

1/16	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,95	2,24	2,00	18,42	13,16	96,59	70,90	0,04	0,04	0,05	0,03	64,18	42,79	0,51	0,34	10,40	7,40
9/16	Каша молочная "Грибковая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	7,17	5,38	7,02	5,89	22,88	22,88	213,86	166,01	0,86	0,72	0,11	0,08	191	143	0,9	0,70	18,0	13,50
№18	Какао с молоком полусладкий	180	150	3,70	2,80	3,90	2,90	25,90	19,40	138,50	115,40	3,63	3,03	0,028	0,024	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
	Второй завтрак			14,55	11,13	13,16	10,79	74,81	55,44	448,95	352,31	4,53	3,79	0,19	0,13	364,62	276,99	1,73	1,31	42,62	32,75
2/16	Кефир с сахаром	100/3	100/3	2,90	2,90	2,50	2,50	4,00	4,00	50,00	50,00	0,7	0,7	0,04	0,04	120,00	120,00	12	12	0,1	0,1
	Обед																				
1/16	Салат из свеклы с яблоками	50	40	0,55	0,44	2,58	2,10	5,72	4,57	48,35	38,70	4,65	3,72	0,02	0,01	14,60	11,70	0,74	0,59	8,42	6,73
1/17	Суп крестьянский на говяжьем бульоне со сметаной	200/5	150/5	1,74	1,34	4,96	3,91	9,58	5,74	111,96	63,49	14,79	11,09	0,03	0,02	28,7	21,5	0,46	0,34	11,34	8,50
652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	25/25	5,14	2,57	13,42	6,71	17,44	8,72	171,12	85,56	2,48	1,24	0,010	0,005	186,240	93,120	2,30	1,15	25,18	12,59
2016	Каша пшеничная вязкая	130	100	4,03	3,10	3,80	2,93	21,10	16,23	134,75	103,66	0	0	0,09	0,07	23	18	0,5	0,4	18,5	14,2
1/15	Напиток "Глобально-ягодный" из свеж.ябл.	180	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41	0,11	0,08	6,40	4,80	0,18	0,13	3,60	2,70
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
	Усиленный полдник			15,48	11,43	25,58	16,43	103,78	80,43	677,36	482,95	26,46	19,46	0,32	0,25	273,04	163,22	5,68	4,11	92,10	69,78
1/14	Молоко кипяченое	130	130	4,00	4,00	3,43	3,43	6,60	6,60	73,10	73,10	1,80	1,80	0,10	0,10	246,50	246,50	0,21	0,21	19,10	19,10
1/16	Десерт фруктовый Яблоко	100	95	0,43	0,41	0,43	0,41	9,90	9,40	45,25	43,00	11,00	10,45	0,02	0,02	16,00	15,20	0,60	0,57	9,0	8,5
1/16	Пудинг из творога с яблоками со стученным молоком	120/15	90/15	14,39	10,79	11,90	8,90	32,10	24,00	319,84	239,90	5,00	3,74	0,09	0,08	137,38	125,90	1,50	1,4	22,2	20,4
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	ИТОГО			20,34	16,72	15,94	12,92	59,54	50,94	485,65	403,46	17,80	15,99	0,23	0,22	404,48	392,20	2,53	2,40	55,96	53,66
	3 день			53,27	42,18	57,18	42,64	242,13	190,81	1661,96	1288,72	49,49	39,94	0,78	0,64	1162,14	952,41	21,94	19,82	190,78	156,29
6	Завтрак																				
30/5/10	Бутерброд с повидлом	20/5/10	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21		134,93	108,80	0,10	0,10	0,02	0,01	5,2	3,4	0,22	0,11	9,6	7,5
200/3	Каша молочная пшеничная с маслом	150/3	7,79	5,85	6,15	5,23	38,72	29,05		241,46	186,71	4,03	3,02	0,57	0,43	9,00	5,00	0,70	0,50	17,30	6,2
1/16	Яйцо вареное	20	2,76	2,76	2,52	2,52	0	0		33,72	33,72	0	0	0,015	0,015	11,00	11,00	0,50	0,50	2,40	2,40
437	Чай полусладкий с молоком	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,013	0,011	68,8	57,37	0,39	0,32	7,9	6,7
	Второй завтрак			14,28	11,40	14,28	12,89	66,53	50,91	452,11	365,29	6,02	4,70	0,62	0,47	94,00	76,77	1,81	1,43	37,20	22,80
16	Ряженка	150	100	4,35	2,90	3,75	2,5	6,30	4,20	76,50	51,00	0,45	0,3	0,03	0,02	186	124	0,15	0,10	21,00	14,00
	Обед			4,35	2,90	3,75	2,50	6,30	4,20	76,50	51,00	0,45	0,30	0,03	0,02	186,00	124,00	0,15	0,10	21,00	14,00
4	Салат "Степной"	50	40	1,08	0,86	4,13	3,31	15,93	14,75	65,25	52,20	6,93	8,67	0,08	0,08	20,20	16,16	0,51	0,41	11,7	9,4
25	Суп "Грибный зернышко" на говяжьем бульоне	200	150	2,34	1,76	6,49	5,87	12,56	9,42	132,04	99,03	5,46	3,10	0,08	0,10	8,25	6,60	1,4	1,12	22,5	14,00
1/14	Тертые из говядины (вариант №2) с соусом	50/30	50/30	5,92	5,92	6,60	6,60	7,50	7,50	113,45	113,45	0,33	0,33	0,04	0,04	18,76	18,76	0,54	0,54	8,60	8,60
1/46	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	100	14,70	11,31	4,32	3,32	32,42	24,94	227,34	174,88	0	0	0	0	0,67	0,45	0,01	0,01	0,07	0,05
№3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	180	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	0	0	17,25	12,94	1,95	1,46	13,80	10,35
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
	Усиленный полдник			28,38	24,06	22,20	19,76	118,72	102,06	750,60	632,10	12,75	12,12	0,26	0,28	79,23	69,01	5,91	5,04	81,73	67,46
30	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	14,24	14,24		94,38	94,38	1,61	1,61	0,01	0,01	26,50	26,50	0,39	0,39	5,57	5,57
1/4	Пюре картофельное	130	100	2,57	1,98	3,96	3,05	15,42	8,79	225,61	170,47	6,00	4,60	0,14	0,11	36,98	29,58	10,09	0,81	11,05	8,50
1/4	Чай с лимоном (полусладкий)	180	150	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27	0,003	0,002	3,25	2,43	0,087	0,065	0,84	0,63
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66

