

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 10 «Милэшкэй» города Мамадыш»
Мамадышского муниципального района Республики Татарстан

УТВЕРЖДАЮ:

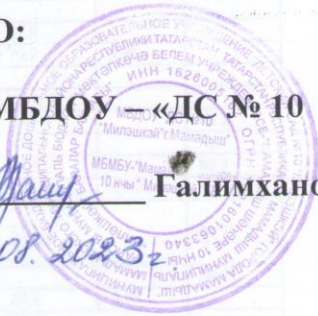
Заведующий МБДОУ — «ДС № 10

«Милэшкэй» г. Мамадыш»

Галимханова Г.Г.

Галимханова Г.Г.]

Приказ № 94 от 31.08.2023



Меню на 10 дней
Дошкольного возраста с 3-7 лет

день 1	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	каша вязк.пшени. с маслом	200								№168
	масло сливочное "крест"		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	крупа пшено		20	20	2,3	0,66	13	69,6		
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	кофейн.напиток с молоком	180								№395
	кофейный напиток		2	2			0,07			
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Бутерброд с маслом,сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6	
сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7	
					13,94	15,72	55,874	419,97	4,06	
2 завтрак	сок яблочный	85	85	85	0,43		7,7	32,3	1,1	№ 12
обед	салат морковный	60								№ 41
	морковь		65	60	0,8	0,06	4,32	20,4	2,88	
	сахар		5	5			4,99	18,95		
	суп вермишелевыйна мк/б	200								№ 233
	говядина		25	18,75	3,5	3		40,9		
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	лук		12	10	0,17	0,01	0,9	4,13	1,01	
	вермишель		15	15	1,5	0,2	10,5	51		
	картофель		100	72	2,4	0,4	11,8	58	17,3	
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	масло растительное		2	2		1,99		17,98		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
капуста тушен с мясом	200								№ 336	
капуста свежая		185	176	3,2	0,2	8	46			
масло растительное		3	3		2,997		26,97			
морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52		
лук репчатый		18	15,72			1,4	6,4	1,51		
мясо		65	46,4	8,6	7,4		101,2			
сметана 15%		9	9	0,26	1,3	0,27	14,4	0,03		
соль поваренная йодиров.		1	1							
масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4			
компот из св фруктов	200									
яблоки		20	17,6	0,1	0,1	1,7	7,9	36,3	№ 372	
сахар		12	12			11,98	45,48			
хлеб ржаной	43				2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
					23,615	22,307	71,72	580,71	0	
упл полд	рыба запеченное в омлете	70							60,07	№ 249
	рыба минтай		70	32,2	5,1	0,32		33,5		
	яйцо		0,6	0,6	3,4	3,1	0,19	42,39		
	молоко пастериз.2,5%		30	30	0,85	0,85	1,4	15,6	0,39	
	масло растит		4	4		3,996		35,96		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	огурцы порц.	50	50	50	0,42	0,06	1,14	6,6		
	картоф пюре	100								№ 321
	картофель с01.01		150	108	3	0,4	16,3	80	25,92	
	молоко		30	30	0,85	0,85	1,4	15,6	0,39	
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
соль поварен.йодиров.		1	1							
зелён.горошек	45	35	35	1,7	0,07	4,48	25,5			
хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1	
чай сл с молоком	200								№ 394	
чай заварка		0,5	0,5						№ 39	
сахар		10	10			9,98	37,9			
молоко пастериз.2,5%		90	90	2,5	2,25	4,3	46,8	1,25		
печенье сахарное	28	28	28	2,1	3,3	20,8	122	0,6		
Бананы	130	100	100	1,3	0,087	18,3	77,4	8,4	№ 368	
				23,945	19,723	95,33	659,94	36,95		
итого:				61,94	57,75	230	1693	186		

