

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ
САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «РОДНИЧОК»
КУРСКОГО РАЙОНА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ**

(МБДОУ «Детский сад комбинированного вида «Родничок»

Курского района Курской области)

305502, Курская область, Курский район, п. Маршала Жукова, квартал 3-й,

дом 19. тел: 8(4712)72-02-08, kur-dsrodnichok @ mail.ru

сайт: www.kur-dsrod.ru

ОКПО 13438643 ОГРН 1154611000268 ИНН 4611013561 КПП 461101001

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида «Родничок»
Курского района Курской области

Ю.В. Шестиперова

марта 2013г



10-дневное меню

для питания детей от 1 до 3 лет,
посещающих МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида «Родничок»
Курского района Курской области

Возрастная категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с маслом, сахаром	150	4,56	2,68	32,88	172,73	205
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Макаронные изделия	40/40	4,52	0,84	27,84	136,8	
	Чай-заварка	160	0,11	0	10,67	41,44	391
	Сахарный песок	8,53/8,53	0	0	8,52	32,34	
	Чай высшего сорта	0,53/0,53	0,11	0	0,02	1,02	
	Вода	160/160	0	0	0	0	
	Бутерброд с маслом сливочным	40	3,26	3,48	19,72	123,5	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	40/40	3,2	0,8	22	112	
	Масло сливочное	6,4/6,4	0,08	3,94	0,11	36,22	
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		356	9,32	7,93	63,27	359,51	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	11	50	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат из кукурузы	40	0,85	0,16	4,33	22,43	12
	Кукуруза, сахарная консервированная	40/38,67	0,85	0,15	4,33	22,43	
	Суп картофельный с крупой (пшено)	150	4,32	4,43	16,01	121,69	80.11
	Морковь	4/3	0,04	0	0,21	1,05	
	Лук репчатый	4/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Картофель	80/68	1,36	0,27	11,08	52,36	
	Крупа пшено шлифованное	8/8	0,92	0,26	5,32	27,36	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Цыпленок-бройлер	15/10	1,82	1,84	0	24,1	
	Плов из птицы	160	10,99	13,86	24,16	266,64	304
	Морковь	8/6	0,08	0,01	0,41	2,1	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	27,01	
	Лук репчатый	8/6	0,08	0,01	0,49	2,46	
	Крупа рисовая	30,01/30,01	2,1	0,3	22,21	99,93	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,84	
	Цыпленок-бройлер	50,01/42,01	7,85	7,73	0	101,24	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	20,29	19,22	86,7	601,97	
полдник	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	136,84	792
	Вафли	40/40	1,28	1,12	32,44	136,84	
	Чай-заварка	180	0,11	0	9	35,14	391
	Сахарный песок	9/9	0	0	8,98	34,11	
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	1,39	1,12	41,44	171,98	
УЖИН	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,36	3,07	1,63	35,4	24
	Масло растительное	1/1	0	1	0	8,99	
	Лук репчатый	6/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Помидоры (томаты)	20/17	0,1	0,03	0,71	3,38	
	Огурцы	30/27	0,22	0,03	0,68	3,78	
	Омлет натуральный	80	7,35	8,1	2,16	111,16	215
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	30,04/30,04	0,87	0,75	1,44	16,22	
	Яйцо	48/48	6,1	5,52	0,34	75,36	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Чай-заварка	180	0,11	0	9	35,14	391
	Сахарный песок	9/9	0	0	8,98	34,11	
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
	Вода	180/180	0	0	0	0	
	сушка простая	50	5,35	0,6	35,6	169,5	791
	Сушки простые	50/50	5,35	0,6	35,6	169,5	
ИТОГО ЗА УЖИН		400	16,25	12,33	63,47	431,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1616	48,25	40,7	257,78	1585,06	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3601	99,18	85,47	532,52	3288,02	
Среднее значение за период		3601	99,18	85,47	532,52	3288,02	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вафли	кг	0,04	0,04
2	Вода	л	0,67	0,67
3	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,04	0,04
4	Картофель	кг	0,08	0,068
5	Крупа пшено шлифованное	кг	0,008	0,008
6	Крупа рисовая	кг	0,03	0,03
7	Кукуруза, сахарная консервированная	кг	0,04	0,039
8	Лук репчатый	кг	0,018	0,014
9	Макаронные изделия	кг	0,04	0,04
10	Масло растительное	кг	0,004	0,004
11	Масло сливочное	кг	0,017	0,017
12	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,03	0,03
13	Морковь	кг	0,012	0,009
14	Огурцы	кг	0,03	0,027
15	Помидоры (томаты)	кг	0,02	0,017
16	Сахарный песок	кг	0,038	0,038
17	Сок грушевый	л	0,1	0,1
18	Соль поваренная пищевая	кг	0,006	0,006
19	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
20	Сушки простые	кг	0,05	0,05
21	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
22	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,08	0,08
23	Цыпленок-бройлер	кг	0,065	0,052
24	Чай высшего сорта	кг	0,002	0,002
25	Яйцо	шт яйца	1,2	1,2