[illegible]

Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Пищевые вещества (гр)				Энерг. ценность		Витамины (мг)				Минер. вещества (мг)								
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С		В1		Са	Fe		Mg			
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		Дет. сад	Ясли				
II неделя																					
	1 день																				
	Завтрак																				
	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
	Каша молочная "Геркулесовая" вязкая с маслом	200/3	150/3	8,14	6,78	12,10	10,08	36,14	30,12	286,20	238,50	0,86	0,72	0,11	0,08	191	143	0,9	0,70	18,0	13,50
	Чай полусладкий с молоком	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,013	0,011	68,8	57,37	0,39	0,32	7,9	6,7
				14,79	11,04	20,46	16,64	61,09	48,10	476,10	378,56	2,83	2,34	0,17	0,12	268,40	206,47	1,75	1,33	39,30	29,10
	Второй завтрак																				
	Сок фруктовый разливной	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
				0,75	0,65	0,00	0,00	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
Обед																					
	Салат из квашеной капусты	50	40	0,85	0,68	2,50	2,00	4,23	3,38	45,96	36,77	9,91	7,90	0,01	0,01	26,1	20,90	0,33	0,27	8,00	6,40
	Суп карт. клецками на говяжьем бульоне	200	150	7,96	7,18	9,41	8,54	26,71	22,60	183,36	155,97	12,40	9,37	0,09	0,07	22,3	16,7	1,3	1,00	13,96	8,97
	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	14,24	14,24	94,38	94,38	1,61	1,61	0,01	0,01	26,50	26,50	0,39	0,39	5,57	5,57
	Пюре картофельное	130	100	2,57	1,98	3,96	3,05	15,42	8,79	225,61	170,47	6,00	4,60	0,14	0,11	36,98	29,58	10,09	0,81	11,05	8,50
	Кисель из концентрата полусладкий	180	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				19,56	17,99	23,23	20,95	119,96	96,00	768,21	654,92	30,88	24,20	0,31	0,26	149,98	125,78	14,81	4,87	75,64	63,50
	Усиленный полдник																				
2 день	Чай полусладкий	180	150	0,20	0,15	0	0	5,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4	3,3
	Каша молочная "Дружба" вязкая с маслом	200/3	150/3	7,46	5,60	8,86	7,55	36,71	28,77	316,27	249,91	5,92	4,44	0,12	0,09	96,5	71,5	1,10	0,82	7,21	5,6
	Пряник	42	42	2,10	2,10	1,60	1,60	26,30	26,30	128,00	128,00	0	0	0,04	0,04	3,90	3,90	0,30	0,30	3,42	3,42
	Десерт фруктовый Яблоко	100	95	0,43	0,41	0,41	0,41	9,90	9,40	45,25	43,00	11,00	10,45	0,02	0,02	16,00	15,20	0,60	0,57	9,0	8,5
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
				11,71	9,78	11,07	9,74	88,91	79,20	558,02	484,15	16,92	14,89	0,20	0,17	126,05	98,99	3,06	2,54	29,69	26,48
				46,81	39,46	54,76	47,33	285,11	236,43	1865,93	1572,75	54,23	44,55	0,70	0,56	554,93	440,34	21,72	10,56	150,63	122,28
	Завтрак																				
	Бутерброд с повидлом	30/5/10	20/5/10	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10	0,02	0,01	5,2	3,4	0,22	0,11	9,6	7,5
	Каша молочная манная вязкая с маслом	200/3	150/3	6,61	4,96	7,33	4,62	33,82	25,37	229,70	162,89	4,22	3,17	0,38	0,29	182,00	136,00	0,40	0,30	13,30	8,22

