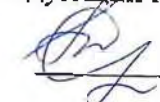


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
комбинированного вида №5

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №5

 В.А. Романова

Пр. 37 от 01.02 2021г.

## Основное меню

(возрастная группа 1,5 - 3 года)

зимний период

Ст.Кущевская

2021 г.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
(подпись)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

\_\_\_\_\_  
(подпись)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

День: День 1  
Сезон:  
Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>7,92</b>	<b>6,98</b>	<b>35,10</b>	<b>239,77</b>	<b>0,12</b>	<b>0,18</b>	<b>0,68</b>	<b>149,82</b>	<b>1,48</b>
94	<b>Суп молочный с крупой</b>	150	3,99	4,62	15,24	115,90	0,08	0,15	0,63	132,14	0,48
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,92	0,02	0,03	8,49	0,00	0,00	0,00	0,44	0,01
	Сахарный песок	1,2/1,2	0,00	0,00	1,20	4,55	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00
	Крупа пшено шлифованное	13,5/13,5	0,45	1,55	8,98	46,17	0,06	0,01	0,00	3,65	0,37
	Вода	45/45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,03	0,00
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	105/105	2,62	3,04	5,04	56,70	0,02	0,14	0,63	126,00	0,11
1.1	<b>Бутерброды с маслом</b>	35	3,93	2,26	13,46	98,65	0,05	0,03	0,00	8,09	0,57
	Масло сливочное	5,95/5,95	3,66	0,08	0,10	33,68	0,00	0,01	0,00	1,73	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	27,65/27,65	0,28	2,18	13,35	64,98	0,04	0,02	0,00	6,36	0,55
392	<b>Чай с сахаром</b>	160	0,00	0,10	6,40	25,22	0,00	0,00	0,05	9,60	0,43
	Вода	26,32/26,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,68	0,00
	Сахарный песок	6,4/6,4	0,00	0,00	6,39	24,26	0,00	0,00	0,00	0,19	0,02
	Вода	27,29/27,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,23	0,00
	Чай высшего сорта	0,63/0,63	0,00	0,13	0,03	1,21	0,00	0,01	0,06	3,13	0,52
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,00</b>	<b>16,00</b>	<b>2,20</b>
368	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		<b>21,30</b>	<b>16,23</b>	<b>69,64</b>	<b>538,02</b>	<b>0,40</b>	<b>0,26</b>	<b>37,25</b>	<b>100,11</b>	<b>6,96</b>
71	<b>Щи из квашеной капусты с картофелем</b>	170	3,52	1,55	6,43	65,31	0,05	0,03	18,45	23,66	0,65
	Капуста белокочанная, квашеная	48,62/34	0,03	0,61	1,02	7,82	0,01	0,01	10,20	16,32	0,20
	Картофель	22,61/17	0,07	0,34	2,77	13,09	0,02	0,01	3,40	1,70	0,15
	Лук репчатый	8,16/6,8	0,01	0,10	0,56	2,79	0,00	0,00	0,68	2,11	0,05
	Морковь	8,5/6,8	0,01	0,09	0,47	2,38	0,00	0,01	0,34	1,84	0,05
	Масло подсолнечное	3,4/3,4	3,40	0,00	0,00	30,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Томатная паста. Консервы	8,5/8,5	0,00	0,41	1,62	8,67	0,01	0,01	3,83	1,70	0,20

317	<b>Макаронные изделия отварные</b>	100	3,01	3,68	17,63	112,30	0,06	0,06	10,16	12,38	0,83
	Масло сливочное	3,5/3,5	2,15	0,05	0,06	19,81	0,00	0,01	0,00	1,02	0,01
	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	29,1/29,1	0,61	3,29	20,25	99,52	0,05	0,02	0,00	6,98	0,61
288	<b>Фрикадельки мясные в соусе</b>	60	12,55	5,95	4,92	156,72	0,17	0,10	1,12	25,42	0,89
	Лук репчатый	2,25/1,87	0,00	0,03	0,15	0,77	0,00	0,00	0,19	0,58	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	4,5/4,5	0,04	0,36	2,17	10,58	0,01	0,00	0,00	1,04	0,09
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	6/6	0,15	0,17	0,29	3,24	0,00	0,01	0,04	7,20	0,01
	Свинина мясная	37,13/27,53	9,17	3,94	0,00	98,27	0,14	0,04	0,00	1,93	0,47
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,92	0,02	0,03	8,49	0,00	0,00	0,00	0,44	0,00
	Яйцо	7,2/7,2	0,83	0,91	0,05	11,30	0,01	0,03	0,00	3,96	0,18
	Лук репчатый	7,14/6	0,01	0,08	0,49	2,46	0,00	0,00	0,60	1,86	0,05
	Томатная паста, Консервы	0,6/0,6	0,00	0,03	0,11	0,61	0,00	0,00	0,27	0,12	0,01
	Масло сливочное	0,6/0,6	0,37	0,01	0,01	3,40	0,00	0,00	0,00	0,17	0,00
	Пшеничная мука, первого сорта	2,02/2,02	0,03	0,22	1,37	6,66	0,01	0,00	0,00	0,49	0,04
	Соль поваренная пищевая	0,22/0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,01
	Вода	20,25/20,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,91	0,00
	Сметана 15,0% жирности	6,75/6,75	1,01	0,18	0,24	10,94	0,00	0,01	0,03	5,94	0,01
34	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b>	40	1,67	0,67	3,28	30,84	0,02	0,02	3,92	11,17	0,52
	Яблоки	8,16/7,2	0,03	0,03	0,71	3,38	0,00	0,00	0,72	1,15	0,16
	Лук репчатый	2,4/2	0,00	0,03	0,16	0,82	0,00	0,00	0,20	0,62	0,02
	Свекла	25,6/20	0,02	0,30	1,76	8,40	0,00	0,01	2,00	7,40	0,28
	Масло подсолнечное	1,6/1,6	1,60	0,00	0,00	14,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Горошек зеленый, Консервы	15,4/10	0,02	0,31	0,65	4,00	0,01	0,01	1,00	2,00	0,07
399.4	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	180	0,00	0,90	18,18	76,00	0,02	0,02	3,60	12,60	2,52
	Сок яблочный	180/180	0,00	0,90	18,18	76,00	0,02	0,02	3,60	12,60	2,52
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>		6,48	8,74	35,41	238,54	0,13	0,25	0,45	200,16	1,06
473	<b>Булочка "Веснушка"</b>	50	2,73	4,39	29,11	157,54	0,10	0,05	0,00	14,16	0,91
	Соль поваренная пищевая	0,36/0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,33	0,01
	Изюм	1,79/1,79	0,01	0,05	1,18	4,73	0,00	0,00	0,00	1,43	0,05
	Масло сливочное	3,21/3,21	1,97	0,04	0,05	18,17	0,00	0,00	0,00	0,93	0,01
	Сахарный песок	3,57/3,57	0,00	0,00	3,56	13,53	0,00	0,00	0,00	0,11	0,01
	Пшеничная мука, первого сорта	35/35	0,52	3,88	23,73	115,15	0,09	0,03	0,00	8,40	0,74
	Пшеничная мука, первого сорта	0,71/0,71	0,01	0,08	0,48	2,34	0,00	0,00	0,00	0,17	0,02
	Дрожжи прессованные	1,07/1,07	0,03	0,14	0,09	1,17	0,01	0,01	0,00	0,29	0,03
	Яйцо	1,57/1,57	0,18	0,20	0,01	2,46	0,00	0,01	0,00	0,86	0,04
	Вода	14,3/14,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,64	0,00
401.3	<b>Ряженка</b>	150	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15
	Ряженка 2,5% жирности	154,17/150	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15
	<b>Итого за день</b>		<b>36,10</b>	<b>32,35</b>	<b>149,95</b>	<b>1063,33</b>	<b>0,68</b>	<b>0,70</b>	<b>48,38</b>	<b>466,09</b>	<b>11,70</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)										
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
1	ЗАВТРАК	7,92	6,98	35,10	239,78	0,12	0,18	0,68	149,82	1,48
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
3	ОБЕД	21,30	16,22	69,63	538,02	0,40	0,26	37,25	100,11	6,96
4	ПОЛДНИК	6,48	8,75	35,41	238,55	0,13	0,25	0,45	200,16	1,06
	<b>Итого</b>	<b>36,10</b>	<b>32,34</b>	<b>149,94</b>	<b>1063,34</b>	<b>0,68</b>	<b>0,70</b>	<b>48,38</b>	<b>466,09</b>	<b>11,70</b>

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 (Ф.И.О.)  
 (дата)

\_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 (Ф.И.О.)  
 (дата)

День: День 2

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		13,59	21,41	23,23	297,55	0,17	0,41	5,69	160,70	2,11
247	<b>Рыба, тушеная с овощами</b>	120	6,72	12,44	3,96	127,01	0,11	0,11	4,72	44,24	1,00
	Минтай	98,4/73,5	0,66	11,69	0,00	52,92	0,08	0,08	0,37	29,40	0,59
	Лук репчатый	16,5/13,5	0,03	0,19	1,11	5,54	0,01	0,00	1,35	4,19	0,11
	Морковь, красная	42/33	0,03	0,43	2,28	11,55	0,02	0,02	1,65	6,91	0,23
	Масло подсолнечное	6/6	5,99	0,00	0,00	53,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	25,5/25,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,15	0,00
	Томатная паста. Консервы	3/3	0,00	0,14	0,57	3,06	0,00	0,01	1,35	0,60	0,07
213	<b>Яйца вареные</b>	40	4,60	5,08	0,28	63,00	0,03	0,18	0,00	22,00	1,00
	Яйцо	40/40	4,60	5,08	0,28	62,80	0,03	0,18	0,00	22,00	1,00
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	150	2,08	2,39	9,81	66,96	0,03	0,12	0,98	94,23	0,09
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,22	0,21	0,22	3,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	90/90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,05	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	75/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,03	0,11	0,98	90,00	0,08
701.3	<b>Хлеб пшеничный</b>	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Хлеб пшеничный	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,04	0,00	0,00	4,37	0,36
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
368	<b>Плоды и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		19,96	15,99	67,10	516,59	0,45	0,30	56,24	135,77	7,23
59	<b>Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)</b>	170	4,86	2,45	11,54	100,96	0,07	0,07	27,46	49,59	1,19
	Сметана 15,0% жирности	8,5/8,5	1,27	0,22	0,31	13,77	0,00	0,01	0,03	7,48	0,02
	Свекла	42,5/34	0,03	0,51	2,99	14,28	0,01	0,01	3,40	12,58	0,48
	Лук репчатый	2,55/2,21	0,00	0,03	0,18	0,91	0,00	0,00	0,22	0,69	0,02
	Пшеничная мука, первого сорта	1,19/1,19	0,02	0,13	0,81	3,92	0,00	0,00	0,00	0,29	0,03
	Капуста белокочанная	42,5/34	0,03	0,61	1,60	9,52	0,01	0,01	15,30	16,32	0,20
	Картофель	28,56/21,25	0,08	0,42	3,46	16,36	0,03	0,02	4,25	2,13	0,19
	Морковь, красная	10,71/8,5	0,01	0,11	0,59	2,98	0,01	0,01	0,43	2,30	0,06
	Масло подсолнечное	3,4/3,4	3,40	0,00	0,00	30,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	136/136	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,12	0,00
	Томатная паста. Консервы	8,5/8,5	0,00	0,41	1,62	8,67	0,01	0,01	3,83	1,70	0,20

