

379/2005	Кофейный напиток с молоком	200	3,55	3,38	25,01	139,735	146,6	125,4	14	102,5	0,405	0,02	0,04	0,2	1,3	1,3
г/п	Фрукты свежие (апельсин) калиброванный	1 шт./200	1,8	0,4	16,2	86	394	68	26	46	0,6	0	0	0	0,4	120
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	710	35,33	26,28	158,36	875,01	2195,68	205,00	206,29	460,72	6,78	46,49	0,08	0,08	11,60	188,45
	ОБЕД															
102/2005	Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	5,64	20,61	151,05	475	29	35	88,0	2	0	0	0	1	12
260/2005	Гуляш из мяса говядины	90/70	27,1496	29,7758	3,935	393,1768	530,953	18,71	36,726	281,736	4,0017	0	0	0	6,6834	3,425
302/2005	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	180/7	10,332	7,781	50,922	320,97	138,55	58,94	80,57	245,69	6,56	0	0	0	0	0
372/2014	Компот из свежих плодов (яблоко)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
	Итого за обед	920	47,5796	49,1228	133,733	1139,5338	1521,303	142,07	194,196	701,706	15,269	0	0,0378	0,025	8,4849	35,175
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	83,1346	81,2124	245,695	1982,4548	2569,741	801,542	308,364	1356,392	17,812	0,02	0,0778	0,225	10,416	156,475
	8 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
174/2005	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом сливочным	200/10	11,954	4,402	83,06	151,628	169,8	138,54	15,9	90	1,952	0	0,2565	0	0	2,572
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдз 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
410/2005	Ватрушка с повидлом	75	340,697	1380,547	2785,24	616,92	296,36	1063,9	11,254	2,9515	0,1478	0,1372	8,4695	70,73	173,19	0
	Итого за завтрак	565	24,4102	19,91215	174,097	664,0265	398,074	332,691	61,386	286,705	4,7114	0,0315	0,2565	0,057	0,753	5,942
	ОБЕД															
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,9075	20,705	121,525	475,9	15,1	24,05	63,5	0,795	0	0	0	1,075	16,5

868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
	Итого за обед	850	36,28	43,75	98,40	940,25	1642,98	95,95	203,85	457,47	29,71	89,95	0,01	0,01	17,38	43,71
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1415	60,69	63,67	272,50	1604,27	2041,05	428,64	265,23	744,18	34,42	89,98	0,27	0,06	18,13	49,66
	9 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
401/2005	Оладьи с повидлом	200/80	15,1248	17,052	138,662	766,938	455,76	161,37	69,968	237,518	3,648	0,02	0,2321	0,24	1,456	1,7
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко,яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	0	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94	556	32	18	22	4,4	0	0	0	0	20
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	710	18,07	23,63	191,06	1019,39	1284,91	216,37	107,37	303,97	11,43	0,02	0,23	0,24	2,09	25,70
	ОБЕД															
96/2005	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,08	6,1	17,29	138,55	482,2	20,2	50,5	29,98	0,41	0,09	0	0	1,15	16,75
291/2005	Плов из птицы	90/270	31,02	22,44	47,69	561,00	434,61	43,22	46,75	250,15	3,66	48,96	0,17	0,27	10,80	3,60
352/2005	Кисель из яблок	200	0,12	0,12	29,268	116,06	85,2	8,4	2,7	9,46	0,66	0	0,009	0,006	3,09	0
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
	Итого за обед	855	39,77	34,42	128,64	995,35	1267,01	100,44	138,25	371,47	6,56	49,05	0,22	0,30	15,85	36,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1565	57,84	58,06	319,70	2014,74	2551,92	316,81	245,61	675,43	17,99	49,07	0,45	0,54	17,93	61,80
	10 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
183/2005	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200/10	16,21	5,93	103,508	240,24	273,58	196,42	60,7	245,2	3,2	0	0	0	1,676	1,82
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
382/2005	Какао с молоком	200	3,77	3,80	25,07	145,36	206,96	125,52	31,00	116,20	0,98	0,14	0,04	0,16	0,17	1,30