день 2	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.	
завтрак	каша манная с маслом	200/5								№ 168	
	крупа манная		20	20	2,1	0,2	13,48	65,6			
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95		
	сахар		3	3			2,96	11,37			
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4			
	соль поварен. йодиров.		1	1							
	какао с молоком	200									
	какао порошок		2	2	0,48	0,35	0,07	0,56		№397	
	сахар		10	10			9,98	37,9			
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95		
	Булка с маслом и сыром	40/5/6									
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6	
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7	
2					14,22	15,61	56,354	416,53	4,06		
	завтрак										
завтрак	сок яблочный	85	85	85	0,43		7,7	32,3	1,1	№ 12	
	обед	салат из белок капусты	60								№20
		капуста белок с 01.01		75	69	1,1	0,48	2,82	16,2	21,6	
	масло растит		3	3		2,997		26,97			
обед	Борщ на мк/б	200								№ 57	
	свекла		70	56	0,96	0,06	5	29,4	4		
	капуста белок.свеж.		70	56	1,2	0,06	2,6	15,12	18		
	картофель с 01.01		100	72	1,44	0,34	11,7	57,6	14,5		
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52		
	лук репчатый		12	10	0,17	0,01	0,9	4,13	1,01		
	масло растит		2	2		1,998		17,98			
	масло сливочное		2	2	0,015	1,99		17,98			
	мясо		25	18,75	3,5	3		40,9			
	сметана 15%		5	5	0,15	0,75	0,15	8,03	0,21		
	том пюре		2	2	0,1	0,38		1,98			
	соль поварен. йодиров.		1	1							
	обед	мясные котлеты	70								
		говядина		70	52,5	9,8	8,4		114,5		
		хлеб пшен.		12	12	1	0,12	6	29,4		
		молоко пастериз.2,5%		15	15	0,42	0,38	0,71	7,8	0,39	
		сухари		8	8	1,1	0,2	4,48	25,28		
яйцо			0,1	0,1	0,57	0,52	0,03	7,1			
масло слив.			2	2	0,01	1,65	0,016	14,99			
соль поварен. йодиров.			1	1							
масло растит			2	2		1,998		17,98			
лук репчатый			12	10	0,17	0,01	0,9	4,13	1,01		
морковь			15	11,4	0,14	0,01	0,8	3,9	0,52		
Томаты порционные		55	55	49	0,5	0,12	1,9	11,2	14,3		
гречка отв с маслом		150									
крупа гречневая			35	35	4,41	1,16	21,2	117,3			
масло сливочное		2	2	0,16	1,45	0,104	13,22				
соль поварен. йодиров.		1	1								
обед	компот из с/фр	200								№ 376	
	фрукты сушеные		13	16,85	0,39		7,07	29,5	0,32		
	сахар		12	12			11,98	45,48			
обед	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1	
	упл полд.				30,255	28,593	93,58	758,79	54,7		
15:15	кефир не жирный	100	100		3	0,05	3,8	30	0,7	№ 401	
	сахар		2	2			1,99	7,58			
15:15	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1	
	груша	90		90	0,4	0,3	8,6	37,8	4,5	№ 368	
	пирог печен.с кап.яйцом	80									
	мука пшеничная в/с		52	52	5,36	0,57	35,88	172			
	сахар		3	3			2,96	11,37			
	молоко пастериз.2,5%		35	35	0,99	0,88	1,65	18,2	0,65		
	масло сливочное		4	4	0,032	2,84	0,2	25,88			
	яйцо		0,6	0,6	3,4	3,1	0,19	42,39			
	капуста		40	20	0,6	0,04	1,42	5,4			
	дрожжи		1,08	1,08							
сметана		4	4	0,11	0,6	0,12	6,4	0,02			
	соль поварен. йодиров.		1	1							

масло растит		2	2		1,998		17,98		
чай с молоком	180								№ 394
чай-заварка		0,5	0,5						№ 39
молоко 2,5%		90	90	2,5	2,25	4,3	46,8	1,25	
сахар		10	10			9,98	37,9		
					19,092	12,938	88,09	543	7,12
итого:				64	57,28	245,8	1752	52,9	