287	<b>Тфтели мясные (2-й вариант)</b>	60	13,22	6,31	5,00	164,39	0,20	0,09	0,56	11,85	0,94
	Масло сливочное	1,13/1,13	0,69	0,01	0,02	6,38	0,00	0,00	0,00	0,33	0,00
	Масло сливочное	1,13/1,13	0,69	0,01	0,02	6,38	0,00	0,00	0,00	0,33	0,00
	Лук репчатый	6,75/5,63	0,01	0,08	0,46	2,31	0,00	0,00	0,56	1,75	0,05
	Пшеничная мука, первого сорта	1,87/1,87	0,03	0,21	1,27	6,16	0,01	0,00	0,00	0,45	0,04
	Рис, зерно продовольственное	5,1/5,1	0,13	0,38	3,18	15,45	0,02	0,00	0,00	2,04	0,11
	Соль пищевая йодированная	0,6/0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Свинина мясная	41,46/32,34	10,77	4,62	0,00	115,45	0,17	0,05	0,00	2,26	0,55
	Яйцо	7,8/7,8	0,90	0,99	0,05	12,25	0,01	0,03	0,00	4,29	0,20
	Вода	3/3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14	0,00
	Вода	6/6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,27	0,00
54	<b>Икра свекольная или морковная</b>	120	1,33	3,30	17,78	98,34	0,08	0,10	26,42	48,30	2,27
	Сахарный песок	1,44/1,44	0,00	0,00	1,44	5,46	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00
	Свекла	122,52/96	0,10	1,44	8,45	40,32	0,02	0,04	9,60	35,52	1,34
	Лук репчатый	23,52/19,8	0,04	0,28	1,62	8,12	0,01	0,00	1,98	6,14	0,16
	Масло подсолнечное	1,2/1,2	1,20	0,00	0,00	10,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Томатная паста. Консервы	33/33	0,00	1,58	6,27	33,66	0,05	0,06	14,85	6,60	0,76
382я	<b>Кисель из сока натурального</b>	150	0,00	0,45	13,58	55,05	0,02	0,02	1,80	11,16	1,28
	Сахарный песок	4,5/4,5	0,00	0,00	4,49	17,06	0,00	0,00	0,00	0,14	0,01
	Крахмал	7,5/7,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	105/105	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,73	0,00
	Сок яблочный	90/90	0,00	0,45	9,09	38,00	0,01	0,01	1,80	6,30	1,26
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>		16,38	19,89	37,48	375,58	0,14	0,52	1,53	362,86	1,35
241	<b>Зразы из творога с изюмом</b>	120	10,87	14,09	27,35	260,95	0,10	0,25	0,35	126,18	1,14
	Масло подсолнечное	2,77/2,77	2,77	0,00	0,00	24,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Пшеничная мука, первого сорта	12,92/12,92	0,19	1,43	8,76	42,52	0,03	0,01	0,00	3,10	0,27
	Пшеничная мука, первого сорта	6,46/6,46	0,10	0,72	4,38	21,24	0,02	0,01	0,00	1,55	0,14
	Изюм	7,2/7,2	0,04	0,21	4,75	19,02	0,01	0,01	0,00	5,76	0,22
	Творог	66,24/61,92	5,57	10,34	1,24	96,16	0,03	0,19	0,31	101,55	0,25
	Яйцо	7,38/7,38	0,85	0,94	0,05	11,59	0,01	0,03	0,00	4,06	0,18
	Сахарный песок	6,46/6,46	0,00	0,00	6,44	24,47	0,00	0,00	0,00	0,19	0,02
	Сметана 15,0% жирности	1,85/1,85	0,28	0,05	0,07		0,00	0,00	0,01	1,63	0,00
	Пшеничная мука, первого сорта	2,08/2,08	0,03	0,23	2,99	6,83	0,01	0,00	0,00	0,50	0,04
	Соль поваренная пищевая	0,22/0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,82	0,01
	Вода	20,77/20,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,94	0,00
	Сметана 15,0% жирности	6,92/6,92	1,04	0,18	0,25	11,22	0,00	0,01	0,03	6,09	0,01
350	<b>Соус молочный (для подачи к блюду)</b>	15	0,79	0,31	1,06	12,57	0,00	0,01	0,05	9,88	0,03
	Масло сливочное	0,82/0,82	0,51	0,01	0,01	4,67	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00
	Сахарный песок	0,15/0,15	0,00	0,00	0,15	0,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,44	0,00
	Пшеничная мука, первого сорта	0,82/0,82	0,01	0,09	0,56	2,71	0,00	0,00	0,00	0,20	0,02
	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	7,5/7,5	0,26	0,22	0,35	4,72	0,00	0,01	0,05	9,06	0,01
	Вода	7,5/7,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,34	0,00
400	<b>Молоко кипяченое</b>	180	4,72	5,49	9,07	102,06	0,04	0,25	1,13	226,80	0,18
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	189/189	4,72	5,48	9,07	102,06	0,04	0,25	1,13	226,80	0,19
	<b>Итого за день</b>		<b>50,33</b>	<b>57,69</b>	<b>137,61</b>	<b>1235,72</b>	<b>0,79</b>	<b>1,25</b>	<b>73,46</b>	<b>675,33</b>	<b>12,88</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)										
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	B1, мг	B2, мг	C, мг	Ca, мг	Fe, мг
1	ЗАВТРАК	13,60	21,41	23,23	297,55	0,21	0,41	5,69	164,84	2,45
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
3	ОБЕД	19,97	15,99	67,10	515,59	0,45	0,30	56,24	135,77	7,23
4	ПОЛДНИК	16,37	19,89	37,48	375,58	0,14	0,52	1,53	362,86	1,35
	<b>Итого</b>	<b>50,34</b>	<b>57,69</b>	<b>137,61</b>	<b>1235,73</b>	<b>0,82</b>	<b>1,25</b>	<b>73,46</b>	<b>679,47</b>	<b>13,22</b>

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(подпись)

(подпись)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

День: День 3

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>10,37</b>	<b>10,38</b>	<b>47,35</b>	<b>323,78</b>	<b>0,14</b>	<b>0,19</b>	<b>8,63</b>	<b>130,28</b>	<b>1,36</b>
92	<b>Суп молочный манный</b>	160	3,95	5,15	21,87	143,52	0,05	0,03	7,44	7,34	0,40
	Масло сливочное	1,28/1,28	0,79	0,02	0,02	7,24	0,00	0,00	0,00	0,37	0,00
	Сахарный песок	4,8/4,8	0,00	0,00	4,79	18,19	0,00	0,00	0,00	0,14	0,01
	Крупа манная	16/16	0,16	1,65	11,30	53,28	0,02	0,01	0,00	3,20	0,16
	Вода	48/48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,16	0,00
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	120/120	3,00	3,48	5,76	64,80	0,02	0,16	0,72	144,00	0,12
397	<b>Какао с молоком</b>	150	2,49	2,97	12,02	81,61	0,05	0,14	1,19	114,86	0,39
	Сахарный песок	7,5/7,5	0,00	0,00	7,48	28,42	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Какао-порошок	1,28/1,28	0,19	0,31	0,13	3,68	0,00	0,00	0,00	1,63	0,28
	Вода	66,66/66,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	91,67/91,67	2,29	2,66	4,40	49,50	0,04	0,14	1,19	110,00	0,09
1.1	<b>Бутерброды с маслом</b>	35	3,93	2,26	13,46	98,65	0,05	0,03	0,00	8,09	0,57
	Масло сливочное	5,95/5,95	3,66	0,08	0,10	33,68	0,00	0,01	0,00	1,73	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	27,65/27,65	0,28	2,18	13,35	64,98	0,04	0,02	0,00	6,36	0,55
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>3,75</b>	<b>4,35</b>	<b>6,00</b>	<b>79,50</b>	<b>0,06</b>	<b>0,26</b>	<b>1,05</b>	<b>180,00</b>	<b>0,15</b>
401	<b>Кефир</b>	150	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
	Кефир 2,5% жирности	154,17/150	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
	<b>ОБЕД</b>		<b>15,09</b>	<b>18,08</b>	<b>62,15</b>	<b>455,21</b>	<b>0,30</b>	<b>0,24</b>	<b>32,08</b>	<b>93,66</b>	<b>4,06</b>
34	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b>	40	1,67	0,67	3,28	30,84	0,02	0,02	3,92	11,17	0,52
	Свекла	25,6/20	0,02	0,30	1,76	8,40	0,00	0,01	2,00	7,40	0,28
	Лук репчатый	2,4/2	0,00	0,03	0,16	0,82	0,00	0,00	0,20	0,62	0,02
	Яблоки	8,16/7,2	0,03	0,03	0,71	3,38	0,00	0,00	0,72	1,15	0,16
	Масло подсолнечное	1,6/1,6	1,60	0,00	0,00	14,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Горошек зеленый. Консервы	15,4/10	0,02	0,31	0,65	4,00	0,01	0,01	1,00	2,00	0,07
81	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	150	3,29	3,52	12,27	91,33	0,05	0,03	6,98	12,41	0,42
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,52	0,04
	Лук репчатый	7,2/6	0,01	0,08	0,49	2,46	0,00	0,00	0,60	1,86	0,05
	Картофель	40,05/30	0,12	0,60	4,89	23,10	0,04	0,02	6,00	3,00	0,27
	Морковь	9,6/7,5	0,01	0,10	0,52	2,62	0,00	0,01	0,38	2,03	0,05
	Горох (очищенный)	12,15/12	0,14	2,76	6,40	36,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Масло подсолнечное	3/3	3,00	0,00	0,00	26,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00