г/п	Изделие кондитерское (печенье)	50	0	0	39,9	162	23	12,5	3	6	0,7	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	550	28,602	24,22	200,176	801,9	606,44	510,39	121,35	514,5	6,14	0,1715	0,044	0,215	2,678	3,54
	ОБЕД															
88/2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,9061	5,1482	10,2224	96,41	400,919	30,805	22,529	49,065	0,3838	0	0	0	0,6552	28,95
279/2005	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с луком	90/70	13,0985	16,35	13,9476	261,008	300,401	43,544	22,76	112,646	1,2122	0,0242	0,0198	0,098	2,0361	4,1483
309/2005	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/7	11,419	0,762	88,787	207,18	77,18	11,19	11,09	53,07	0,732	0	0	0	0	0
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,4	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
	Итого за обед	925	31,95	28,02	167,20	847,74	1035,40	114,14	94,08	295,88	4,16	0,02	0,06	0,12	3,76	48,34
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1475	60,56	52,24	367,37	1649,64	1641,84	624,53	215,43	810,38	10,30	0,20	0,10	0,34	6,44	51,88
	11 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
223/2005	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	200/80	19,2614	16,8244	72,1744	517,473	478,728	401,744	58,182	379,648	0,7736	0	0	0	0,2899	1,3608
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94	556	32	18	22	4,4	0	0	0	0	20
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	710	22,3064	23,2044	119,5744	737,923	1092,178	448,444	90,582	437,698	6,1586	0	0	0	0,5209	24,1608
	ОБЕД															
102/2005	Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	5,64	20,61	151,05	475	29	35	88,0	2	0	0	0	1	12
290/2005	Птица, тушенная в соусе сметанном с томатом	90/70	24,3686	25,1722	3,16	337,524	404,846	12,544	113,648	225,578	1,8892	89,46	0	0	13,785	3,5004
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180/7	8,75	5,075	50,351	274,47	1,61	1,54	0,21	194,53	4,69	0	0	0	0	0
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24

г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,8	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,4	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
	Итого за обед	920	43,0386	41,6472	128,361	1046,184	1138,356	71,684	186,558	589,208	10,409	89,46	0,036	0,024	15,855	30,7404
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	65,3	64,9	247,9	1784,1	2230,5	520,1	277,1	1026,9	16,6	89,5	0,0	0,0	16,4	54,9
	12 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
173/2005	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	200/10	14,89	6,058	98,832	217,24	148,38	143,3	78,38	249,72	3,432	0	0,198	0,044	0,44	1,3
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
382/2005	Какао с молоком	200	3,77	3,80	25,07	145,36	206,96	125,52	31,00	116,20	0,98	0,14	0,04	0,16	0,17	1,30
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
410/2005	Ватрушка с повидлом	75	340,697	1380,547	2785,24	616,92	296,36	1063,9	11,254	2,9515	0,1478	0,1372	8,4695	70,73	173,19	0
	Итого за завтрак	565	31,02	25,37	199,74	815,00	559,31	457,27	151,87	557,03	6,77	0,17	0,24	0,26	1,37	3,17
	ОБЕД															
82/2005	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,955	5,90	13,83	115,00	368,25	37,89	24,95	53,10	1,03	0,01	0,00	0,01	0,40	20,87
229/2005	Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	90/50	19,747	6,066	7,338	164,72	631,25	71,09	80,51	312,12	1,492	2,92	0,02	0,02	1,897	4,95
125/2005	Картофель отварной с маслом сливочным	180/10	10,75	0,83	94,625	137,05	996,2	17,8	42,15	101,5	1,575	0	0	0	2,275	35
372/2014	Компот из свежих плодов (яблоко)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
	Итого за обед	905	38,16	18,722	174,059	691,107	2372,5	162,2	189,51	553	6,804	2,9275	0,0593	0,051	5,3685	80,565
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1470	69,1782	44,09015	373,796	1506,1055	2931,814	619,471	341,376	1110,025	13,575	3,099	0,3013	0,31	6,7335	83,735
	13 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
210/2005	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	21,15	10,342	93,95	146,22	158,88	80,42	16,46	180,6	2	0	0	0	0	0,39
50/2009	Консервы овощные закусочные икра кабачковая (порции)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	189	24,6	9	22,2	0,42	0	0	0	0	4,2
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0