Возрастная
категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (крупа пшеничная)	150	7,59	5,79	26,23	184,04	185
	Пшеничная крупа	20/20	3,2	0,2	14	67,1	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Кофейный напиток с молоком	160	3,25	2,82	15,92	100,67	395
	Сахарный песок	8,53/8,53	0	0	8,52	32,34	
	Кофейный напиток	1,07/1,07	0,15	0,15	0,16	2,65	
	Вода	53,33/53,33	0	0	0	0	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	11	45,5	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	361	15,9	14,29	64,34	445,49	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Икра кабачковая	40	0	0	0	0	53
	Икра кабачковая	40/38	0	0	0	0	
	Суп картофельный с бобовыми	150	6,03	3,43	16,41	121,19	81
	Лук репчатый	4/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Горох, лущеный	10/10	2,3	0,16	4,81	29,9	
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Морковь	4/3	0,04	0	0,21	1,05	
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92	
	Оладьи из печени	60	10,44	13,33	6,34	188,72	282 1
	Лук репчатый	5/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Печень говяжья	60/48	8,59	1,78	2,54	60,96	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Мука пшеничная	15/15	1,54	0,16	10,35	50,1	
	Масло растительное	6/6	0	5,99	0	53,94	
	Яйцо	3/3	0,38	0,34	0,02	4,71	
	Соус томатный	15	0,75	1,3	4,47	33,04	348
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Мука пшеничная	5/5	0,52	0,05	3,45	16,7	
	Морковь	5/4	0,05	0	0,28	1,4	
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,35	2,42	20,47	116,92	317
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,35	
	Макаронные изделия	35,04/35,04	3,96	0,74	24,39	119,84	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД	565	24,7	21,25	89,89	651,08		
ПОЛДНИК	Печенье	50	3,75	5,9	37,45	208,55	789
	Печенье	50/50	3,75	5,9	37,45	208,55	
	Кисель из повидла	180	0,11	0	22,68	87,88	383
	Крахмал картофельный	5,01/5,01	0,01	0	3,92	15,69	
	Повидло	20,08/20,08	0,08	0	13,05	50,2	
	Сахарный песок	2,04/2,04	0	0	2,04	7,75	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	3,86	5,9	60,13	296,43		
УЖИН	Сырники из творога	80	17,96	12,1	20,12	264,62	231
	Творог полужирный 9,0% жирности	80/80	14,4	7,2	2,4	135,2	
	Сахарный песок	6,04/6,04	0	0	6,03	22,91	
	Мука пшеничная	16/16	1,65	0,17	11,04	53,44	
	Масло растительное	4/4	0	4	0	35,98	
	Яйцо	7/7	0,89	0,81	0,05	11	
	Соус молочный (сладкий)	15	0,67	1,63	4,13	33,68	351
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,68	
	Мука пшеничная	3/3	0,31	0,03	2,07	10,02	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1	
	Чай-заварка	150	0,11	0	10,01	38,85	391
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
	Чай высшего сорта	0,5/0,5	0,1	0	0,02	0,95	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	Фрукты или ягоды свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,2	338
	Яблоки	160/160	0,64	0,64	15,68	75,2	
ИТОГО ЗА УЖИН	405	19,38	14,37	49,94	412,35		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1661	64,84	55,91	267,2	1825,35		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	3808	144,92	125,02	580,43	4014,48		
Среднее значение за период	3808	144,92	125,02	580,43	4014,48		

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вода	л	0,353	0,353
2	Горох, лущеный	кг	0,01	0,01
3	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,045	0,045
4	Икра кабачковая	кг	0,04	0,038
5	Картофель	кг	0,08	0,07
6	Кофейный напиток	кг	0,001	0,001
7	Крахмал картофельный	кг	0,005	0,005
8	Лук репчатый	кг	0,014	0,012
9	Макаронные изделия	кг	0,035	0,035
10	Масло растительное	кг	0,01	0,01
11	Масло сливочное	кг	0,015	0,015
12	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,272	0,272
13	Морковь	кг	0,009	0,007
14	Мука пшеничная	кг	0,039	0,039
15	Печень говяжья	кг	0,06	0,048
16	Печенье	кг	0,05	0,05
17	Повидло	кг	0,02	0,02
18	Пшеничная крупа	кг	0,02	0,02
19	Сахарный песок	кг	0,036	0,036
20	Сок грушевый	л	0,1	0,1
21	Соль поваренная пищевая	кг	0,007	0,007
22	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
23	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
24	Тасорог полужирный 9,0% жирности	кг	0,08	0,08
25	Томат-паста	кг	0,002	0,002
26	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,04	0,04
27	Цыпленок-бройлер	кг	0,015	0,012
28	Чай высшего сорта	кг	0	0
29	Яблоки	кг	0,16	0,16
30	Яйцо	шт яйца	0,25	0,25