№ 17	Кофейный напиток полусливочный	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62	0,03	0,03	0,03	0,03	110,60	92,2	0,20	0,2	19,80	16,50
	Второй завтрак			11,40	8,59	13,46	10,19	69,11	53,20	445,24	338,86	5,07	3,89	0,43	0,43	0,43	0,43	297,80	231,60	0,82	0,61	42,70	32,22
7/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	0,01	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
	Обед			0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	0,01	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
1/16	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	40	0,82	0,66	2,06	1,65	3,64	2,91	36,45	29,20	3,43	2,74	0,02	0,02	0,02	0,02	14,20	11,40	0,65	0,52	9,20	7,40
5/04	Суп из овощей на мясокостном бульоне (говяжий) со сметаной	200/5	150/5	1,92	1,47	3,79	3,03	9,64	5,78	92,33	69,25	20,14	18,86	0,068	0,043	0,043	0,043	67,64	59,58	1,14	0,87	20,82	14,77
1/14	Тестели из говядины (вариант №2) с соусом	50/30	50/30	5,92	5,92	6,60	6,60	7,50	7,50	113,45	113,45	0,33	0,33	0,04	0,04	0,04	0,04	18,76	18,76	0,54	0,54	8,60	8,60
1/16	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92	0	0	0,08	0,06	0,06	0,06	47,09	43,15	0,60	0,46	29,00	21,80
1/15	Напиток "Плодово-ягодный" из свеж.ябл.	180	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41	0,11	0,08	0,08	0,08	6,40	4,80	0,18	0,13	3,60	2,70
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
	Усиливающий полдник			17,32	15,60	17,05	14,97	102,39	85,72	632,71	541,36	28,44	25,34	0,37	0,30	0,30	0,30	168,19	151,79	4,61	4,02	96,28	80,33
53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	25/25	25/25	5,54	5,54	3,82	3,82	11,89	11,89	84,10	84,10	0,64	0,64	0,065	0,065	0,065	0,065	9,85	9,85	1,01	1,01	15,45	15,45
2016	Каша пшеничная вязкая	130	100	4,03	3,10	3,80	2,93	21,10	16,23	134,75	103,66	0	0	0,09	0,07	0,07	0,07	23	18	0,5	0,4	18,5	14,2
К-1	Чай полусливочный	180	150	0,20	0,15	0	0	5,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4	3,3
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	3 день			11,29	10,31	7,80	6,93	48,99	42,85	287,35	251,00	0,64	0,64	0,18	0,16	0,16	0,16	42,50	36,24	2,57	2,26	44,01	38,61
	Завтрак			40,76	35,15	38,31	32,09	235,64	194,90	1428,90	1186,34	37,75	32,99	0,99	0,79	0,79	0,79	518,99	428,73	10,10	8,71	188,99	154,36
16	Бугерборд с маслом с сыром	30/5/5	20/5	3,74	0	5,91	0	16,43	0	130,13	0	0,04	0	0,05	0	0,05	0	8,60	0	0,46	0	13,40	0
04	Бугерборд с сыром	20/5	20/5	0	2,95	0	2,00	0	13,16	0	70,90	0	0,04	0	0,03	0	0,03	0	42,79	0	0,34	0	7,4
1/15	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	7,79	5,85	6,15	5,23	38,72	29,05	241,46	186,71	4,03	3,02	0,07	0,03	0,03	0,03	9,00	5,00	0,70	0,50	25,30	14,00