день 3	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	суп молочный вермишелевый	200/5								№ 93
№ рец.	макаронные изделия		30	30	3,12	0,33	20,91	101		
93	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар песок		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	кофейный напиток с молоком	180								№ 395
	кофейный напиток		2	2			0,07			
	сахар		13	13			12,86	49,3		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Хлеб с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
						15,39	66,664	462,8	4,06	
2 завтрак	апельсин	90	90	85	0,63	0,14	5,67	28		№ 368
обед	салат свекольный с чернослив	60								№ 28
	свекла		90	55,4	0,9	0,06	4,95	23	4,95	
	чернослив		3	3	0,07		1,7	7,26	0,54	
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	сахар		5	5			4,99	18,95		
	суп картоф.с мясн.фрикадель.	250								№ 82
	картофель с 01.01		100	72	2,4	0,4	11,8	58	17,3	
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	лук репчатый		18	15,6	0,22	0,01	1,44	6,6	0,52	
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	говядина		65	46,4	8,6	7,4		101,2		
	яйцо		0,1	0,1	0,57	0,52	0,03	7,1		
	том пюре		2	2	0,1	0,4		1,98		
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
	рыбные котлеты	70								
	рыба		95	43,7	6,9	0,4		45,5		
	хлеб пшен.		12	12	1	0,18	6	29		
	молоко пастериз.2,5%		17	17	0,48	0,49	0,8	8,84	0,22	
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	масло слив.		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	лук репчатый		18	15,2	0,34		1,62	7,4	2,02	
	масло растит		3	3		2,997		26,97		
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	огурцы порционные	50	45,9		0,48	0,06	1,14	5,5	5,58	
	перловая каша с маслом	150								
	крупа перловая		35	35	3,3	0,4	22,96	112		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						

	компот из кураги	200									№ 376
	курага		12	12	0,6	0,013	6,6	28	1,29		
	сахар		14	14			13,8	53			
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83			№ 1
					30,193	23,84	82,121	718,8	33,5		
Уплотн.подник	сок яблочный	85	85	85	0,43		7,7	32,3	1,1		№ 12
15:15	печенье	20	20	20	1,5	2,3	14,88	87,2			
	пудинг творож.с рисом, смет соус	150									
	творог полужирный		85	85	14,2	7,65	1,7	135,2	0,5		
	крупа рис		10	10	0,8	0,2	7	33			
	сахар		5	5			4,95	18,95			
	мука		5	5	0,5	0,055	2,5	12,25			
	яйцо		0,3	0,3	1,71	1,55	0,095	21,2			
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98			
	масло растит		2	2		1,998		17,98			
	ванилин		0,01	0,01							
	сметана 15%		9	9	0,26	1,3	0,27	14,4	0,03		
	соль поваренная йодиров.		0,5	0,5							
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3			№ 1
	кисель из плодово-ягод.конц.	200									№ 384
	кисель		9	9	0,054		12,48	48,6			
					22,174	18,66	68,607	534,4	1,63		
	итого:				68	58	223	1744	39,73		

день 4	наименование блюдо	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
	яйцо варён.	1			5,7	5,2	0,3	70,6		
завтрак	каша вязкая геркулесовая с маслом	200								№ 168
№ рец. 168	крупа" геркулес."		20	20	2,2	1,24	9,76	61		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	какао с молоком	180								№ 397
	какао порошок		2	2	0,97	0,7	1,16	14,92		
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Булка с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,04	4,13	0,04	33,09		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					14,825	17	53,72	421,98	4,06	
2 завтрак	сок абрикосовый	85	85	85	0,43		11,65	47,6		№ 12
обед	салат из св огурцов	60								№ 15
	огурцы свежие		71	57	0,4	0,1	1,08	6		
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	соль поваренная йодиров.		1	1	1					
	щи на мк/б	200								№ 67
	картофель с 01.01		100	72	2,4	0,4	11,8	58	17,3	
	хлеб пшеничн.		9	9	0,7	0,08	4,5	22,05		
	лук репчатый		11	9	0,154		0,921	3,79	0,92	
	капуста белок		100	80	1,44	0,08	3,76	21,6	18	