277	<b>Гуляш из отварного мяса</b>	60	6,11	7,73	1,97	93,75	0,02	0,05	0,41	13,95	0,59
	Масло сливочное	1,87/1,87	1,15	0,02	0,03	10,60	0,00	0,00	0,00	0,54	0,01
	Говядина 1 кат.	65,63/48,37	7,74	9,00	0,00	105,45	0,03	0,07	0,00	4,35	1,31
	Лук репчатый	6,37/5,25	0,01	0,07	0,43	2,15	0,00	0,00	0,53	1,63	0,04
	Пшеничная мука, первого сорта	1,5/1,5	0,02	0,17	1,02	4,93	0,00	0,00	0,00	0,36	0,03
	Морковь, красная	7,13/5,63	0,01	0,07	0,39	1,97	0,00	0,00	0,28	1,52	0,04
	Отвар овощной	0/19,87	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Томатная паста. Консервы	2,25/2,25	0,00	0,11	0,43	2,30	0,00	0,00	1,01	0,45	0,05
321	<b>Пюре картофельное</b>	120	3,47	2,65	17,70	113,02	0,13	0,11	20,77	34,22	0,96
	Масло сливочное	4,2/4,2	2,58	0,05	0,07	23,77	0,00	0,01	0,00	1,22	0,01
	Картофель	136,8/102,6	0,41	2,05	16,72	79,00	0,12	0,07	20,52	10,26	0,92
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	18,96/18,96	0,47	0,55	0,91	10,24	0,01	0,03	0,25	22,75	0,02
376	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	150	0,00	0,03	7,73	29,42	0,00	0,00	0,00	7,04	0,02
	Смесь сухофруктов	12/12	0,00	0,04	1,74	6,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Вода	52,25/152,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,85	0,00
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>		5,10	9,02	32,91	212,28	0,09	0,21	1,07	134,90	0,62
458я	<b>Ватрушки</b>	50	3,02	6,63	23,10	145,32	0,06	0,09	0,10	40,67	0,53
	Масло подсолнечное	0,18/0,18	0,18	0,00	0,00	1,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Пшеничная мука, первого сорта	1,25/1,25	0,02	0,14	0,84	4,10	0,00	0,00	0,00	0,30	0,03
	Яйцо	1,07/1,07	0,12	0,14	0,01	1,68	0,00	0,01	0,00	0,59	0,03
	Пшеничная мука, первого сорта	0,86/0,86	0,01	0,10	0,58	2,82	0,00	0,00	0,00	0,21	0,02
	Творог	19,61/19,42	1,75	3,24	0,39	30,15	0,01	0,06	0,10	31,84	0,08
	Яйцо	0,86/0,86	0,10	0,11	0,01	1,35	0,00	0,00	0,00	0,47	0,02
	Сахарный песок	1,07/1,07	0,00	0,00	1,07	4,06	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00
	Пшеничная мука, высшего сорта	26,23/26,23	0,34	2,83	18,33	87,59	0,05	0,01	0,00	4,72	0,32
	Соль поваренная пищевая	0,41/0,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,53	0,01
	Вода	12,43/12,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,56	0,00
	Масло сливочное	0,79/0,79	0,48	0,01	0,01	4,46	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00
	Сахарный песок	1,82/1,82	0,00	0,00	1,82	6,91	0,00	0,00	0,00	0,06	0,01
	Дрожжи прессованные	0,46/0,46	0,01	0,06	0,04	0,50	0,00	0,00	0,00	0,12	0,02
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	150	2,08	2,39	9,81	66,96	0,03	0,12	0,98	94,23	0,09
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,22	0,21	0,22	3,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	90/90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,05	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	75/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,03	0,11	0,98	90,00	0,08
	<b>Итого за день</b>		<b>34,31</b>	<b>41,83</b>	<b>148,41</b>	<b>1070,77</b>	<b>0,58</b>	<b>0,90</b>	<b>42,83</b>	<b>538,84</b>	<b>6,19</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)											
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	B1, мг	B2, мг	C, мг	Ca, мг	Fe, мг	
1	ЗАВТРАК	10,38	10,38	47,35	323,79	0,14	0,19	8,63	130,28	1,36	
2	ЗАВТРАК 2	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15	
3	ОБЕД	15,09	18,09	62,14	455,21	0,30	0,24	32,08	93,66	4,06	
4	ПОЛДНИК	5,11	9,02	32,92	212,28	0,09	0,21	1,07	134,90	0,62	
	<b>Итого</b>	<b>34,32</b>	<b>41,84</b>	<b>148,40</b>	<b>1070,77</b>	<b>0,58</b>	<b>0,90</b>	<b>42,83</b>	<b>538,84</b>	<b>6,19</b>	

СОГЛАСОВАНО

\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

День: День 4

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>25,15</b>	<b>19,52</b>	<b>31,25</b>	<b>430,11</b>	<b>0,13</b>	<b>0,60</b>	<b>1,27</b>	<b>309,89</b>	<b>3,08</b>
216	<b>Омлет с сыром</b>	100	17,34	14,30	3,54	228,36	0,07	0,47	0,43	205,74	2,18
	Сыр "Российский"	10/10	2,95	2,32	0,00	36,40	0,00	0,03	0,07	88,00	0,10
	Масло сливочное	3/3	1,84	0,04	0,05	16,98	0,00	0,00	0,00	0,87	0,01
	Масло сливочное	3/3	1,84	0,04	0,05	16,98	0,00	0,00	0,00	0,87	0,01
	Яйцо	80/80	9,20	10,16	0,56	125,60	0,06	0,35	0,00	44,00	2,00
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	60/60	1,50	1,74	2,88	32,40	0,01	0,08	0,36	72,00	0,06
47	<b>Салат из квашеной капусты</b>	40	2,00	0,74	2,31	30,52	0,00	0,00	0,36	1,12	0,03
	Капуста квашеная	40/38	0,00	0,68	2,01	11,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Лук репчатый	4,8/3,6	0,01	0,05	0,30	1,48	0,00	0,00	0,36	1,12	0,03
	Масло растительное	2/2	2,00	0,00	0,00	17,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1.1	<b>Бутерброды с маслом</b>	35	3,93	2,26	13,46	98,65	0,05	0,03	0,00	8,09	0,57
	Масло сливочное	5,95/5,95	3,66	0,08	0,10	33,68	0,00	0,01	0,00	1,73	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	27,65/27,65	0,28	2,18	13,35	64,98	0,04	0,02	0,00	6,36	0,55
394	<b>Чай с молоком или сливками</b>	150	1,88	2,22	11,94	72,58	0,02	0,11	0,48	94,95	0,30
	Вода	50/50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,25	0,00
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	76,67/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,02	0,10	0,45	90,00	0,08
	Сахарный песок	8,34/8,34	0,00	0,00	8,32	31,61	0,00	0,00	0,00	0,25	0,03
	Вода	27,01/27,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,22	0,00
	Чай высшего сорта	0,63/0,63	0,00	0,13	0,03	1,19	0,00	0,01	0,06	3,09	0,51
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,00</b>	<b>16,00</b>	<b>2,20</b>
368	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		<b>33,58</b>	<b>27,49</b>	<b>65,41</b>	<b>671,66</b>	<b>0,60</b>	<b>0,33</b>	<b>25,57</b>	<b>87,67</b>	<b>5,52</b>
77	<b>Суп картофельный</b>	170	2,02	1,72	13,50	79,36	0,10	0,07	16,32	17,85	0,83
	Морковь, красная	8,5/6,8	0,01	0,09	0,47	2,38	0,00	0,01	0,34	1,84	0,05
	Соль поваренная пищевая	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,26	0,05
	Лук репчатый	8,16/6,8	0,01	0,10	0,56	2,79	0,00	0,00	0,68	2,11	0,05
	Картофель	102/76,5	0,31	1,53	12,47	58,90	0,09	0,05	15,30	7,65	0,69
	Масло подсолнечное	1,7/1,7	1,70	0,00	0,00	15,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00