№18	Каша с молоком полусливочный	180	150	3,70	2,80	3,90	2,90	25,90	19,40	138,50	115,40	3,63	3,03	0,028	0,024	0,024	0,024	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
	Второй завтрак			15,23	11,60	15,96	10,13	81,05	61,61	510,09	373,01	7,70	6,09	0,15	0,08	0,08	0,08	127,04	138,99	1,48	1,11	52,92	33,25
1/16	Кефир с сахаром	100/3	100/3	2,90	2,90	2,5	2,5	4,00	4,00	50,00	50,00	0,7	0,7	0,04	0,04	0,04	0,04	120,00	120,00	12	12	0,1	0,1
	Обед			2,90	2,90	2,50	2,50	4,00	4,00	50,00	50,00	0,70	0,70	0,04	0,04	0,04	0,04	120,00	120,00	12,00	12,00	0,10	0,10
04	Салат "Степной"	50	40	1,08	0,86	4,13	3,31	15,93	14,75	65,25	52,20	6,93	8,67	0,08	0,08	0,08	0,08	20,20	16,16	0,51	0,41	11,7	9,4
425	Суп "Речное зернышко" на говяжьем бульоне	200	150	2,34	1,76	6,49	5,87	12,56	9,42	132,04	99,03	5,46	3,10	0,08	0,10	0,08	0,10	8,25	6,60	1,4	1,12	22,5	14,00
649к	Биточки "Рябушка"	75	50	1,58	1,06	6,58	4,78	19,45	6,30	83,07	62,92	0,02	0,14	0,082	0,055	0,055	0,055	10,34	6,98	1,14	0,77	6,22	4,15
1/16	Каша ячневая вязкая с маслом	130/3	100/3	2,84	2,19	3,66	2,82	18,29	14,07	158,77	131,66	0	0	0,08	0,06	0,06	0,06	23	18	0,5	0,4	7,21	5,9
№3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусливочный	180	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	0	0	0	0	17,25	12,94	1,95	1,46	13,80	10,35
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
	Усиливающий полдник			12,18	10,08	21,52	17,44	116,54	89,99	651,65	538,35	12,44	11,93	0,38	0,36	0,36	0,36	93,14	74,78	7,00	5,66	86,49	68,86
04	Чай с лимоном (полусливочный)	180	150	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27	0,003	0,002	0,002	0,002	3,25	2,43	0,087	0,065	0,84	0,63
24	Сырники из творога со сушеным молоком	100/15	75/10	10,98	8,23	18,37	9,28	35,39	26,54	388,47	291,35	0,69	0,52	0,15	0,11	0,11	0,11	367,45	275,60	1,19	0,9	17,0	10,3
1/16	Десерт фруктовый Мандарины	70	70	0,63	0,63	0,17	0,17	17,13	17,13	72,00	72,00	30,00	30,00	0,04	0,04	0,04	0,04	27,80	27,80	0,12	0,12	10,1	10,1
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	4 день			13,40	10,60	18,78	9,68	78,74	66,13	570,66	458,19	33,99	33,79	0,21	0,17	0,17	0,17	403,10	310,43	1,62	1,30	33,60	26,64
	Завтрак			43,71	35,18	58,76	39,75	280,33	221,73	1782,40	1419,55	54,83	52,51	0,78	0,65	0,65	0,65	743,28	644,20	22,10	20,07	173,11	128,85
6	Бугерборд с повидлом	30/5/10	20/5/10	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10	0,02	0,01	0,01	0,01	5,2	3,4	0,22	0,11	9,6	7,5
1/16	Яйцо вареное	20	20	2,76	2,76	2,52	2,52	0	0	33,72	33,72	0	0	0,015	0,015	0,015	0,015	11,00	11,00	0,50	0,50	2,40	2,40

