	1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
	Итого за прием		1,36	0,00	0,50	0,30	30,00	134,10
Обед								
№7, сб. 2018г.	Салат из белокачанной капусты и свеклы	80	2,33	0,00	7,08	0,00	8,55	112,16
№68, сб. 2018 г.	Свекольник	250	7,31	4,59	3,12	0,00	19,49	111,41
№94, сб. 2018 г.	Бефрегатов из отварного мяса	60/30	16,00	15,63	12,47	0,01	2,58	187,59
№ 183, сб. 2018г.	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	3,41	0,60	5,25	0,00	21,22	152,65
№310, сб. 2018г.	Компот из плодов или ягод сушеных	180	1,08	0,00	0,06	0,00	15,94	73,58
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		36,71	20,82	28,97	0,01	105,29	867,50
Полдник								
	Печенье	50	0,55	0,59	0,41	0,00	6,83	32,26
№313, сб. 2018 г.	Сок	200	0,06	0,00	0,01	0,00	6,35	25,71
	Итого за прием		0,61	0,59	0,42	0,00	13,17	57,97
Ужин								
№115, сб. 2018 г.	Запеканка картофельная с мясом	200	17,90	15,79	22,20	0,40	29,80	430,00
№300, сб. 2018 г.	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,01	0,60
	Масло сливочное	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	1,98	0,00	0,36	0,00	10,02	58,01
	Итого за прием		27,61	15,79	20,40	0,42	66,93	584,83
Второй ужин								
№297, сб. 2018г.	Кефир с сахаром	200	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за прием		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за день		87,14	51,39	69,40	1,00	293,70	2223,45

МЕНЮ

14 день

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего		
Завтрак								
№ 208, сб. 2018г.	Каша пшеничная молочная жидкая	220 / 5.	7,50	5,83	8,20	0,00	32,89	237,00
	Сыр	20	5,30	0,05	5,25	0,00	0,00	70,75
№ 306, сб. 2018г.	Какао с молоком	200.	3,31	3,00	3,20	0,00	10,35	83,38
	Хлеб пшеничный с маслом	50 / 10.	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20
	Итого за прием		19,24	8,88	24,95	0,00	62,64	558,89
2-й завтрак								
	Фрукты свежие	200.	0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
	Итого за прием		0,36	0,00	0,30	0,30	9,80	47,62
Обед								
№ 19, сб. 2018 г.	Салат из моркови с яблоками	80	0,72	0,00	2,70	0,00	6,70	54,00
№ 55, сб. 2018г.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,11	0,26	5,45	0,26	8,90	100,40
№ 136, сб. 2018 г.	Котлеты рубленные из птицы	90/4	13,47	11,30	18,16	0,00	13,91	276,45
№ 187, сб. 2018г.	Каша рисовая рассыпчатая	160	3,92	0,00	0,56	0,00	39,95	187,65
№ 319, сб. 2018 г.	Напиток из шиповника	200	0,08	0,00	0,02	0,00	0,01	0,60
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		26,94	11,72	33,01	0,26	112,87	887,30
Полдник								
№ 108, сб. 2018 г.	Запеканка творожная с молоком стуженым	120 / 10.	28,94	26,93	17,93	0,00	22,65	373,82
№ 309, сб. 2018 г.	Сок	200.	1,00	0,00	0,20	0,00	20,20	86,48
	Итого за прием		29,94	26,93	18,13	0,00	42,85	460,30
Ужин								
ТК	Огурец соленый	60.	0,48	0,00	0,06	0,00	1,02	8,57
№ 108, сб. 2018 г.	Тефтели из говядины	80/40	10,55	8,57	13,76	7,08	14,09	225,84
№ 144, сб. 2018 г.	Картофель отварной	180	3,93	0,00	0,79	0,00	30,05	151,78
№ 311, сб. 2018г.	Чай с сахаром	200.	0,34	0,00	0,08	0,09	5,79	24,43
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,00	0,50	0,00	24,15	122,75
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,00	13,36	77,35
	Итого за прием		37,56	8,57	15,67	7,12	88,46	610,72
Второй ужин								
	Кефир с сахаром	200.	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за прием		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84
	Итого за день		81,99	41,58	90,85	7,68	342,18	2591,71