121	<b>Фрикадельки мясные</b>	50	14,12	6,44	0,44	154,70	0,22	0,08	0,50	7,03	0,84
	Соль поваренная пищевая	0,05/0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00
	Свинина мясная	50/41	13,65	5,86	0,00	146,37	0,21	0,06	0,00	2,87	0,70
	Лук репчатый	5,95/5	0,01	0,07	0,41	2,05	0,00	0,00	0,50	1,55	0,04
	Яйцо	4/4	0,46	0,51	0,03	6,28	0,00	0,02	0,00	2,20	0,10
	Вода	5/5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00
304я	<b>Плов из птицы</b>	170	14,13	15,25	21,20	273,77	0,19	0,14	4,95	26,83	1,75
	Бройлеры (цыплята) 1 кат.	111,35/66,81	10,76	12,49	0,00	146,98	0,06	0,10	1,34	9,35	0,87
	Лук репчатый	8,91/7,29	0,01	0,10	0,60	2,99	0,00	0,00	0,73	2,26	0,06
	Рис, зерно продовольственное	30,6/30,6	0,80	2,30	19,06	92,72	0,10	0,02	0,00	12,24	0,64
	Морковь	8,5/6,8	0,01	0,09	0,47	2,38	0,00	0,01	0,34	1,84	0,05
	Масло растительное	2,55/2,55	2,55	0,00	0,00	22,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Томатная паста. Консервы	5,66/5,66	0,00	0,27	1,08	5,77	0,01	0,01	2,55	1,13	0,13
33	<b>Салат из свеклы</b>	40	2,76	0,57	3,34	37,56	0,01	0,02	3,80	14,06	0,53
	Свекла	48,64/38	0,04	0,57	3,34	15,96	0,01	0,02	3,80	14,06	0,53
	Масло подсолнечное	2,4/2,4	2,40	0,00	0,00	21,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	150	0,00	0,03	7,73	29,42	0,00	0,00	0,00	7,04	0,02
	Смесь сухофруктов	12/12	0,00	0,04	1,74	6,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Вода	152,25/152,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,85	0,00
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>		<b>14,63</b>	<b>16,43</b>	<b>23,39</b>	<b>288,86</b>	<b>0,08</b>	<b>0,37</b>	<b>1,35</b>	<b>222,46</b>	<b>0,69</b>
231	<b>Сырники из творога</b>	90	12,55	14,04	13,58	221,90	0,05	0,25	0,38	128,23	0,60
	Творог	76,5/75	6,75	12,52	1,50	116,47	0,03	0,23	0,36	123,00	0,30
	Масло сливочное	3,75/3,75	2,31	0,05	0,06	21,24	0,00	0,01	0,00	1,09	0,01
	Сахарный песок	5,4/5,4	0,00	0,00	5,39	20,47	0,00	0,00	0,00	0,16	0,02
	Пшеничная мука, первого сорта	9,75/9,75	0,15	1,08	6,61	32,07	0,02	0,01	0,00	2,34	0,21
	Яйцо	3/3	0,34	0,38	0,02	4,71	0,00	0,01	0,00	1,65	0,08
	Масло подсолнечное	3/3	2,99	0,00	0,00	26,94	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	150	2,08	2,39	9,81	66,96	0,03	0,12	0,98	94,23	0,09
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,22	0,21	0,22	3,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	90/90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,05	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	75/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,03	0,11	0,98	90,00	0,08
	<b>Итого за день</b>		<b>73,76</b>	<b>63,84</b>	<b>129,85</b>	<b>1437,63</b>	<b>0,85</b>	<b>1,32</b>	<b>38,19</b>	<b>636,02</b>	<b>11,49</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)										
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
1	ЗАВТРАК	25,15	19,52	31,25	430,12	0,13	0,60	1,27	309,89	3,08
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
3	ОБЕД	33,58	27,49	65,40	671,65	0,60	0,33	25,57	87,67	5,52
4	ПОЛДНИК	14,63	16,43	23,39	288,86	0,08	0,37	1,35	222,46	0,69
	<b>Итого</b>	<b>73,77</b>	<b>63,83</b>	<b>129,84</b>	<b>1437,62</b>	<b>0,85</b>	<b>1,32</b>	<b>38,19</b>	<b>636,02</b>	<b>11,49</b>

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

День: День 5

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>6,71</b>	<b>17,71</b>	<b>36,59</b>	<b>270,85</b>	<b>0,27</b>	<b>1,63</b>	<b>22,41</b>	<b>105,23</b>	<b>5,59</b>
300	<b>Суфле из печени</b>	80	4,97	13,82	8,39	134,71	0,23	1,54	22,36	46,58	4,77
	Печень говяжья	80/66,4	2,46	11,89	3,52	84,33	0,20	1,45	21,91	5,98	4,58
	Мука пшеничная	4,8/4,8	0,05	0,49	3,31	16,03	0,02	0,02	0,03	0,00	0,06
	Яйцо	4,8/4	0,46	0,51	0,03	6,28	0,00	0,02	0,00	2,20	0,10
	Масло растительное	1,2/1,2	1,20	0,00	0,00	10,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	32/32	0,80	0,93	1,54	17,28	0,01	0,05	0,42	38,40	0,03
165.4	<b>Каша рассыпчатая пшеничная</b>	90	1,55	2,29	12,62	70,34	0,04	0,09	0,00	48,83	0,37
	Соль поваренная пищевая	0,22/0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,01
	Масло сливочное	2,2/2,2	1,35	0,03	0,04	12,43	0,00	0,00	0,00	0,64	0,01
	Крупа пшеничная	18/18	0,20	2,29	12,71	58,50	0,04	0,09	0,00	45,00	0,36
	Вода	63,22/63,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,85	0,00
701.3	<b>Хлеб пшеничный</b>	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Хлеб пшеничный	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,04	0,00	0,00	4,37	0,36
392	<b>Чай с сахаром</b>	160	0,00	0,10	6,40	25,22	0,00	0,00	0,05	9,60	0,43
	Вода	126,32/126,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,68	0,00
	Сахарный песок	6,4/6,4	0,00	0,00	6,39	24,26	0,00	0,00	0,00	0,19	0,02
	Вода	27,29/27,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,23	0,00
	Чай высшего сорта	0,63/0,63	0,00	0,13	0,03	1,21	0,00	0,01	0,06	3,13	0,52
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>3,75</b>	<b>4,35</b>	<b>6,30</b>	<b>81,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,20</b>	<b>0,45</b>	<b>186,00</b>	<b>0,15</b>
401.3	<b>Ряженка</b>	150	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15
	Ряженка 2,5% жирности	154,17/150	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15
	<b>ОБЕД</b>		<b>25,65</b>	<b>26,22</b>	<b>77,93</b>	<b>649,37</b>	<b>0,63</b>	<b>0,38</b>	<b>37,94</b>	<b>111,36</b>	<b>7,51</b>
47	<b>Салат из квашеной капусты</b>	40	2,00	0,74	2,31	30,52	0,00	0,00	0,36	1,12	0,03
	Капуста квашеная	40/38	0,00	0,68	2,01	11,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Лук репчатый	4,8/3,6	0,01	0,05	0,30	1,48	0,00	0,00	0,36	1,12	0,03
	Масло растительное	2/2	2,00	0,00	0,00	17,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

77	<b>Суп картофельный</b>	170	2,02	1,72	13,50	79,36	0,10	0,07	16,32	17,85	0,83
	Морковь, красная	8,5/6,8	0,01	0,09	0,47	2,38	0,00	0,01	0,34	1,84	0,05
	Соль поваренная пищевая	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,26	0,05
	Лук репчатый	8,16/6,8	0,01	0,10	0,56	2,79	0,00	0,00	0,68	2,11	0,05
	Картофель	102/76,5	0,31	1,53	12,47	58,90	0,09	0,05	15,30	7,65	0,69
	Масло подсолнечное	1,7/1,7	1,70	0,00	0,00	15,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
121	<b>Фрикадельки мясные</b>	50	14,12	6,44	0,44	154,70	0,22	0,08	0,50	7,03	0,84
	Свинина мясная	50/41	13,65	5,86	0,00	146,37	0,21	0,06	0,00	2,87	0,70
	Соль поваренная пищевая	0,05/0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00
	Лук репчатый	5,95/5	0,01	0,07	0,41	2,05	0,00	0,00	0,50	1,55	0,04
	Яйцо	4/4	0,46	0,51	0,03	6,28	0,00	0,02	0,00	2,20	0,10
	Вода	5/5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00
255	<b>Котлеты или биточки рыбные запеченные</b>	60	3,50	10,65	5,89	98,06	0,08	0,11	0,36	46,18	0,82
	Минтай	72,9/54	0,49	8,59	0,00	38,88	0,06	0,06	0,27	21,60	0,43
	Масло сливочное	3/3	1,84	0,04	0,05	16,98	0,00	0,00	0,00	0,87	0,01
	Яйцо	6/6	0,69	0,76	0,04	9,42	0,00	0,03	0,00	3,30	0,15
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	15/15	0,38	0,44	0,72	8,10	0,00	0,02	0,09	18,00	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	10,5/10,5	0,10	0,83	5,07	24,68	0,02	0,01	0,00	2,42	0,21
318	<b>Картофель отварной</b>	120	3,46	2,29	18,41	113,88	0,12	0,07	16,80	11,71	0,92
	Картофель	159,96/120	0,48	2,40	19,56	92,40	0,14	0,08	24,00	12,00	1,08
	Масло сливочное	4,2/4,2	2,58	0,05	0,07	23,77	0,00	0,01	0,00	1,22	0,01
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
399.4	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	180	0,00	0,90	18,18	76,00	0,02	0,02	3,60	12,60	2,52
	Сок яблочный	180/180	0,00	0,90	18,18	76,00	0,02	0,02	3,60	12,60	2,52
	<b>ПОЛДНИК</b>		3,33	3,93	36,35	184,24	0,06	0,22	1,31	157,55	0,59
703	<b>Вафли</b>	30	0,84	0,96	24,33	102,63	0,02	0,08	0,13	42,69	0,20
	Вафли	30/30	0,84	0,96	24,33	102,63	0,01	0,01	0,18	3,00	0,18
397	<b>Какао с молоком</b>	150	2,49	2,97	12,02	81,61	0,05	0,14	1,19	114,86	0,39
	Сахарный песок	7,5/7,5	0,00	0,00	7,48	28,42	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Какао-порошок	1,28/1,28	0,19	0,31	0,13	3,68	0,00	0,00	0,00	1,63	0,28
	Вода	66,66/66,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	91,67/91,67	2,29	2,66	4,40	49,50	0,04	0,14	1,19	110,00	0,09
	<b>Итого за день</b>		<b>39,44</b>	<b>52,21</b>	<b>157,17</b>	<b>1185,46</b>	<b>0,99</b>	<b>2,42</b>	<b>62,11</b>	<b>560,14</b>	<b>13,84</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)											
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
1	ЗАВТРАК	6,71	17,71	36,59	270,86	0,31	1,63	22,41	109,37	5,93	
2	ЗАВТРАК 2	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15	
3	ОБЕД	25,66	26,22	77,92	649,36	0,63	0,38	37,94	111,36	7,51	
4	ПОЛДНИК	3,33	3,93	36,35	184,25	0,06	0,22	1,31	157,55	0,59	
	<b>Итого</b>	<b>39,45</b>	<b>52,20</b>	<b>157,15</b>	<b>1185,46</b>	<b>1,03</b>	<b>2,42</b>	<b>62,11</b>	<b>564,28</b>	<b>14,18</b>	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(подпись)

(подпись)

(Ф.И.О.)