7/16	Суп молочный с рисом	200	150	3,80	2,85	4,89	3,80	18,93	11,20	129,95	91,43	0,88	0,73	0,036	0,027	169,56	127,17	0,222	0,166	12,52	6,89
	Чай полусладкий с молоком	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,013	0,011	68,8	57,37	0,39	0,32	7,9	6,7
			10,29	8,40	13,02	11,46	11,46	46,74	33,06	340,60	270,01	2,87	2,41	0,08	0,06	254,56	198,94	1,33	1,10	32,42	23,49
07/04	Второй завтрак	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
	Сок фруктовый разливной			0,75	0,65	0,00	0,00	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
	Обед																				
№ 310	Салат Мегелка	50	40	0,95	0,76	5,05	4,04	3,57	2,86	63,55	50,84	21,50	17,20	0,03	0,02	21,1	14,06	0,80	0,53	10,45	8,36
20/16	Суп картофельный с бобовыми на мясокостном бульоне (говяжий)	200	150	10,50	7,34	9,90	6,45	13,38	10,04	177,67	135,60	12,85	9,82	0,18	0,16	38,08	30,46	2,03	1,62	20,24	15,18
К-738к	Котлеты "Крестьянские"	75	50	11,16	7,44	12,44	7,96	17,30	6,20	213,76	146,17	0,56	0,37	0,08	0,054	35,66	23,77	1,35	0,90	6,27	3,27
33/15	Каша гречневая вязкая с маслом	130/3	100/3	4,03	3,10	4,12	3,17	21,54	16,57	139,36	107,20	0	0	0,17	0,13	27,90	21,46	2,57	1,98	23,45	16,12
7/16	Напиток из шиповника	180	150	0,68	0,51	0,28	0,21	18,97	14,23	81,30	61,00	100,00	75,00	0,010	0,010	21,30	16,00	0,63	0,47	3,50	2,60
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
			31,16	22,99	32,43	22,47	22,47	105,64	80,78	808,24	633,41	134,91	102,39	0,53	0,43	158,13	119,85	8,88	7,00	88,97	70,59
	Усиленный полдник																				
00/15	Тертель из птицы с соусом сметанным с томатом	60/30	60/30	11,56	11,56	8,77	8,77	18,03	18,03	173,34	173,34	2,97	2,97	0,04	0,04	23,63	23,63	0,51	0,51	8,60	8,60
11/14	Пюре картофельное	130	100	2,57	1,98	3,96	3,05	15,42	8,79	225,61	170,47	6,00	4,60	0,14	0,11	36,98	29,58	10,09	0,81	11,05	8,50
ТК-1	Чай полусладкий	180	150	0,20	0,15	0	0	5,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4	3,3
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
			15,85	15,21	12,91	12,91	12,00	49,45	41,55	467,45	407,05	8,97	7,57	0,20	0,17	70,26	61,60	11,66	2,17	29,71	26,06
			58,05	47,25	58,36	45,93	45,93	216,98	168,52	1679,89	1365,59	150,35	115,49	0,84	0,68	493,45	389,49	23,97	12,09	157,10	123,34
	5 день																				
	Завтрак																				
1/16	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,25	1,53	4,99	4,21	18,46	13,18	115,82	85,37	0	0	0,05	0,03	8,6	6,1	0,46	0,31	8,7	6,2
33/16	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	7,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98	0,07	0,05	142,08	106,6	0,110	0,08	24,33	11,25
11/14	Кисель из концентрата полусладкий	180	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00
			10,34	7,60	12,32	8,75	8,45	84,45	57,43	432,14	327,58	2,27	1,70	0,12	0,08	174,68	130,70	1,77	1,29	45,03	26,45
	Второй завтрак																				
00/16	Кефир с сахаром	100/3	100/3	2,90	2,90	2,5	2,5	4,00	4,00	50,00	50,00	0,7	0,7	0,04	0,04	120,00	120,00	12	12	0,1	0,1
			2,90	2,90	2,50	2,50	2,50	4,00	4,00	50,00	50,00	0,70	0,70	0,04	0,04	120,00	120,00	12,00	12,00	0,10	0,10