Возрастная
категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (крупа манная)	150	6,45	5,79	26,35	183,52	185
	Крупа манная	20/20	2,06	0,2	14,12	66,6	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Какао с молоком	150	3,01	2,58	14,84	93,34	397
	Какао-порошок	0,5/0,5	0,12	0,07	0,05	1,44	
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4,8	54	
Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15	
Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		351	14,52	14,05	63,38	437,64	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	11	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат зеленый с огурцами	30	0,31	1,84	0,65	20,42	18
	Капуста белокочанная	18/18	0,32	0,02	0,65	5,04	
	Соль поваренная пищевая	0,5/0,5	0	0	0	0	
	Масло растительное	1,5/1,5	0	1,5	0	13,48	
	Огурцы	12/12	0,1	0,01	0,3	1,68	
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	4,38	3,32	13,77	103,5	67
	Лук репчатый	8/7	0,1	0,01	0,57	2,87	
	Капуста белокочанная	60/48	0,86	0,05	2,26	13,44	
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Морковь	8/7	0,09	0,01	0,48	2,45	
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92	
	Котлеты рубленые из птицы	50	9,22	11,19	3,98	154,68	305
	Изделие хлебобулочное "Умница"	8/8	0,64	0,16	4,4	22,4	
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	Цыпленок-бройлер	50/45	8,19	8,28	0	108,45	
	Яйцо	4/4	0,51	0,46	0,03	6,28	
	Соус томатный	15	0,75	1,3	4,47	33,04	348
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Мука пшеничная	5/5	0,62	0,05	3,45	16,7	
	Морковь	5/4	0,05	0	0,28	1,4	
	Каша рассыпчатая (крупа гречневая)	120	4,46	3,61	20,05	130,44	165
	Гречневая крупа ядрица	35/35	4,41	1,15	19,98	107,8	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	Сметана	5	0,14	0,5	0,2	5,95	б/н
	Сметана	5/5	0,14	0,5	0,2	5,95	
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	23,39	22,53	85,32	639,24	
полдник	Напиток "Снежок"	180	4,86	4,5	19,44	142,2	б/н
	Напиток "Снежок" 2,5% жирности	180/180	4,86	4,5	19,44	142,2	
	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	136,84	792
	Вафли	40/40	1,28	1,12	32,44	136,84	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	6,14	5,62	51,88	279,04	
УЖИН	Оладьи с повидлом	100	8,05	20,86	53,43	432,72	449
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Повидло	20/20	0,08	0	13	50	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,58	
	Дрожжи хлебопекарные	2/2	0,25	0,05	0	1,5	
	Мука пшеничная	25/25	2,58	0,27	17,25	83,5	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27	
	Яйцо	7/7	0,89	0,8	0,05	10,99	
	Чай-заварка	150	0,11	0	10,01	38,85	391
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
	Чай высшего сорта	0,5/0,5	0,1	0	0,02	0,95	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	Бананы	200	1,2	0,2	11,6	54	340
	Бананы	200/200	1,2	0,2	11,6	54	
ИТОГО ЗА УЖИН		450	9,38	21,06	75,04	525,57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1681	54,41	63,36	278,52	1901,49	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3933	128,76	158	638,87	4490,56	
Среднее значение за период		3933	128,76	158	638,87	4490,56	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Бананы	кг	0,2	0,2
2	Вафли	кг	0,04	0,04
3	Вода	л	0,3	0,3
4	Гречневая крупа ядрица	кг	0,035	0,035
5	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,002	0,002
6	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,053	0,053
7	Какао-порошок	кг	0	0
8	Капуста белокочанная	кг	0,078	0,066
9	Картофель	кг	0,08	0,07
10	Крупа манная	кг	0,02	0,02
11	Лук репчатый	кг	0,018	0,015
12	Масло растительное	кг	0,014	0,014
13	Масло сливочное	кг	0,017	0,017
14	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,3	0,3
15	Морковь	кг	0,013	0,011
16	Мука пшеничная	кг	0,03	0,03
17	Напиток "Снежок" 2,5% жирности	л	0,18	0,18
18	Огурцы	кг	0,012	0,012
19	Повидло	кг	0,02	0,02
20	Сахарный песок	кг	0,028	0,028
21	Сметана	кг	0,005	0,005
22	Сок грушевый	л	0,1	0,1
23	Соль поваренная пищевая	кг	0,006	0,006
24	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,008	0,027
25	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
26	Томат-паста	кг	0,004	0,004
27	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,04	0,04
28	Цыпленок-бройлер	кг	0,065	0,057
29	Чай высшего сорта	кг	0	0
30	Яйцо	шт яйца	0,275	0,275

Возрастная категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	<u>Каша вязкая молочная из гречневой крупы</u>	150	6,92	6,26	23,66	178,53	168
	Гречневая крупа ядрица	20/20	2,52	0,66	11,42	61,6	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	<u>Бутерброд с маслом сливочным</u>	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	<u>Кофейный напиток с молоком</u>	160	3,25	2,82	15,92	100,67	395
	Сахарный песок	8,53/8,53	0	0	8,52	32,34	
	Кофейный напиток	1,07/1,07	0,15	0,15	0,16	2,65	
	Вода	53,33/53,33	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	106,67/106,67	3,09	2,67	5,12	57,6	
<u>Сыр (порциями) (Российский)</u>	6	1,39	1,77	0	21,84	15	
Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		361	15,23	14,76	61,77	439,98	
ЗАВТРАК 2	<u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u>	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	1,1	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	<u>Салат из белокочанной капусты</u>	40	0,55	3,03	1,73	36,77	20
	Капуста белокочанная	30/25	0,45	0,02	1,18	7	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Морковь	10/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	<u>Хлеб "Целебный" йодированный</u>	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	<u>Суп картофельный с клецками</u>	150	5,18	4,74	19,26	141,78	85
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98	
	Мука пшеничная	12/12	1,24	0,13	8,28	40,08	
	Морковь	5/4	0,05	0	0,28	1,4	
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92	
	Яйцо	4/4	0,51	0,46	0,03	6,28	
	<u>Птица тушеная в соусе с овощами</u>	150	13,2	16,41	20,47	284,68	302
	Лук репчатый	15/13	0,18	0,03	1,07	5,33	
	Картофель	100/90	1,8	0,36	14,67	69,3	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Мука пшеничная	2/2	0,21	0,02	1,38	6,68	
	Морковь	15/13	0,17	0,01	0,9	4,55	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	Цыпленок-бройлер	50/45	8,19	8,28	0	108,45	
ИТОГО ЗА ОБЕД		530	23,06	24,95	83,66	654,44	
полдник	<u>Пряники</u>	70	0	0	0	0	б/н
	Пряники	70/70	3,36	1,96	54,39	235,06	
	<u>Молоко кипяченое</u>	150	4,35	3,75	7,2	81	400
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	4,35	3,75	7,2	81	
УЖИН	<u>Запеканка из творога</u>	80	16,78	10,83	12,33	216,12	237
	Крупа манная	5,71/5,71	0,59	0,06	4,03	19,03	
	Творог полужирный 9,0% жирности	80/78	14,04	7,02	2,34	131,82	
	Сахарный песок	5,71/5,71	0	0	5,7	21,66	
	Масло растительное	2,29/2,29	0	2,28	0	20,55	
	Яйцо	7,62/7,62	0,97	0,88	0,05	11,96	
	<u>Соус молочный (сладкий)</u>	15	0,67	1,63	4,13	33,68	351
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,58	
	Мука пшеничная	3/3	0,31	0,03	2,07	10,02	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1	
	<u>Чай-заварка</u>	150	0,11	0	10,01	38,85	391
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
	Чай высшего сорта	0,5/0,5	0,1	0	0,02	0,95	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	<u>Груша</u>	160	0,64	0,48	16,48	75,2	б/н
Груша	160/160	0,64	0,48	16,48	75,2		
ИТОГО ЗА УЖИН		405	18,2	12,94	42,95	363,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1616	61,84	56,5	198,48	1559,27	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3793	140,78	133,21	447,98	3577,38	
Среднее значение за период		3793	140,78	133,21	447,98	3577,38	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вода	л	0,353	0,353
2	Гречневая крупа ядрица	кг	0,02	0,02
3	Груша	кг	0,16	0,16
4	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,045	0,045
5	Капуста белокочанная	кг	0,03	0,025
6	Картофель	кг	0,18	0,16
7	Кофейный напиток	кг	0,001	0,001
8	Крупа манная	кг	0,006	0,006
9	Лук репчатый	кг	0,02	0,017
10	Масло растительное	кг	0,008	0,008
11	Масло сливочное	кг	0,016	0,016
12	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,422	0,422
13	Морковь	кг	0,03	0,025
14	Мука пшеничная	кг	0,017	0,017
15	Пряники	кг	0,07	0,07
16	Сахарный песок	кг	0,034	0,034
17	Сок грушевый	л	0,1	0,1
18	Соль поваренная пищевая	кг	0,006	0,006
19	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
20	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
21	Творог полужирный 9,0% жирности	кг	0,08	0,078
22	Томат-паста	кг	0,002	0,002
23	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,04	0,04
24	Цыпленок-бройлер	кг	0,065	0,057
25	Чай высшего сорта	кг	0	0
26	Яйцо	шт яйца	0,29	0,29