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ

Наименование	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Факт. за 14дн.	Среднее в день	Выполнение, % от дн. нормы
Пищевая ценность																		
Белки, г	77	88,8	104,0	115,6	83,8	116,1	86,9	88,5	110,6	86,5	89,5	94,3	120,8	87,1	82,0	1354,5	96,8	126
в т.ч.жив., г	0	36,2	72,9	74,4	50,4	73,0	49,0	57,4	71,2	53,2	59,1	53,0	87,1	51,4	41,6	829,9	59,3	
Жиры, г	79	84,2	101,3	72,3	86,9	90,1	81,7	121,3	92,7	88,7	85,8	81,8	95,6	69,4	90,8	1242,6	88,8	112
в т.ч. раст., г	0	1,3	2,7	6,5	7,8	7,7	1,6	1,8	4,5	10,3	4,5	0,7	5,5	1,0	7,7	63,6	4,5	
Углеводы, г	335	314,2	304,7	311,6	317,1	297,7	319,1	296,0	343,9	281,2	302,9	293,5	330,9	293,7	342,2	4348,4	310,6	93
Моно- и дисахара, г	335	126,7	136,1	124,3	125,0	129,0	132,8	158,2	151,0	127,1	147,2	113,7	168,7	130,9	118,1	1888,8	134,9	
Крахмал, г	0	187,4	168,6	187,3	192,1	168,6	186,2	137,9	192,9	154,1	155,7	179,7	162,2	162,8	224,1	2459,6	175,7	
Пищевые волокна, г		27,8	30,9	25,6	29,7	32,8	31,7	24,1	33,3	32,4	29,5	26,1	32,6	31,3	30,1	417,9	29,9	
Витамин В1, мг	0	0,8	1,1	1,2	1,0	1,2	1,1	1,0	1,3	0,9	1,0	1,0	1,2	1,0	1,0	14,8	1,1	
Витамин В2, мг	0	1,2	2,0	1,7	1,5	1,6	1,3	1,8	2,1	1,4	1,7	1,7	2,2	1,5	1,1	22,8	1,6	
Витамин С, мг	60	27,0	69,0	42,7	121,8	81,9	31,0	30,6	76,0	36,2	64,2	61,4	34,2	105,1	46,4	827,5	59,1	99
Витамин А (рет. экв), мкг	0	904,3	792,6	1180,8	3096,3	1691,0	1032,2	1185,9	2640,7	685,8	5340,4	3035,5	5190,3	2337,4	628,4	29741,6	2124,4	
Витамин Е (ток. экв), мг	0	14,2	12,9	11,4	20,8	13,7	16,5	6,0	13,8	19,2	11,2	9,7	15,1	10,3	18,8	193,6	13,8	
Са, мг	0	895,4	1083,7	1145,9	932,6	936,1	875,8	1231,6	1433,8	699,2	1059,2	1004,0	1317,3	1004,1	660,0	14278,7	1019,9	
Р, мг	0	1187,1	1771,7	1496,6	1387,7	1586,6	1391,9	1540,4	1958,6	1272,0	1565,3	1376,4	1924,3	1363,3	1297,2	21119,1	1508,5	
Mg, мг	0	289,7	353,2	341,3	357,3	466,5	389,7	331,8	470,2	316,7	408,5	312,4	485,2	372,8	362,8	5258,1	375,6	
Fe, мг	0	20,1	25,2	19,3	19,9	25,9	22,1	21,7	23,2	23,0	21,8	18,1	24,0	20,3	20,7	305,3	21,8	
Zn, мг	0																	
I, мг	0																	
Калорийность, ккал	2350	2441,0	2620,3	2431,1	2463,7	2546,1	2436,4	2680,5	2738,5	2344,5	2413,3	2355,7	2746,6	2223,5	2591,7	35032,9	2502,4	106

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКЦИОННОГО НАБОРА, дни 7-11 лет, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, нетто