(Ф.И.О.)

(дата)

(дата)

День: День 6

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>13,60</b>	<b>9,06</b>	<b>42,43</b>	<b>282,27</b>	<b>0,18</b>	<b>0,17</b>	<b>0,18</b>	<b>87,08</b>	<b>2,24</b>
206	<b>Макароны отварные с сыром</b>	120	6,17	6,70	19,07	158,40	0,13	0,14	0,13	69,40	1,24
	Сыр "Российский"	13,2/12	3,54	2,78	0,00	43,68	0,01	0,04	0,08	105,60	0,12
	Масло сливочное	3/3	1,84	0,04	0,05	16,98	0,00	0,00	0,00	0,87	0,01
	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	31,5/31,5	0,66	3,56	21,92	107,73	0,05	0,03	0,00	7,56	0,66
56	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	50	3,50	0,00	3,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Икра кабачковая	52,5/50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1.1	<b>Бутерброды с маслом</b>	35	3,93	2,26	13,46	98,65	0,05	0,03	0,00	8,09	0,57
	Масло сливочное	5,95/5,95	3,66	0,08	0,10	33,68	0,00	0,01	0,00	1,73	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	27,65/27,65	0,28	2,18	13,35	64,98	0,04	0,02	0,00	6,36	0,55
392	<b>Чай с сахаром</b>	160	0,00	0,10	6,40	25,22	0,00	0,00	0,05	9,60	0,43
	Вода	126,32/126,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,68	0,00
	Сахарный песок	6,4/6,4	0,00	0,00	6,39	24,26	0,00	0,00	0,00	0,19	0,02
	Вода	27,29/27,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,23	0,00
	Чай высшего сорта	0,63/0,63	0,00	0,13	0,03	1,21	0,00	0,01	0,06	3,13	0,52
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,00</b>	<b>16,00</b>	<b>2,20</b>
368	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		<b>26,59</b>	<b>17,23</b>	<b>67,50</b>	<b>581,29</b>	<b>0,58</b>	<b>0,32</b>	<b>55,54</b>	<b>132,69</b>	<b>6,63</b>
89	<b>Свекольник</b>	170	4,62	2,48	13,77	107,68	0,09	0,09	17,51	53,07	1,43
	Сметана 15,0% жирности	11,9/11,9	1,78	0,31	0,43	19,28	0,00	0,01	0,05	10,47	0,02
	Соль поваренная пищевая	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,26	0,05
	Свекла	62,9/49,3	0,05	0,74	4,34	20,71	0,01	0,02	4,93	18,24	0,69
	Лук репчатый	10,2/8,5	0,02	0,12	0,70	3,48	0,00	0,00	0,85	2,64	0,07
	Картофель	45,9/37,4	0,15	0,75	6,10	28,80	0,05	0,03	7,48	3,74	0,34
	Масло сливочное	4,25/4,25	2,61	0,06	0,07	24,06	0,00	0,01	0,00	1,23	0,01
	Морковь	10,2/7,65	0,01	0,10	0,53	2,68	0,01	0,01	0,38	2,07	0,05
	Вода	149,6/149,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,73	0,00
	Томатная паста. Консервы	8,5/8,5	0,00	0,41	1,62	8,67	0,01	0,01	3,83	1,70	0,20

274	<b>Мясо тушеное с овощами в соусе</b>	180	21,42	10,82	20,95	321,71	0,40	0,18	36,23	53,59	2,38
	Лук репчатый	9/6,55	0,01	0,09	0,54	2,69	0,00	0,00	0,68	2,03	0,05
	Пшеничная мука, первого сорта	3,28/3,28	0,05	0,36	2,22	10,78	0,01	0,00	0,00	0,79	0,07
	Соль поваренная пищевая	1,8/1,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,62	0,05
	Вода	90/90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,05	0,00
	Капуста белокочанная	54/32,4	0,03	0,58	1,52	9,07	0,01	0,01	14,58	15,55	0,19
	Картофель	81/64,8	0,26	1,30	10,56	49,90	0,08	0,05	12,96	6,48	0,58
	Томатная паста. Консервы	9/9	0,00	0,43	1,71	9,18	0,01	0,02	4,05	1,80	0,21
	Свинина мясная	54/50,4	16,78	7,21	0,00	179,93	0,26	0,07	0,00	3,53	0,86
	Морковь	12,28/9,81	0,01	0,13	0,68	3,43	0,01	0,01	0,49	2,65	0,07
	Масло сливочное	4,09/4,09	2,51	0,05	0,07	23,13	0,00	0,01	0,00	1,19	0,01
	Лук репчатый	1,59/0,93	0,00	0,01	0,08	0,38	0,00	0,00	0,09	0,29	0,01
	Пшеничная мука, первого сорта	2,1/2,1	0,03	0,23	1,42	6,90	0,01	0,00	0,00	0,50	0,04
	Соль поваренная пищевая	0,47/0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,72	0,01
	Томатная паста. Консервы	7/7	0,00	0,34	1,33	7,14	0,01	0,01	3,15	1,40	0,16
	Морковь, красная	3,5/2,8	0,00	0,04	0,19	0,98	0,00	0,00	0,14	0,76	0,02
	Масло сливочное	2,1/2,1	1,29	0,03	0,04	11,88	0,00	0,00	0,00	0,61	0,01
	Масло сливочное	0,7/0,7	0,43	0,01	0,01	3,96	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00
	Сахарный песок	0,47/0,47	0,00	0,00	0,47	1,77	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00
	Лук репчатый	0,93/0,79	0,00	0,01	0,07	0,33	0,00	0,00	0,08	0,25	0,01
	Соль поваренная пищевая	0,23/0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,86	0,01
	Вода	46,64/46,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,10	0,00
	Мясо бескостное	15,62/15,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Морковь, красная	0,98/0,79	0,03	0,01	0,05	0,28	0,00	0,00	0,04	0,21	0,01
382я	<b>Кисель из сока натурального</b>	150	0,00	0,45	13,58	55,05	0,02	0,02	1,80	11,16	1,28
	Сахарный песок	4,5/4,5	0,00	0,00	4,49	17,06	0,00	0,00	0,00	0,14	0,01
	Крахмал	7,5/7,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	105/105	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,73	0,00
	Сок яблочный	90/90	0,00	0,45	9,09	38,00	0,01	0,01	1,80	6,30	1,26
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>		10,26	10,75	36,50	282,10	0,08	0,37	1,49	310,32	0,68
188	<b>Запеканка манная</b>	120	5,54	5,26	27,43	180,04	0,05	0,12	0,36	83,52	0,50
	Сметана 15,0% жирности	1,75/1,75	0,26	0,05	0,06	2,84	0,00	0,00	0,01	1,54	0,00
	Крупа манная	26,34/26,34	0,26	2,71	18,60	87,71	0,04	0,01	0,00	5,27	0,26
	Масло сливочное	1,75/1,75	1,08	0,02	0,03	9,92	0,00	0,00	0,00	0,51	0,01
	Масло сливочное	2,93/2,93	1,80	0,04	0,05	16,57	0,00	0,00	0,00	0,85	0,01
	Сахарный песок	5,86/5,86	0,00	0,00	5,84	22,19	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Яйцо	5,86/5,86	0,67	0,74	0,04	9,19	0,00	0,03	0,00	3,22	0,15
	Вода	38,05/38,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,71	0,00
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	58,54/58,54	1,46	1,70	2,81	31,61	0,01	0,08	0,35	70,24	0,06
400	<b>Молоко кипяченое</b>	180	4,72	5,49	9,07	102,06	0,04	0,25	1,13	226,80	0,18
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	189/189	4,72	5,48	9,07	102,06	0,04	0,25	1,13	226,80	0,19
	<b>Итого за день</b>		50,85	37,44	156,23	1192,66	0,87	0,88	67,22	546,09	11,75

Химический состав за выбранные дни (всего)										
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
1	ЗАВТРАК	13,60	9,05	42,43	282,27	0,18	0,17	0,18	87,08	2,24
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
3	ОБЕД	26,59	17,23	67,49	581,29	0,58	0,32	55,54	132,69	6,83
4	ПОЛДНИК	10,26	10,75	36,50	282,10	0,08	0,37	1,49	310,32	0,68
	<b>Итого</b>	50,86	37,43	156,22	1192,66	0,87	0,88	67,22	546,09	11,75



СОГЛАСОВАНО

\_\_\_\_\_  
 (должность)  
 \_\_\_\_\_  
 (ФИО)  
 \_\_\_\_\_  
 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
 (должность)  
 \_\_\_\_\_  
 (ФИО)  
 \_\_\_\_\_  
 (дата)

День: День 7

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>13,84</b>	<b>28,88</b>	<b>25,84</b>	<b>339,80</b>	<b>0,20</b>	<b>0,47</b>	<b>2,18</b>	<b>186,04</b>	<b>2,23</b>
249	<b>Рыба, запеченная в омлете</b>	110	9,06	24,07	3,97	194,11	0,17	0,35	0,76	90,19	2,09
	Масло сливочное	4,12/4,12	2,54	0,05	0,07	23,35	0,00	0,01	0,00	1,20	0,01
	Минтай	148,5/110	0,99	17,49	0,00	79,20	0,12	0,12	0,55	44,00	0,88
	Пшеничная мука, первого сорта	4,12/4,12	0,06	0,46	2,80	13,57	0,01	0,00	0,00	0,99	0,09
	Яйцо	44/44	5,06	5,59	0,31	69,08	0,03	0,19	0,00	24,20	1,10
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	16,5/16,5	0,41	0,48	0,79	8,91	0,01	0,03	0,21	19,80	0,02
47	<b>Салат из квашеной капусты</b>	50	2,51	0,92	2,88	38,15	0,00	0,00	0,45	1,40	0,04
	Капуста квашеная	50/47,5	0,00	0,86	2,52	13,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Лук репчатый	6/4,5	0,01	0,06	0,37	1,84	0,00	0,00	0,45	1,40	0,04
	Масло растительное	2,5/2,5	2,50	0,00	0,00	22,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
701.3	<b>Хлеб пшеничный</b>	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Хлеб пшеничный	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,04	0,00	0,00	4,37	0,36
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	150	2,08	2,39	9,81	66,96	0,03	0,12	0,98	94,23	0,09
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,22	0,21	0,22	3,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	90/90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,05	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	75/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,03	0,11	0,98	90,00	0,08
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,00</b>	<b>16,00</b>	<b>2,20</b>
368	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		<b>28,16</b>	<b>17,83</b>	<b>72,30</b>	<b>615,83</b>	<b>0,63</b>	<b>0,24</b>	<b>19,27</b>	<b>77,55</b>	<b>7,13</b>
80	<b>Суп картофельный с крупой</b>	160	2,02	1,87	13,04	78,10	0,10	0,05	10,56	10,24	0,70
	Картофель	64/48	0,19	0,96	7,82	36,96	0,06	0,03	9,60	4,80	0,43
	Лук репчатый	7,68/6,4	0,01	0,09	0,52	2,62	0,00	0,00	0,64	1,98	0,05
	Крупа пшено шлифованное	6,4/6,4	0,21	0,74	4,26	21,89	0,03	0,00	0,00	1,73	0,17
	Соль пищевая йодированная	1,6/1,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Морковь	8/6,4	0,01	0,08	0,44	2,24	0,00	0,00	0,32	1,73	0,05
	Масло подсолнечное	1,6/1,6	1,60	0,00	0,00	14,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