Возрастная
категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из ячневой крупы	150	6,39	5,85	25,32	179,54	168
	Крупа ячневая	20/20	2	0,26	13,08	62,6	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Какао с молоком	150	3,01	2,58	14,84	93,34	397
	Какао-порошок	0,5/0,5	0,12	0,07	0,05	1,44	
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4,8	54	
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		351	14,46	14,11	62,35	433,66	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	11	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,89	4,66	5,26	65,63	33
	Лук репчатый	4,5/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Свекла	81/60	0,9	0,06	5,28	25,2	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло растительное	4,5/4,5	0	4,5	0	40,46	
	Рассольник "Ленинградский"	150	3,87	3,74	12,72	100,35	76
	Лук репчатый	4/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Картофель	70/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Крупа рисовая	4/4	0,28	0,04	2,96	13,32	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Морковь	4/3	0,04	0	0,21	1,05	
	Огурец консервированный	15/12	0,34	0	0,16	1,92	
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92	
	Котлета рыбная запеченная	60	10,78	4,19	4,29	98,27	255
	Изделие хлебобулочное "Умница"	8/8	0,64	0,16	4,4	22,4	
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Пикша	130/90	15,48	0,45	0	65,7	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	Яйцо	5/5	0,63	0,57	0,03	7,85	
	Пюре картофельное	120	3,78	2,75	23,15	133,02	321
	Картофель	150/120	2,4	0,48	19,56	92,4	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	40/40	1,16	1	1,92	21,6	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД		580	23,45	16,01	87,62	588,48	
ПОЛДНИК	Булочка "Российская" (масса 60 г)	60	7,15	8,33	41,01	270,38	474
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	4/4	0	0	3,99	15,16	
	Дрожжи хлебопекарные	2/2	0,25	0,05	0	1,5	
	Мука пшеничная	50/50	5,15	0,54	34,5	167	
	Масло растительное	5/5	0	5	0	44,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	30/30	0,87	0,75	1,44	16,2	
	Яйцо	9/9	1,14	1,03	0,06	14,13	
	Кефир	180	5,22	4,5	12,19	114,35	401
	Сахарный песок	4,5/4,5	0	0	4,49	17,06	
	Кефир 2,5% жирности	180/180	5,22	4,5	7,2	95,4	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	12,37	12,83	53,2	384,73	
УЖИН	Салат из кукурузы	40	0,85	0,16	4,33	22,43	12
	Кукуруза, сахарная консервированная	40/36,67	0,85	0,15	4,33	22,43	
	Омлет натуральный	80	7,35	8,1	2,16	111,16	215
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	30,04/30,04	0,87	0,75	1,44	16,22	
	Яйцо	48/48	6,1	5,52	0,34	75,36	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Печенье	60	4,5	7,08	44,94	250,26	789
	Печенье	60/60	4,5	7,08	44,94	250,26	
	Чай-заварка	180	0,13	0	12,01	46,62	391
	Сахарный песок	9,6/9,6	0	0	9,58	36,38	
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
	Вода	180/180	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА УЖИН		400	15,91	15,9	78,52	510,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1671	67,19	58,95	284,59	1937,74	
ИТОГО ЗА ВСЁ ПЕРИОД:		3971	154,11	135,25	631,77	4367,14	
Среднее значение за период		3971	154,11	135,25	631,77	4367,14	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вода	л	0,33	0,33
2	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,002	0,002
3	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,053	0,053
4	Какао-порошок	кг	0	0
5	Картофель	кг	0,22	0,18
6	Кефир 2,5% жирности	л	0,18	0,18
7	Крупа рисовая	кг	0,004	0,004
8	Крупа ячневая	кг	0,02	0,02
9	Кукуруза, сахарная консервированная	кг	0,04	0,039
10	Лук репчатый	кг	0,014	0,01
11	Масло растительное	кг	0,013	0,013
12	Масло сливочное	кг	0,015	0,015
13	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,35	0,35
14	Морковь	кг	0,004	0,003
15	Мука пшеничная	кг	0,05	0,05
16	Огурец консервированный	кг	0,015	0,012
17	Печенье	кг	0,06	0,06
18	Пикша	кг	0,13	0,09
19	Сахарный песок	кг	0,036	0,036
20	Свекла	кг	0,081	0,06
21	Сок грушевый	л	0,1	0,1
22	Соль поваренная пищевая	кг	0,009	0,009
23	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
24	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
25	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,08	0,08
26	Цыпленок-бройлер	кг	0,015	0,012
27	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
28	Яйцо	шт яйца	1,55	1,55