г/п	Хлеб ржаной	1 шт./200	0	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко,яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	0	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94,00	556	32,0	18,0	22,0	4,4	0	0	0	0	20,00
	Итого за завтрак	606	25,235	22,062	130,77	378,07	937,03	146,02	54,86	255,25	7,405	0	0	0	0,231	24,59
	ОБЕД															
96/2005	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,08	6,1	17,29	138,55	482,2	20,2	50,5	29,98	0,41	0,09	0	0	1,15	16,75
279/2005	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с луком	90/70	13,0985	16,35	13,9476	261,008	300,401	43,544	22,76	112,646	1,2122	0,0242	0,0198	0,098	2,0361	4,1483
302/2005	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	180/7	10,332	7,781	50,922	320,97	138,55	58,94	80,57	245,69	6,56	0	0	0	0	0
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
	Итого за обед	925	32,0585	35,997	116,5456	900,265	1186,151	151,304	192,13	470,196	10,009	0,1142	0,0576	0,123	3,9876	36,6483
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1531	57,2935	58,059	247,3156	1278,335	2123,181	297,324	246,99	725,446	17,414	0,1142	0,0576	0,123	4,2186	61,2383
	14 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
174/2005	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом сливочным	200/10	11,954	4,402	83,05	151,628	169,8	138,54	15,9	90	1,952	0	0,2565	0	0	2,572
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдк 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко,яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	0	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
г/п	Изделие кондитерское (зефир)	50	0	0	39,9	162	23	12,5	3	6	0,7	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	550	20,57	19,09	174,86	659,93	535,70	340,99	53,55	257,10	6,71	0,03	0,26	0,06	1,23	6,99
	ОБЕД															
88/2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,9061	5,1482	10,2224	96,41	400,919	30,805	22,529	49,065	0,3838	0	0	0	0,6552	28,95
305/2014	Котлета рубленая из птицы	90	20,0649	2,0845	35,0266	143,911	227,634	12,171	66,831	135,124	1,3456	46,48	0,0465	0,046	7,5052	1,1952
75/2005	Икра свекольная	180	3,33	13,62	20,09	217,72	601,67	63,39	43,12	88,62	2,30	0,00	0,03	0,05	0,61	24,76
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,3156	0,1052	2,2092	10,4674	152,5	7,364	10,52	13,676	0,4734	0	0,0316	0,021	0,0263	13,15

г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
	Итого за обед	855	30,90	26,67	131,22	760,54	1530,50	140,59	171,86	362,17	6,12	46,48	0,11	0,13	10,81	70,66
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1405	51,47	45,76	306,08	1420,47	2066,20	481,58	225,41	619,27	12,84	46,51	0,37	0,19	12,04	77,65
	15 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
401/2005	Оладьи с повидлом	200/80	15,1248	17,052	138,662	766,938	455,76	161,37	69,968	237,518	3,648	0,02	0,2321	0,24	1,456	1,7
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Фрукты свежие (апельсин) калиброванный	1 шт./200	1,8	0,4	16,2	86	394	68	26	46	0,6	0	0	0	0,4	120
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	710	19,1698	23,032	182,662	979,388	907,21	244,07	110,368	319,568	5,233	0,02	0,2321	0,24	2,087	124,5
	ОБЕД															
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,9075	20,705	121,525	475,9	15,1	24,05	63,5	0,795	0	0	0	1,075	16,5
291/2005	Плов из птицы	90/270	31,02	22,44	47,69	561,00	434,61	43,22	46,75	250,15	3,66	48,96	0,17	0,27	10,80	3,60
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,4	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
	Итого за обед	850	39,36	31,10	122,64	965,67	1167,41	86,92	108,50	394,75	6,29	48,96	0,21	0,29	12,95	35,34
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1560	58,53	54,14	305,30	1945,06	2074,62	330,99	218,86	714,31	11,52	48,98	0,44	0,53	15,04	159,84
	ИТОГО ЗА 15 ДНЕЙ	22682,00	939,81	823,76	4659,15	24590,50	33248,04	7284,58	3852,18	12674,94	230,42	562,23	3,49	3,88	176,13	1238,12
	В СРЕДНЕМ ЗА ОДИН ДЕНЬ	1512	62,65	54,92	310,61	1639,37	2216,54	485,64	256,81	845,00	15,36	37,48	0,23	0,26	11,74	82,54
	В СРЕДНЕМ ЗА ЗАВТРАК	624	24,95	23,37	171,44	747,59	868,02	338,79	102,86	381,35	6,75	3,15	0,14	0,13	2,14	39,65
	В СРЕДНЕМ ЗА ОБЕД	888	37,70	31,55	139,17	891,78	1348,51	146,85	153,96	463,65	8,61	34,33	0,09	0,12	9,60	42,89

Генеральный директор ООО «Северная Пальмира»

В. С. Цормутян

« »