301	<b>Плов с мясом</b>	170	23,92	10,90	18,53	333,56	0,41	0,12	1,11	28,37	1,82
	Свинина мясная	64,6/59,5	19,81	8,51	0,00	212,42	0,31	0,08	0,00	4,17	1,01
	Соль пищевая йодированная	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Рис, зерно продовольственное	25,5/25,5	0,66	1,91	15,89	77,26	0,09	0,02	0,00	10,20	0,54
	Лук	17/13,6	0,03	0,19	1,12	5,58	0,01	0,00	0,00	4,22	0,11
	Морковь	28,9/22,1	0,02	0,29	1,52	7,74	0,01	0,02	1,11	5,97	0,16
	Вода	85/85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,83	0,00
	Масло растительное	3,4/3,4	3,40	0,00	0,00	30,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
34	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b>	40	1,67	0,68	3,35	31,32	0,02	0,02	4,00	11,47	0,54
	Яблоки	8,16/7,2	0,03	0,03	0,71	3,38	0,00	0,00	0,72	1,15	0,16
	Лук репчатый	2,4/2	0,00	0,03	0,16	0,82	0,00	0,00	0,20	0,62	0,02
	Свекла	28/20,8	0,02	0,31	1,83	8,74	0,00	0,01	2,08	7,70	0,29
	Масло подсолнечное	1,6/1,6	1,60	0,00	0,00	14,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Горошек зеленый. Консервы	15,4/10	0,02	0,31	0,65	4,00	0,01	0,01	1,00	2,00	0,07
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
399.4	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	180	0,00	0,90	18,18	76,00	0,02	0,02	3,60	12,60	2,52
	Сок яблочный	180/180	0,00	0,90	18,18	76,00	0,02	0,02	3,60	12,60	2,52
	<b>ПОЛДНИК</b>		<b>9,95</b>	<b>9,29</b>	<b>40,33</b>	<b>256,03</b>	<b>0,13</b>	<b>0,28</b>	<b>0,65</b>	<b>237,32</b>	<b>0,97</b>
449	<b>Оладьи</b>	60	6,20	4,94	24,88	175,03	0,10	0,08	0,20	51,32	0,82
	Масло подсолнечное	2,88/2,88	2,88	0,00	0,00	25,89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Масло сливочное	2,4/2,4	1,48	0,03	0,04	13,58	0,00	0,00	0,00	0,70	0,01
	Пшеничная мука, первого сорта	32,55/32,55	0,49	3,61	22,07	107,10	0,08	0,03	0,00	7,81	0,68
	Соль поваренная пищевая	0,61/0,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,24	0,02
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	32,55/32,55	0,81	0,94	1,56	17,58	0,01	0,04	0,20	39,07	0,03
	Дрожжи прессованные	0,95/0,95	0,03	0,12	0,08	1,03	0,01	0,01	0,00	0,26	0,03
	Яйцо	1,62/1,62	0,19	0,21	0,01	2,55	0,00	0,01	0,00	0,89	0,04
	Сахарный песок	1,15/1,15	0,00	0,00	1,15	4,36	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00
705	<b>Повидло</b>	15	0,00	0,00	9,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Повидло	15/15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
401.3	<b>Ряженка</b>	150	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15
	Ряженка 2,5% жирности	154,17/150	3,75	4,35	6,30	81,00	0,03	0,20	0,45	186,00	0,15
	<b>Итого за день</b>		<b>52,35</b>	<b>56,40</b>	<b>148,27</b>	<b>1258,66</b>	<b>0,98</b>	<b>1,01</b>	<b>32,10</b>	<b>516,92</b>	<b>12,53</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)											
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	B1, мг	B2, мг	C, мг	Ca, мг	Fe, мг	
1	ЗАВТРАК	13,84	28,87	25,84	339,80	0,23	0,47	2,18	190,18	2,58	
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20	
3	ОБЕД	28,16	17,83	72,30	615,82	0,63	0,24	19,27	77,55	7,13	
4	ПОЛДНИК	9,95	9,29	40,33	256,03	0,13	0,28	0,65	237,32	0,97	
	<b>Итого</b>	<b>52,35</b>	<b>56,40</b>	<b>148,27</b>	<b>1258,65</b>	<b>1,02</b>	<b>1,01</b>	<b>32,10</b>	<b>521,06</b>	<b>12,87</b>	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(Дата)

(Дата)

День: День 8

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		11,83	15,88	47,62	360,13	0,23	0,94	4,02	204,67	3,66
294	<b>Запеканка из печени с рисом</b>	60	3,05	7,49	8,24	90,34	0,11	0,77	3,49	10,37	2,36
	Лук репчатый	15,43/12,86	0,03	0,18	1,05	5,27	0,01	0,00	1,29	3,99	0,10
	Печень говяжья	38,86/32,29	1,19	5,78	1,71	41,00	0,10	0,71	10,65	2,91	2,23
	Рис, зерно продовольственное	6,57/6,57	0,17	0,49	4,09	19,91	0,02	0,01	0,00	2,63	0,14
	Масло сливочное	1,43/1,43	0,88	0,02	0,02	8,08	0,00	0,00	0,00	0,41	0,00
	Яйцо	2,86/2,86	0,33	0,36	0,02	4,48	0,00	0,01	0,00	1,57	0,07
	Яйцо	0,86/0,86	0,10	0,11	0,01	1,35	0,00	0,00	0,00	0,47	0,02
	Пшеничная мука, первого сорта	0,64/0,64	0,01	0,07	0,44	2,12	0,00	0,00	0,00	0,15	0,01
	Соль поваренная пищевая	0,07/0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,25	0,00
	Вода	6,43/6,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,29	0,00
	Сметана 15,0% жирности	2,14/2,14	0,32	0,06	0,08	3,47	0,00	0,00	0,01	1,89	0,00
165.3	<b>Каша ячневая</b>	80	1,54	2,62	17,03	92,40	0,07	0,02	0,00	24,88	0,48
	Соль поваренная пищевая	0,19/0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,71	0,01
	Крупа ячневая	25,99/25,99	0,34	2,60	17,00	81,35	0,07	0,02	0,00	20,79	0,47
	Масло сливочное	1,95/1,95	1,20	0,03	0,03	11,05	0,00	0,00	0,00	0,57	0,01
	Вода	62,44/62,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,81	0,00
394	<b>Чай с молоком или сливками</b>	150	1,88	2,22	11,94	72,58	0,02	0,11	0,48	94,95	0,30
	Вода	50/50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,25	0,00
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	76,67/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,02	0,10	0,45	90,00	0,08
	Сахарный песок	8,34/8,34	0,00	0,00	8,32	31,61	0,00	0,00	0,00	0,25	0,03
	Вода	27,01/27,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,22	0,00
	Чай высшего сорта	0,63/0,63	0,00	0,13	0,03	1,19	0,00	0,01	0,06	3,09	0,51
3	<b>Бутерброды с сыром</b>	31	5,36	3,55	10,41	104,81	0,04	0,04	0,05	74,47	0,52
	Сыр "Российский"	8,27/7,75	2,29	1,80	0,00	28,21	0,00	0,02	0,05	68,20	0,08
	Масло сливочное	4,65/4,65	2,86	0,06	0,08	26,32	0,00	0,01	0,00	1,35	0,01
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	21,4/21,4	0,21	1,69	10,33	50,28	0,03	0,01	0,00	4,92	0,43
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
401	<b>Кефир</b>	150	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
	Кефир 2,5% жирности	154,17/150	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
	<b>ОБЕД</b>		31,35	18,15	63,24	609,53	0,64	0,31	69,53	109,87	5,32
20	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	40	2,04	0,62	3,81	36,04	0,01	0,01	14,60	16,62	0,23
	Капуста белокочанная	39,44/31,56	0,03	0,57	1,48	8,84	0,01	0,01	14,20	15,15	0,19
	Лук репчатый	5/4	0,01	0,06	0,33	1,64	0,00	0,00	0,40	1,24	0,03
	Вода	3,88/3,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00
	Масло подсолнечное	2/2	2,00	0,00	0,00	17,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