Возрастная
категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с маслом, сахаром	150	4,56	2,68	32,88	172,73	205
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Макаронные изделия	40/40	4,52	0,84	27,84	136,8	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84	
	Чай-заварка	180	0,13	0	12,01	46,62	391
	Сахарный песок	9,6/9,6	0	0	9,58	36,38	
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
Вода	180/180	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		381	9,75	8,36	67,08	380,13	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	11	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат зеленый с огурцами	30	0,31	1,84	0,65	20,42	18
	Капуста белокочанная	18/18	0,32	0,02	0,85	5,04	
	Соль поваренная пищевая	0,5/0,5	0	0	0	0	
	Масло растительное	1,5/1,5	0	1,5	0	13,48	
	Огурцы	12/12	0,1	0,01	0,3	1,68	
	Суп картофельный с крупой (пшено)	150	4,32	4,43	16,01	121,69	80.11
	Лук репчатый	4/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Картофель	80/68	1,36	0,27	11,08	52,36	
	Крупа пшено шлифованное	8/8	0,92	0,26	5,32	27,36	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Морковь	4/3	0,04	0	0,21	1,05	
	Цыпленок-бройлер	15/10	1,82	1,84	0	24,1	
	Плов из птицы	160	10,99	13,86	24,16	266,64	304
	Лук репчатый	8/6	0,08	0,01	0,49	2,48	
	Крупа рисовая	30,01/30,01	2,1	0,3	22,21	99,93	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Морковь	8/6	0,08	0,01	0,41	2,1	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	27,01	
	Цыпленок-бройлер	50,01/42,01	7,65	7,73	0	101,24	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД		530	19,75	20,9	83,02	599,96	
ПОЛДНИК	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	136,84	792
	Вафли	40/40	1,28	1,12	32,44	136,84	
	Напиток "Снежок"	180	4,86	4,5	19,44	142,2	б/н
	Напиток "Снежок" 2,5% жирности	180/180	4,86	4,5	19,44	142,2	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	6,14	5,62	51,88	279,04	
УЖИН	Пюре из овощей	120	3,52	2,2	20,68	117,56	330
	Лук репчатый	20/18	0,25	0,04	1,48	7,38	
	Капуста белокочанная	40/28	0,5	0,03	1,32	7,84	
	Картофель	120/108	2,16	0,43	17,6	83,16	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Морковь	20/18	0,23	0,02	1,24	6,3	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20/20	0,58	0,5	0,96	10,8	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Чай-заварка	180	0,13	0	12,01	46,62	391
	Сахарный песок	9,6/9,6	0	0	9,58	36,38	
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
	Вода	180/180	0	0	0	0	
	сушка простая	60	6,42	0,72	42,72	203,4	791
	Сушки простые	60/60	6,42	0,72	42,72	203,4	
ИТОГО ЗА УЖИН		400	13,16	3,48	90,49	447,98	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1631	49,79	38,46	295,37	1727,11	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3420	96,44	78,79	568,65	3368,07	
Среднее значение за период		3420	96,44	78,79	568,65	3368,07	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вафли	кг	0,04	0,04
2	Вода	л	0,51	0,51
3	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,045	0,045
4	Капуста белокочанная	кг	0,058	0,046
5	Картофель	кг	0,2	0,176
6	Крупа пшено шлифованное	кг	0,008	0,008
7	Крупа рисовая	кг	0,03	0,03
8	Лук репчатый	кг	0,032	0,027
9	Макаронные изделия	кг	0,04	0,04
10	Масло растительное	кг	0,005	0,005
11	Масло сливочное	кг	0,016	0,016
12	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,02	0,02
13	Морковь	кг	0,032	0,027
14	Напиток "Снежок" 2,5% жирности	л	0,18	0,18
15	Огурцы	кг	0,012	0,012
16	Сахарный песок	кг	0,03	0,03
17	Сок грушевый	л	0,1	0,1
18	Соль поваренная пищевая	кг	0,007	0,007
19	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
20	Сушки простые	кг	0,06	0,06
21	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
22	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,08	0,08
23	Цыпленок-бройлер	кг	0,065	0,052
24	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001