	Обед																				
№976	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	50	40	0,95	0,76	4,16	3,33	5,61	4,49	52,03	41,62	8,65	6,92	0,03	0,02	15,4	12,28	0,29	0,24	7,35	5,88
2/16	Рассольник Ленинградский со смет на говяжьим бульоне	200/5	150/5	2,16	1,65	4,09	3,07	13,27	9,95	117,67	98,93	6,03	4,52	0,08	0,06	21,16	15,87	0,80	0,60	20,70	15,53
9/14	Жаркое из мякоти птицы	50/100	25/75	17,24	7,83	10,44	7,00	19,02	6,01	228,99	146,00	8,18	5,45	0,04	0,02	18,83	12,55	0,17	0,11	18,40	9,90
К К №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	180	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	0	0	17,25	12,94	1,95	1,46	13,80	10,35
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
			24,69	14,45	19,35	14,06	14,06	88,21	65,90	611,21	479,09	22,89	16,91	0,21	0,16	86,69	67,74	4,71	3,91	85,31	66,72
	Усиленный полдник																				
0/14	Молоко кипяченое	150	130	4,59	4,00	3,96	3,43	7,59	6,60	84,35	73,10	2,05	1,80	0,11	0,10	284,40	246,50	0,24	0,21	22,04	19,10
9/16	Омлет натуральный	80/5	60/5	7,52	5,73	13,46	11,04	1,51	1,10	157,00	127,00	0,05	0,04	0,15	0,10	62,8	46,4	1,5	1,2	10,4	7,8
9/16	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92	0	0	0,08	0,06	47,09	43,15	0,60	0,46	29,00	21,80
ром	Печенье	23	23	1,65	1,65	2,10	2,10	16,32	16,32	77,69	77,69	0	0	0,03	0,03	6,90	6,90	0,41	0,41	4,40	4,40
6/16	Десерт фруктовый Яблоко	100	95	0,43	0,41	0,43	0,41	9,90	9,40	45,25	43,00	11,00	10,45	0,02	0,02	16,00	15,20	0,60	0,57	9,0	8,5
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
			20,35	16,88	23,91	20,07	20,07	77,93	68,72	591,05	506,17	13,10	12,29	0,41	0,33	421,79	362,75	3,61	3,05	80,50	67,26
			58,28	41,83	58,08	45,38	45,38	254,59	196,05	1684,40	1362,84	38,96	31,60	0,78	0,61	803,16	681,19	22,09	20,25	210,94	160,53

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр)	Пищевые вещества (гр)	Жиры (гр)	Белки (гр)	Пищевые вещества (гр)	Пищевые вещества (гр)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минер. вещества (мг)								
										C			B1			Ca			Fe			Mg		
										Дет. сад		Ясли	Дет. сад		Ясли	Дет. сад		Ясли	Дет. сад		Ясли	Дет. сад		Ясли
										Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: В среднем в день:			269,63	53,90	213,80	310,20	242,50	1295,40	1043,20	8864,60	7309,50	265,94	222,70	4,50	3,80	4334,40	3667,40	56,70	47,80	986,90	557,40			
					42,75	62,04	48,50	259,10	208,60	1 772,90	1 461,90	53,20	44,50	0,90	0,76	866,90	733,49	11,30	9,55	197,40	111,48			

Зачисление: при составлении меню использованы

СанПиН 2.3.2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под общей редакцией

Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016.

Сборник технических нормативов -Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2004.

Сборник технических нормативов -Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2014 г.

Сборник технических нормативов -Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2015 г.

Химико-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"