59	<b>Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)</b>	170	4,86	2,45	11,54	100,96	0,07	0,07	27,46	49,59	1,19
	Картофель	28,56/21,25	0,08	0,42	3,46	16,36	0,03	0,02	4,25	2,13	0,19
	Капуста белокочанная	42,5/34	0,03	0,61	1,60	9,52	0,01	0,01	15,30	16,32	0,20
	Сметана 15,0% жирности	8,5/8,5	1,27	0,22	0,31	13,77	0,00	0,01	0,03	7,48	0,02
	Морковь, красная	10,71/8,5	0,01	0,11	0,59	2,98	0,01	0,01	0,43	2,30	0,06
	Лук репчатый	2,55/2,21	0,00	0,03	0,18	0,91	0,00	0,00	0,22	0,69	0,02
	Свекла	42,5/34	0,03	0,51	2,99	14,28	0,01	0,01	3,40	12,58	0,48
	Пшеничная мука, первого сорта	1,19/1,19	0,02	0,13	0,81	3,92	0,00	0,00	0,00	0,29	0,03
	Вода	136/136	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,12	0,00
	Масло подсолнечное	3,4/3,4	3,40	0,00	0,00	30,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Томатная паста. Консервы	8,5/8,5	0,00	0,41	1,62	8,67	0,01	0,01	3,83	1,70	0,20
276	<b>Жаркое по-домашнему</b>	190	23,90	11,57	20,96	346,26	0,48	0,19	27,47	21,76	2,34
	Картофель	151,15/113,14	0,45	2,26	18,44	87,12	0,14	0,08	22,63	11,31	1,02
	Свинина мясная	76/60,8	20,25	6,69	0,00	217,06	0,32	0,09	0,00	4,26	1,03
	Лук репчатый	11,23/9,5	0,02	0,13	0,78	3,90	0,01	0,00	0,95	2,95	0,08
	Масло сливочное	5,19/5,19	3,19	0,07	0,09	29,36	0,00	0,01	0,00	1,50	0,02
	Томатная паста. Консервы	8,65/8,65	0,00	0,41	1,64	8,82	0,01	0,02	3,89	1,73	0,20
376	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	150	0,00	0,03	7,73	29,42	0,00	0,00	0,00	7,04	0,02
	Смесь сухофруктов	12/12	0,00	0,04	1,74	6,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Вода	152,25/152,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,85	0,00
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>		<b>3,58</b>	<b>6,98</b>	<b>31,85</b>	<b>182,32</b>	<b>0,10</b>	<b>0,16</b>	<b>1,19</b>	<b>122,52</b>	<b>0,78</b>
454	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста</b>	50	1,09	3,01	19,83	100,71	0,05	0,02	0,00	7,66	0,39
	Масло подсолнечное	0,17/0,17	0,17	0,00	0,00	1,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Пшеничная мука, первого сорта	1,16/1,16	0,02	0,13	0,79	3,82	0,00	0,00	0,00	0,28	0,02
	Повидло	15/15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Яйцо	1/1	0,12	0,13	0,01	1,57	0,00	0,00	0,00	0,55	0,03
	Пшеничная мука, высшего сорта	24,69/24,69	0,32	2,67	17,26	82,45	0,04	0,01	0,00	4,44	0,30
	Соль поваренная пищевая	0,39/0,39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,44	0,01
	Вода	11,7/11,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,53	0,00
	Дрожжи прессованные	0,58/0,58	0,02	0,07	0,05	0,64	0,00	0,00	0,00	0,16	0,02
	Масло сливочное	0,74/0,74	0,46	0,01	0,01	4,19	0,00	0,00	0,00	0,22	0,00
	Сахарный песок	1,72/1,72	0,00	0,00	1,71	6,50	0,00	0,00	0,00	0,05	0,01
397	<b>Какао с молоком</b>	150	2,49	2,97	12,02	81,61	0,05	0,14	1,19	114,86	0,39
	Сахарный песок	7,5/7,5	0,00	0,00	7,48	28,42	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Какао-порошок	1,28/1,28	0,19	0,31	0,13	3,68	0,00	0,00	0,00	1,63	0,28
	Вода	66,66/66,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	91,67/91,67	2,29	2,66	4,40	49,50	0,04	0,14	1,19	110,00	0,09
	<b>Итого за день</b>		<b>50,51</b>	<b>44,36</b>	<b>148,71</b>	<b>1231,48</b>	<b>1,03</b>	<b>1,66</b>	<b>75,79</b>	<b>617,05</b>	<b>9,90</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)											
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	B1, мг	B2, мг	C, мг	Ca, мг	Fe, мг	
1	ЗАВТРАК	11,82	15,88	47,63	360,13	0,23	0,94	4,02	204,67	3,66	
2	ЗАВТРАК 2	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15	
3	ОБЕД	31,35	18,15	63,23	609,52	0,64	0,31	69,53	109,87	5,32	
4	ПОЛДНИК	3,58	6,98	31,84	182,32	0,10	0,16	1,19	122,52	0,78	
	<b>Итого</b>	<b>50,50</b>	<b>44,36</b>	<b>148,70</b>	<b>1231,47</b>	<b>1,03</b>	<b>1,66</b>	<b>75,79</b>	<b>617,05</b>	<b>9,90</b>	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

День: День 9

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>7,97</b>	<b>9,33</b>	<b>40,37</b>	<b>266,10</b>	<b>0,13</b>	<b>0,33</b>	<b>2,61</b>	<b>261,12</b>	<b>0,59</b>
168.6а	<b>Каша ячневая молочная</b>	160	5,70	5,44	21,38	158,56	0,10	0,21	1,63	166,66	0,48
	Масло сливочное	3,81/3,81	2,34	0,05	0,06	21,55	0,00	0,01	0,00	1,10	0,01
	Сахарный песок	3,81/3,81	0,00	0,00	3,80	14,43	0,00	0,00	0,00	0,11	0,01
	Соль поваренная пищевая	0,38/0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,41	0,01
	Крупа ячневая	17,6/17,6	0,23	1,76	11,51	55,09	0,05	0,01	0,00	14,08	0,32
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	124,96/124,96	3,12	3,62	6,00	67,48	0,05	0,19	1,62	149,95	0,13
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	150	2,08	2,39	9,81	66,96	0,03	0,12	0,98	94,23	0,09
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,22	0,21	0,22	3,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	90/90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,05	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	75/75	1,88	2,17	3,60	40,50	0,03	0,11	0,98	90,00	0,08
701.3	<b>Хлеб пшеничный</b>	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
	Хлеб пшеничный	19/19	0,19	1,50	9,18	40,58	0,04	0,00	0,00	4,37	0,36
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,00</b>	<b>16,00</b>	<b>2,20</b>
368	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		<b>23,06</b>	<b>28,31</b>	<b>60,18</b>	<b>561,39</b>	<b>0,30</b>	<b>0,34</b>	<b>72,07</b>	<b>142,91</b>	<b>4,72</b>
81	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	150	3,29	3,52	12,27	91,33	0,05	0,03	6,98	12,41	0,42
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,52	0,04
	Лук репчатый	7,2/6	0,01	0,08	0,49	2,46	0,00	0,00	0,60	1,86	0,05
	Картофель	40,05/30	0,12	0,60	4,89	23,10	0,04	0,02	6,00	3,00	0,27
	Морковь	9,6/7,5	0,01	0,10	0,52	2,62	0,00	0,01	0,38	2,03	0,05
	Горох (очищенный)	12,15/12	0,14	2,76	6,40	36,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Масло подсолнечное	3/3	3,00	0,00	0,00	26,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
115	<b>Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)</b>	30	0,30	2,37	14,49	70,50	0,05	0,02	0,00	6,90	0,60
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30	0,30	2,37	14,49	70,50	0,05	0,02	0,00	6,90	0,60



310	<b>Суфле куриное</b>	70	17,72	17,28	2,34	238,19	0,09	0,20	1,79	35,94	1,41
	Масло сливочное	2,62/2,62	1,61	0,03	0,04	14,86	0,00	0,00	0,00	0,76	0,01
	Яйцо	11,38/11,38	1,31	1,44	0,08	17,86	0,01	0,05	0,00	6,26	0,28
	Бройлеры (цыплята) 1 кат.	130,38/80,92	13,03	15,13	0,00	178,02	0,07	0,12	1,62	11,33	1,05
	Пшеничная мука, первого сорта	2,28/2,28	0,03	0,25	1,54	7,48	0,01	0,00	0,00	0,55	0,05
	Соль поваренная пищевая	0,14/0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,52	0,00
	Вода	2,62/2,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	17,5/17,5	0,44	0,51	0,84	9,45	0,01	0,03	0,23	21,00	0,02
	Масло сливочное	2,28/2,28	1,40	0,03	0,04	12,88	0,00	0,00	0,00	0,66	0,01
132	<b>Капуста тушеная</b>	120	1,39	3,13	13,33	79,75	0,06	0,07	63,30	70,13	1,10
	Сахарный песок	3,2/3,2	0,00	0,00	3,20	12,14	0,00	0,00	0,00	0,10	0,01
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,44	0,00
	Лук репчатый	10,4/8,8	0,02	0,12	0,72	3,61	0,00	0,00	0,88	2,73	0,07
	Пшеничная мука, первого сорта	2,4/2,4	0,04	0,27	1,63	7,90	0,01	0,00	0,00	0,58	0,05
	Капуста белокочанная	164,8/132	0,13	2,38	6,20	36,96	0,04	0,05	59,40	63,36	0,79
	Морковь	8/6,4	0,01	0,08	0,44	2,24	0,00	0,00	0,32	1,73	0,05
	Масло подсолнечное	1,2/1,2	1,20	0,00	0,00	10,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Томатная паста. Консервы	6/6	0,00	0,29	1,14	6,12	0,01	0,01	2,70	1,20	0,14
376	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	150	0,00	0,03	7,73	29,42	0,00	0,00	0,00	7,04	0,02
	Смесь сухофруктов	12/12	0,00	0,04	1,74	6,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Вода	152,25/152,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,85	0,00
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
	<b>ПОЛДНИК</b>		<b>12,29</b>	<b>16,03</b>	<b>17,89</b>	<b>246,41</b>	<b>0,07</b>	<b>0,45</b>	<b>1,43</b>	<b>326,06</b>	<b>0,59</b>
237	<b>Запеканка из творога</b>	80	7,57	10,54	8,82	144,35	0,03	0,20	0,30	99,26	0,41
	Масло сливочное	2,46/2,46	1,52	0,03	0,04	13,95	0,00	0,00	0,00	0,72	0,01
	Сахарный песок	4,92/4,92	0,00	0,00	4,91	18,65	0,00	0,00	0,00	0,15	0,02
	Сметана 15,0% жирности	2,46/2,46	0,37	0,06	0,09	3,99	0,00	0,00	0,01	2,17	0,01
	Творог	57,72/56,62	5,10	9,45	1,13	87,92	0,02	0,17	0,28	92,85	0,23
	Крупа манная	3,7/3,7	0,04	0,38	2,61	12,31	0,01	0,00	0,00	0,74	0,04
	Яйцо	4,8/4,8	0,55	0,61	0,03	7,54	0,00	0,02	0,00	2,64	0,12
400	<b>Молоко кипяченое</b>	180	4,72	5,49	9,07	102,06	0,04	0,25	1,13	226,80	0,18
	Молоко стерилизованное, 2,5% жирности	189/189	4,72	5,48	9,07	102,06	0,04	0,25	1,13	226,80	0,19
	<b>Итого за день</b>		<b>43,72</b>	<b>54,07</b>	<b>128,24</b>	<b>1120,90</b>	<b>0,52</b>	<b>1,14</b>	<b>86,10</b>	<b>746,08</b>	<b>8,10</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)											
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
1	ЗАВТРАК	7,97	9,33	40,36	266,10	0,16	0,33	2,61	265,26	0,93	
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20	
3	ОБЕД	23,05	28,31	60,18	561,39	0,30	0,34	72,07	142,91	4,72	
4	ПОЛДНИК	12,28	16,03	17,89	246,41	0,07	0,45	1,43	326,06	0,59	
	<b>Итого</b>	<b>43,71</b>	<b>54,07</b>	<b>128,23</b>	<b>1120,91</b>	<b>0,56</b>	<b>1,14</b>	<b>86,10</b>	<b>750,22</b>	<b>8,44</b>	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(подпись)