Возрастная категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (крупа пшенная)	150	6,69	6,26	25,55	185,33	185
	Крупа пшено шлифованное	20/20	2,3	0,66	13,3	68,4	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84	
	Какао с молоком	150	3,01	2,58	14,84	93,34	397
	Какао-порошок	0,5/0,5	0,12	0,07	0,05	1,44	
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4,8	54		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		351	14,76	14,52	62,58	439,45	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	1,1	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат из моркови	40	0,49	3,04	2,62	40,27	41
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Морковь	40/38	0,49	0,04	2,62	13,3	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	Борщ с капустой и картофелем	150	4,54	4,24	14,82	116,71	57
	Лук репчатый	8/7	0,1	0,01	0,57	2,87	
	Капуста белокочанная	50/45	0,81	0,04	2,12	12,6	
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9	
	Свекла	15/12	0,18	0,01	1,06	5,04	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Томат-паста	1,5/1,5	0,07	0	0,26	1,48	
	Морковь	8/7	0,09	0,01	0,48	2,45	
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сметана	5	0,14	0,5	0,2	5,95	б/н
	Сметана	5/5	0,14	0,5	0,2	5,95	
	Кнели говяжьи с рисом	120	12,82	11,92	26,29	265,09	312
	Говядина, тазобедренная часть (боковой кусок)	50/42	8,48	2,69	0	58,13	
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Крупа рисовая	35/35	2,45	0,35	25,9	116,55	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Яйцо	5/5	0,63	0,57	0,03	7,85	
	Соус томатный	15	0,75	1,3	4,47	33,04	348
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,96	
	Морковь	5/4	0,05	0	0,26	1,4	
	Мука пшеничная	5/5	0,52	0,05	3,45	16,7	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	86	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	22,87	21,77	90,6	652,27	
ПОЛДНИК	Пряники	70	0	0	0	0	б/н
	Пряники	70/70	3,36	1,96	54,39	235,06	
	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	81	400
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	4,35	3,75	7,2	81	
УЖИН	Вареники ленивые отварные	120	17,26	7,75	27,96	254,68	229
	Творог полужирный 9,0% жирности	80/78	14,04	7,02	2,34	131,82	
	Мука пшеничная	30/30	3,09	0,32	20,7	100,2	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Яйцо	6,67/6,67	0,85	0,77	0,05	10,47	
	Соус молочный (сладкий)	15	0,67	1,63	4,13	33,68	351
	Мука пшеничная	3/3	0,31	0,03	2,07	10,02	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,58	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1	
	Чай-заварка	180	0,13	0	12,01	46,62	391
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
	Сахарный песок	9,6/9,6	0	0	9,58	36,38	
	Вода	180/180	0	0	0	0	
	Груша	150	0,6	0,45	15,45	70,5	б/н
	Груша	150/150	0,6	0,45	15,45	70,5	
ИТОГО ЗА УЖИН		465	18,66	9,83	59,55	405,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1656	61,64	49,97	222,83	1598,2	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3788	130,56	112,89	480,48	3485,35	
Среднее значение за период		3788	130,56	112,89	480,48	3485,35	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вода	л	0,33	0,33
2	Говядина, тазобедренная часть (боковой кусок)	кг	0,05	0,042
3	Груша	кг	0,15	0,15
4	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,045	0,045
5	Какао-порошок	кг	0	0
6	Капуста белокочанная	кг	0,05	0,045
7	Картофель	кг	0,08	0,07
8	Крупа пшено шлифованное	кг	0,02	0,02
9	Крупа рисовая	кг	0,035	0,035
10	Лук репчатый	кг	0,018	0,015
11	Масло растительное	кг	0,003	0,003
12	Масло сливочное	кг	0,015	0,015
13	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,415	0,415
14	Морковь	кг	0,053	0,049
15	Мука пшеничная	кг	0,038	0,038
16	Пряники	кг	0,07	0,07
17	Сахарный песок	кг	0,034	0,034
18	Свекла	кг	0,015	0,012
19	Сметана	кг	0,005	0,005
20	Сок грушевый	л	0,1	0,1
21	Соль поваренная пищевая	кг	0,006	0,006
22	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
23	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
24	Творог полужирный 9,0% жирности	кг	0,08	0,078
25	Томат-паста	кг	0,003	0,003
26	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,04	0,04
27	Цыпленок-бройлер	кг	0,015	0,012
28	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
29	Яйцо	шт яйца	0,292	0,292

Возрастная
категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (овсяная крупа)	150	6,86	6,81	24,14	185,33	185
	Крупа овсяная	20/20	2,46	1,22	11,9	68,4	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84	
	Кофейный напиток с молоком	160	3,25	2,82	15,92	100,67	395
	Кофейный напиток	1,07/1,07	0,15	0,15	0,16	2,65	
	Сахарный песок	8,53/8,53	0	0	8,52	32,34	
	Вода	53,33/53,33	0	0	0	0	
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	106,67/106,67	3,09	2,67	5,12	57,6		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		361	15,17	15,31	62,25	446,78	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	1,1	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,36	3,07	1,63	35,4	24
	Лук репчатый	6/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Помидоры (томаты)	20/17	0,1	0,03	0,71	3,38	
	Масло растительное	1/1	0	1	0	8,99	
	Огурцы	30/27	0,22	0,03	0,68	3,78	
	Суп овощной	150	4,18	4,23	13,07	108,08	106
	Фасоль стручковая, Консервы	15/15	0,18	0,02	0,36	2,4	
	Лук репчатый	8/8,5	0,12	0,02	0,7	3,49	
	Капуста белокочанная	35/30	0,54	0,03	1,41	8,4	
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Морковь	8/7	0,09	0,01	0,48	2,45	
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Макаронник с мясом курицы	150	20,11	21,85	28,76	394,1	292
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	Макаронные изделия	40/40	4,52	0,84	27,84	136,8	
	Цыпленок-бройлер	50/45	8,19	8,28	0	108,45	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	10/10	0,29	0,25	0,48	5,4	
	Яйцо	7/7	0,89	0,6	0,05	10,99	
	Соус томатный	15	0,75	1,3	4,47	33,04	348
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Морковь	5/4	0,05	0	0,28	1,4	
	Мука пшеничная	5/5	0,52	0,05	3,45	16,7	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД		555	29,53	31,22	90,13	761,83	
ПОЛДНИК	Печенье	60	4,5	7,08	44,94	250,26	789
	Печенье	60/60	4,5	7,08	44,94	250,26	
	Чай-заварка	180	0,13	0	12,01	46,62	391
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
	Сахарный песок	9,6/9,6	0	0	9,58	36,38	
	Вода	180/180	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	4,63	7,08	56,95	296,88	
УЖИН	Оладьи с повидлом	100	8,05	20,86	53,43	432,72	449
	Дрожжи хлебопекарные	2/2	0,25	0,05	0	1,5	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	Мука пшеничная	25/25	2,58	0,27	17,25	83,5	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Повидло	20/20	0,08	0	13	50	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,58	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27	
	Яйцо	7/7	0,89	0,8	0,05	10,99	
	Чай-заварка	180	0,13	0	12,01	46,62	391
	Чай высшего сорта	0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15	
	Сахарный песок	9,6/9,6	0	0	9,58	36,38	
	Вода	180/180	0	0	0	0	
	Фрукты или ягоды свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,2	338
	Яблоки	160/160	0,64	0,64	15,68	75,2	
ИТОГО ЗА УЖИН		440	8,82	21,5	81,12	554,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1696	59,15	75,21	293,35	2080,03	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3895	134,69	177,93	652,68	4740,14	
Среднее значение за период		3895	134,69	177,93	652,68	4740,14	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вода	л	0,563	0,563
2	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,002	0,002
3	Изделие хлебобулочное "Умница"	кг	0,045	0,045
4	Капуста белокочанная	кг	0,035	0,03
5	Картофель	кг	0,08	0,07
6	Кофейный напиток	кг	0,001	0,001
7	Крупа овсяная	кг	0,02	0,02
8	Лук репчатый	кг	0,024	0,021
9	Макаронные изделия	кг	0,04	0,04
10	Масло растительное	кг	0,014	0,014
11	Масло сливочное	кг	0,017	0,017
12	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,317	0,317
13	Морковь	кг	0,013	0,011
14	Мука пшеничная	кг	0,03	0,03
15	Огурцы	кг	0,03	0,027
16	Печенье	кг	0,06	0,06
17	Повидло	кг	0,02	0,02
18	Помидоры (томаты)	кг	0,02	0,017
19	Сахарный песок	кг	0,039	0,039
20	Сок грушевый	л	0,1	0,1
21	Соль поваренная пищевая	кг	0,005	0,005
22	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
23	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
24	Томат-паста	кг	0,002	0,002
25	Фасоль стручковая, Консервы	кг	0,015	0,015
26	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,04	0,04
27	Цыпленок-бройлер	кг	0,065	0,057
28	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
29	Яблоки	кг	0,16	0,16
30	Яйцо	шт яйца	0,35	0,35