Наименование продукта	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Факт за 14 дн.	Среднее в день	Отклонение в г
		80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0			
Хлеб ржаной	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	1120,0	80,0	
Хлеб пшеничный	150,0	140,0	140,0	168,2	158,0	150,0	150,0	130,0	161,9	153,3	130,0	150,0	140,0	160,0	176,3	2107,7	150,6	0,6
Мука пшеничная	15,0	34,3	3,7	1,9	27,0	24,5	5,0	3,5	5,3	41,1	1,4	30,1	25,7	3,4	7,2	214,1	15,3	0,3
Крупа, бобовые	45,0	45,4	59,9	30,0	74,3	76,4	36,0	36,0	47,4		71,6	37,1	5,0	47,1	57,2	623,4	44,5	-0,5
Макаронные изделия	15,0	16,0		45,5		16,0		36,2				39,2	16,0		52,5	221,4	15,8	0,8
Картофель	187,0	211,1	188,6	236,0	174,0	82,0	324,2	50,0	246,0	225,7	107,0	75,0	218,8	224,2	256,7	2619,3	187,1	0,1
Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соевые и квашеные	280,0	160,3	176,6	180,1	201,0	312,4	218,7	301,6	366,6	406,4	397,3	274,7	286,6	477,2	166,9	3926,4	280,5	0,5
Фрукты свежие	185,0	223,6	200,0	107,0	159,1	257,0	107,0	171,0	140,0	229,5	209,0	107,0	314,0	106,3	249,5	2580,0	184,3	-0,7
Сухофрукты	15,0	22,5	25,2	10,8	18,0	18,0	22,5			22,5	7,2	7,2	22,5	22,5	18,0	216,9	15,5	0,5
Соки плодовоовощные, напитки витаминизованные, в т.ч. инстантные	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	2800,0	200,0	
Мясо I кат	100,0	105,4	105,3	74,0	74,0	122,6	103,9	182,6	57,0	63,3	90,0	76,0	115,5	174,8	50,6	1395,0	99,6	-0,4
Субпродукты																		
Птица (шпатель-бройлеры погр. I кат)	35,0		91,2		100,0		76,8			91,2		76,0			66,6	501,8	35,8	0,8
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	58,0	114,4	30,0	123,0		110,7	20,0		73,8		86,0	39,0	110,7	28,2	69,8	805,6	57,5	-0,5
Молоко	300,0	293,9	245,2	313,9	311,5	238,8	219,0	437,1	465,9	205,3	287,0	463,0	305,7	284,9	119,5	4190,7	299,3	-0,7
Кисломолочная пищевая продукция	150,0	200,0	180,0	200,0	180,0		200,0	180,0	200,0		200,0	180,0	200,0	180,0		2100,0	150,0	
Творог (5-9% м.л.ж.)	50,0			115,0		115,0			115,0	27,0	101,0		115,0		115,0	703,0	50,0	
Сыр	10,0	15,0	20,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	22,0	147,0	10,5	0,5
Сметана	10,0	12,0	12,0	6,2	12,0	10,0	17,5	7,5	16,3	10,0	10,0		10,0	7,5	10,0	129,0	9,2	-0,8
Масло сливочное	30,0	36,1	25,2	14,4	13,6	33,5	15,0	69,5	33,3	30,2	34,1	34,9	23,6	25,2	28,4	417,0	29,8	-0,2
Масло растительное	15,0	15,0	15,4	12,0	30,8	15,5	20,3	4,0	14,6	27,0	9,6	5,2	16,0	7,1	25,0	217,5	15,5	0,5
Яйцо (штук)	40,0	3,5	115,2	11,8	42,3	7,8		40,0	33,8	132,0	46,0	53,4	52,5	14,3		552,6	39,5	-0,5
Сахар	30,0	36,1	22,9	34,5	33,2	23,7	26,8	20,2	43,5	37,1	46,1	28,5	24,5	26,6	19,3	423,0	30,2	0,2
Кондитерские изделия	10,0	10,0	10,0	10,0	20,0	10,0	20,0	10,0	18,0					20,0	20,0	138,0	9,9	-0,1
Чай	1,0	1,8	1,8	2,0	1,8	0,4	2,4	2,0	1,8	2,0	1,8	2,0	1,8	2,0	0,4	24,0	1,7	0,7
Какао-порошок	1,0	2,4	2,4		2,2		2,2	4,0	2,2		2,2		2,2		2,2	15,6	1,1	0,1
Кофейный напиток	2,0	4,0				4,0				4,0		4,0		4,0		28,0	2,0	
Дрожжи Х/л	0,2	0,2			0,8					0,9		0,8				2,7	0,2	0,0
Крахмал	3,0	9,0	9,0	5,4				9,0			9,0	9,0	9,0			50,4	3,6	0,6
Соль пищевая поваренная йодированная	3,0	3,1	3,4	0,4	4,9	5,9	1,8	2,0	3,9	3,7	3,2	3,3	2,5	2,0	3,4	43,5	3,1	0,1
Специи	2,0	1,6	2,1	1,6		1,7	1,6	3,8	1,7	1,7	1,8	1,7	3,8	1,6	1,7	26,4	1,88	-0,1