(подпись)

(дата)

(дата)

День: День 10

Сезон:

Категория: Дети 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>22,74</b>	<b>15,36</b>	<b>49,26</b>	<b>412,04</b>	<b>0,14</b>	<b>0,46</b>	<b>0,83</b>	<b>135,53</b>	<b>3,14</b>
215	<b>Омлет натуральный</b>	100	11,77	10,75	3,43	163,04	0,07	0,41	0,78	111,84	1,84
	Масло сливочное	3,5/3,5	2,15	0,05	0,06	19,81	0,00	0,01	0,00	1,02	0,01
	Яйцо	70,59/70,59	8,12	8,96	0,49	110,83	0,05	0,31	0,00	38,82	1,77
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	60/60	1,50	1,74	2,88	32,40	0,02	0,09	0,78	72,00	0,06
1.1	<b>Бутерброды с маслом</b>	35	3,93	2,26	13,46	98,65	0,05	0,03	0,00	8,09	0,57
	Масло сливочное	5,95/5,95	3,66	0,08	0,10	33,68	0,00	0,01	0,00	1,73	0,02
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	27,65/27,65	0,28	2,18	13,35	64,98	0,04	0,02	0,00	6,36	0,55
392	<b>Чай с сахаром</b>	160	0,00	0,10	6,40	25,22	0,00	0,00	0,05	9,60	0,43
	Вода	26,32/126,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,68	0,00
	Сахарный песок	6,4/6,4	0,00	0,00	6,39	24,26	0,00	0,00	0,00	0,19	0,02
	Вода	27,29/27,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,23	0,00
	Чай высшего сорта	0,63/0,63	0,00	0,13	0,03	1,21	0,00	0,01	0,06	3,13	0,52
56	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	50	3,50	0,00	3,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Икра кабачковая	52,5/50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
704	<b>Печенье</b>	30	3,54	2,25	22,47	125,13	0,02	0,02	0,00	6,00	0,30
	Печенье	30/30	3,54	2,25	22,47	125,13	0,02	0,02	0,00	6,00	0,30
	<b>ЗАВТРАК 2</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,00</b>	<b>16,00</b>	<b>2,20</b>
368	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	Яблоки	100/100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>		<b>13,99</b>	<b>18,84</b>	<b>65,96</b>	<b>467,31</b>	<b>0,47</b>	<b>1,34</b>	<b>56,69</b>	<b>126,02</b>	<b>7,61</b>
47	<b>Салат из квашеной капусты</b>	40	2,00	0,74	2,31	30,52	0,00	0,00	0,36	1,12	0,03
	Капуста квашеная	40/38	0,00	0,68	2,01	11,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Лук репчатый	4,8/3,6	0,01	0,05	0,30	1,48	0,00	0,00	0,36	1,12	0,03
	Масло растительное	2/2	2,00	0,00	0,00	17,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
89	<b>Свекольник</b>	170	4,62	2,48	13,77	107,68	0,09	0,09	17,51	53,07	1,43
	Сметана 15,0% жирности	11,9/11,9	1,78	0,31	0,43	19,28	0,00	0,01	0,05	10,47	0,02
	Соль поваренная пищевая	1,7/1,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,26	0,05
	Свекла	62,9/49,3	0,05	0,74	4,34	20,71	0,01	0,02	4,93	18,24	0,69
	Лук репчатый	10,2/8,5	0,02	0,12	0,70	3,48	0,00	0,00	0,85	2,64	0,07
	Картофель	45,9/37,4	0,15	0,75	6,10	28,80	0,05	0,03	7,48	3,74	0,34
	Масло сливочное	4,25/4,25	2,61	0,06	0,07	24,06	0,00	0,01	0,00	1,23	0,01
	Морковь	10,2/7,65	0,01	0,10	0,53	2,68	0,01	0,01	0,38	2,07	0,05
	Вода	149,6/149,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,73	0,00
	Томатная паста. Консервы	8,5/8,5	0,00	0,41	1,62	8,67	0,01	0,01	3,83	1,70	0,20

302	<b>Печень по-строгановски</b>	60	3,35	9,46	5,25	89,82	0,17	1,11	18,05	15,70	3,62
	Сметана 15,0% жирности	4,8/4,8	0,72	0,12	0,17	7,78	0,00	0,01	0,02	4,22	0,01
	Лук репчатый	12/10,8	0,02	0,15	0,89	4,43	0,01	0,00	1,08	3,35	0,09
	Печень говяжья	60/49,8	1,84	8,91	2,64	63,25	0,15	1,09	16,43	4,48	3,44
	Масло сливочное	1,2/1,2	0,74	0,02	0,02	6,79	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00
	Морковь	12/10,2	0,01	0,13	0,70	3,57	0,01	0,01	0,51	2,75	0,07
	Мука пшеничная	1,2/1,2	0,01	0,12	0,83	4,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,01
	Соль пищевая йодированная	0,6/0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода	12/12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,54	0,00
376	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	150	0,00	0,03	7,73	29,42	0,00	0,00	0,00	7,04	0,02
	Смесь сухофруктов	12/12	0,00	0,04	1,74	6,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сахарный песок	6/6	0,00	0,00	5,99	22,74	0,00	0,00	0,00	0,18	0,02
	Вода	52,25/152,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,85	0,00
700	<b>Хлеб ржаной</b>	30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,05	0,02	0,00	10,50	1,17
	Хлеб ржаной	30/30	0,36	1,98	10,02	52,20	0,06	0,02	0,00	10,50	1,17
701.1	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	19/19	0,19	1,50	9,18	44,65	0,03	0,01	0,00	4,37	0,38
321	<b>Пюре картофельное</b>	120	3,47	2,65	17,70	113,02	0,13	0,11	20,77	34,22	0,96
	Картофель	136,8/102,8	0,41	2,05	16,72	79,00	0,12	0,07	20,52	10,26	0,92
	Масло сливочное	4,2/4,2	2,58	0,05	0,07	23,77	0,00	0,01	0,00	1,22	0,01
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	18,96/18,96	0,47	0,55	0,91	10,24	0,01	0,03	0,25	22,75	0,02
	<b>ПОЛДНИК</b>		<b>10,21</b>	<b>10,60</b>	<b>32,59</b>	<b>267,68</b>	<b>0,17</b>	<b>0,37</b>	<b>1,16</b>	<b>232,66</b>	<b>1,02</b>
189	<b>Запеканка рисовая с творогом</b>	100	6,46	6,25	26,59	188,18	0,11	0,11	0,11	52,66	0,87
	Сметана 15,0% жирности	2,44/2,44	0,37	0,06	0,09	3,95	0,00	0,00	0,01	2,15	0,01
	Рис, зерно продовольственное	30/30	0,78	2,25	18,69	90,90	0,10	0,02	0,00	12,00	0,63
	Творог	19,76/19,51	1,76	3,26	0,39	30,30	0,01	0,06	0,10	32,00	0,08
	Масло сливочное	2,44/2,44	1,50	0,03	0,04	13,81	0,00	0,00	0,00	0,71	0,01
	Масло сливочное	2,44/2,44	1,50	0,03	0,04	13,81	0,00	0,00	0,00	0,71	0,01
	Сахарный песок	7,32/7,32	0,00	0,00	7,31	27,74	0,00	0,00	0,00	0,22	0,02
	Яйцо	4,88/4,88	0,56	0,62	0,03	7,66	0,00	0,02	0,00	2,68	0,12
	Вода	48,78/48,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,20	0,00
401	<b>Кефир</b>	150	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
	Кефир 2,5% жирности	154,17/150	3,75	4,35	6,00	79,50	0,06	0,26	1,05	180,00	0,15
	<b>Итого за день</b>		<b>47,34</b>	<b>45,20</b>	<b>157,61</b>	<b>1194,03</b>	<b>0,81</b>	<b>2,18</b>	<b>68,68</b>	<b>510,20</b>	<b>13,97</b>

Химический состав за выбранные дни (всего)											
№ п/п	Прием пищи	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
1	ЗАВТРАК	22,74	15,36	49,26	412,04	0,14	0,46	0,83	135,53	3,14	
2	ЗАВТРАК 2	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20	
3	ОБЕД	13,99	18,84	65,95	467,30	0,47	1,34	56,69	126,02	7,61	
4	ПОЛДНИК	10,21	10,60	32,59	267,68	0,17	0,37	1,16	232,66	1,02	
	<b>Итого</b>	<b>47,35</b>	<b>45,20</b>	<b>157,60</b>	<b>1194,02</b>	<b>0,81</b>	<b>2,18</b>	<b>68,68</b>	<b>510,20</b>	<b>13,97</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428913

Владелец Романова Виктория Анатольевна

Действителен с 31.10.2024 по 31.10.2025