Возрастная категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из ячневой крупы	150	6,39	5,85	25,32	179,54	168
	Крупа ячневая	20/20	2	0,26	13,08	62,8	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81	
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126	
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84	
	Какао с молоком	150	3,01	2,58	14,84	93,34	397
Какао-порошок	0,5/0,5	0,12	0,07	0,05	1,44		
Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32		
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4,8	54		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		351	14,46	14,11	62,35	433,66	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	11	45,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20	
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,89	4,56	5,26	65,63	33
	Лук репчатый	4,5/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Свекла	81/60	0,9	0,06	5,28	25,2	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло растительное	4,5/4,5	0	4,5	0	40,46	
	Суп с макаронными изделиями	150	4,37	3,42	16,66	115,48	82
	Свинина мясная	15/12	1,72	4	0	42,84	
	Лук репчатый	8/7	0,1	0,01	0,57	2,87	
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Морковь	8/7	0,09	0,01	0,48	2,45	
	Макаронные изделия	8/8	0,9	0,17	5,57	27,36	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Гуляш из отварной свинины	80	13,66	8,21	2,89	139,87	246
	Свинина мясная	80/72	10,3	23,98	0	257,04	
	Лук репчатый	10/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Морковь	10/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	4/4	0	4	0	35,96	
	Мука пшеничная	3/3	0,31	0,03	2,07	10,03	
	Каша рассыпчатая (крупа гречневая)	120	4,46	3,61	20,05	130,44	165
	Гречневая крупа ядрица	35/35	4,41	1,15	19,98	107,8	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Соус томатный	15	0,75	1,3	4,47	33,04	348
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Морковь	5/4	0,05	0	0,28	1,4	
	Мука пшеничная	5/5	0,52	0,05	3,45	16,7	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88	
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ОБЕД		616	28,16	21,87	91,53	675,67	
ПОЛДНИК	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	136,84	792
	Вафли	40/40	1,28	1,12	32,44	136,84	
	Кисель из повидла	180	0,11	0	22,68	87,88	383
	Крахмал картофельный	5,01/5,01	0,01	0	3,92	15,69	
	Повидло	20,08/20,08	0,08	0	13,05	50,2	
	Сахарный песок	2,04/2,04	0	0	2,04	7,75	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	1,39	1,12	55,12	224,72	
УЖИН	Запеканка из творога	80	16,78	10,83	12,33	216,12	237
	Крупа манная	5,71/5,71	0,59	0,06	4,03	19,03	
	Творог полужирный 9,0% жирности	80/78	14,04	7,02	2,34	131,82	
	Масло растительное	2,29/2,29	0	2,28	0	20,55	
	Сахарный песок	5,71/5,71	0	0	5,7	21,66	
	Яйцо	7,62/7,62	0,97	0,88	0,05	11,96	
	Соус молочный (сладкий)	15	0,67	1,63	4,13	33,68	351
	Мука пшеничная	3/3	0,31	0,03	2,07	10,02	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,58	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1	
	Чай-заварка	150	0,11	0	10,01	38,85	391
	Чай высшего сорта	0,5/0,5	0,1	0	0,02	0,95	
	Сахарный песок	8/8	0	0	7,98	30,32	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	Груша	160	0,64	0,48	16,48	75,2	б/н
	Груша	160/160	0,64	0,48	16,48	75,2	
ИТОГО ЗА УЖИН		405	18,2	12,94	42,95	363,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1691	63,21	50,14	254,85	1717,9	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4018	148,38	122,59	580,34	4009,85	
Среднее значение за период		4018	148,38	122,59	580,34	4009,85	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "от 1.5 до 3"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Вафли	кг	0,04	0,04
2	Вода	л	0,3	0,3
3	Гречневая крупа ядрица	кг	0,035	0,035
4	Груша	кг	0,16	0,16
5	Изделия хлебобулочные "Умница"	кг	0,045	0,045
6	Какао-порошок	кг	0	0
7	Картофель	кг	0,08	0,07
8	Крахмал картофельный	кг	0,005	0,005
9	Крупа манная	кг	0,006	0,006
10	Крупа ячневая	кг	0,02	0,02
11	Лук репчатый	кг	0,028	0,022
12	Макаронные изделия	кг	0,008	0,008
13	Масло растительное	кг	0,011	0,011
14	Масло сливочное	кг	0,017	0,017
15	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,265	0,265
16	Морковь	кг	0,023	0,019
17	Мука пшеничная	кг	0,011	0,011
18	Повидло	кг	0,02	0,02
19	Сахарный песок	кг	0,036	0,036
20	Свекла	кг	0,081	0,06
21	Свинина мясная	кг	0,095	0,084
22	Сок грушевый	л	0,1	0,1
23	Соль поваренная пищевая	кг	0,008	0,008
24	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,009	0,027
25	Сыр "Российский"	кг	0,006	0,006
26	Творог полужирный 9,0% жирности	кг	0,08	0,078
27	Томат-паста	кг	0,004	0,004
28	Хлеб "Целебный" йодированный	кг	0,04	0,04
29	Чай высшего сорта	кг	0	0
30	Яйцо	шт яйца	0,19	0,19

Возрастная категория: Дети от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (крупа рисовая)	160	5,79	5,79	27,05	183,52	185	
	Крупа рисовая	20/20	1,4	0,2	14,8	66,6		
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0		
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32		
	Сахарный песок	3,75/3,75	0	0	3,74	14,21		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	7,2	81		
	Бутерброд с маслом сливочным	45	3,67	3,91	22,19	138,94	1	
	Изделие хлебобулочное "Умница"	45/45	3,6	0,9	24,75	126		
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56		
	Сыр (порциями) (Российский)	6	1,39	1,77	0	21,84	15	
	Сыр "Российский"	6/6	1,39	1,77	0	21,84		
	Кофейный напиток с молоком	160	3,25	2,82	15,92	100,67	395	
	Кофейный напиток	1,07/1,07	0,15	0,15	0,16	2,65		
	Сахарный песок	8,53/8,53	0	0	8,52	32,34		
	Вода	53,33/53,33	0	0	0	0		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	106,67/106,67	3,09	2,67	5,12	57,6		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		361	14,1	14,29	65,16	444,97		
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1	0,1	2,9	20	389	
	Сок грушевый	100/100	0,4	0,3	1,1	45,5		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1	0,1	2,9	20		
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	40	0,55	3,03	1,73	36,77	20	
	Капуста белокочанная	30/25	0,45	0,02	1,18	7		
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0		
	Морковь	10/8	0,1	0,01	0,55	2,8		
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97		
	Суп картофельный с крупой (гречка)	150	4,41	4,43	15,3	119,15	80	
	Лук репчатый	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64		
	Гречневая крупа ядрица	8/8	1,01	0,26	4,57	24,64		
	Картофель	80/70	1,4	0,28	11,41	53,9		
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0		
	Морковь	5/4	0,05	0	0,28	1,4		
	Цыпленок-бройлер	15/12	2,18	2,21	0	28,92		
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49		
	Пудинг рыбный запеченный	60	8,62	3,36	3,7	79,7	269	
	Изделие хлебобулочное "Умница"	6,75/6,75	0,54	0,14	3,71	18,91		
	Лук репчатый	7,53/6	0,08	0,01	0,49	2,46		
	Пикша	130/90	15,48	0,45	0	65,7		
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0	0		
	Масло растительное	2,25/2,25	0	2,25	0	20,26		
	Яйцо	3,75/3,75	0,48	0,43	0,03	5,89		
	Картофель в молоке	120	3,82	3,98	23,17	144,34	319	
	Картофель	150/120	2,4	0,48	19,56	92,4		
	Соль поваренная пищевая	2/2	0	0	0	0		
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	40/40	1,16	1	1,92	21,6		
	Хлеб "Целебный" йодированный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	б/н	
	Хлеб "Целебный" йодированный	40/40	2,8	0,4	18,4	88		
	Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,21	27,12	110,81	376	
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74		
	Сухофрукты (ассорти)	9/27	1,05	0,22	17,14	72,9		
	Вода	150/150	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	21,53	15,57	86,1	571,17		
ПОЛДНИК	Булочка "Российская" (масса 60 г)	60	7,15	8,33	41,01	270,38	474	
	Дрожжи хлебопекарные	2/2	0,25	0,05	0	1,5		
	Масло растительное	5/5	0	5	0	44,95		
	Мука пшеничная	50/50	5,15	0,54	34,5	167		
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32		
	Сахарный песок	4/4	0	0	3,99	15,16		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	30/30	0,87	0,75	1,44	16,2		
	Яйцо	9/9	1,14	1,03	0,06	14,13		
	Кефир	100	2,9	2,5	6,77	63,53	401	
	Сахарный песок	2,5/2,5	0	0	2,5	9,48		
	Кефир 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4	53		
	Фрукты или ягоды свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,2	338	
	Яблоки	160/160	0,64	0,64	15,68	75,2		
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	10,69	11,47	63,46	409,11	
	УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	160	6,63	5,4	26,15	179,67	93
Макаронные изделия		20/20	2,26	0,42	13,92	68,4		
Масло сливочное		2/2	0,03	1,23	0,03	11,32		
Сахарный песок		5/5	0	0	4,99	18,95		
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности		150/150	4,35	3,75	7,2	81		
Печенье		70	5,25	8,26	52,43	291,97	789	
Печенье		70/70	5,25	8,26	52,43	291,97		
Чай-заварка		180	0,13	0	12,01	46,62	391	
Чай высшего сорта		0,6/0,6	0,12	0	0,02	1,15		
Сахарный песок		9,6/9,6	0	0	9,58	36,38		
Вода		180/180	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА УЖИН		400	12,01	13,66	90,59	518,26		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1741	59,33	55,09	308,21	1963,51		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4223	148,6	137,71	684,89	4577,36		
Среднее значение за период		4223	148,6	137,71	684,89	4577,36		