	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	масло растит		0,5	0,5		0,5		4,5		
	мясо говядина		25	18,75	3,5	3		40,9		
	гренки		20	20	1,74	0,3	8,2	41,8		
	масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,078	19,83		
	сметана 15%		5	5	0,15	0,75	0,15	8,03	0,21	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	Томаты порционные	60	60	57	0,7	0,12	2,5	13,1	14,3	
	плов мясной	200								№ 304
	мясо говядина		65	46,4	8,6	7,4		101,2		
	масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,078	19,83		
	морковь с 01.01		15	11,4	0,14	0,01	0,8	3,9	0,52	
	лук репчатый		12	10	0,154		0,921	3,79	0,92	
	крупа рисовая		35	35	2,45	0,35	24,7	115,5		
	масло растит		4	4		3,99		35,96		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	компот из св яблок	200								№ 372
	яблоки		20	17,6	0,1	0,1	1,7	7,9	36,3	№ 372
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
					29,326	24,36	103,4	747,58	89	
упл подд.										
	15:15кефир не жирный	100	100		3	0,05	3,8	30	0,7	№ 401
	сахар		2	2			1,99	7,58		
	пироги с курагой	80								
	мука пшеничная		52	52	5,36	0,57	35,88	172		
	сахар		5	5			4,95	18,95		
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
	яицо		0,1	0,1	0,57	0,52	0,03	7,1		
	соль		1	1						
	дрожжи		1,08	1,08						
	курага		13	13	0,67		7,15	30	0,21	
	сметана 15%		4	4	0,11	0,6	0,12	6,4	0,02	
	молоко пастериз.2,5%		35	35	0,99	0,88	1,65	18,2	0,65	
	масло растит		2,5	2,5		1,99		17,98		
	чай с лимоном	180								№ 394
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
	лимон	8	8	8	0,072	0,008	0,24	2,64	1,25	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	Груша	80	80	78	0,43	0,32	10,97	45,36	5,4	№ 368
					11,222	8,238	76,79	424,09	8,23	
	Итого:				56	50	244	1641	63,6	

день5	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	каша дружба вязкая с маслом	200/5								№ 168
	крупа пшено		10	10	1,15	0,33	6,5	34,45		
	крупа рис		10	10	0,7	0,01	7,12	32,67		
	молоко		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	кофейный напиток с молоком	180								№ 395
	кофейный напиток		2	2			0,07			
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	

	Булка с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,04	3,63	0,13	33,09		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					13,51	14,9	56,584	413,18	4,06	
2										
завтрак	яблоки	90	90	85	0,4	0,4	9,8	45	145	№ 368
обед	салат из свеж.помидор и огурц.	60								№ 15
	помидоры св.		31	29,45	0,59	0,03	0,92	6,77	7,36	
	огурцы св.		37	34,41	0,26	0,034	0,68	3,78	2,41	
	масло растительное		3	3		2,99		26,97		
	лук репчатый		12	10	0,17		0,98	4,13	1,01	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	суп" крестьянский" на мк/б	200								
	капуста белокач. 01.03		80	76,4	1,4	0,09	3,8	20,6	43,2	
	картофель 01.03	100	100	72	2,4	0,2	11,8	58		
	крупа(перл.пшени.рис.)		5	5	0,47	0,055	3,28	16		
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	лук репчатый		12	10	0,17		0,98	4,13	1,01	
	масло растит.		1	1		0,999		8,99		
	мясо говядина		25	18,75	3,5	3		40,9		
	масло слив.		3	3	0,015	2,48	0,024	19,83		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	сметана		5	5	0,15	0,75	0,15	8,03	0,21	
	жаркое по -домашнему	200								№ 276
	говядина		65	46,4	8,6	7,4		101,2		
	картофель 01.02		150	150	3	0,6	24,45	120	22,5	
	лук репчатый		15	12,6	0,21		1,15	5,17	1,26	
	масло растит		3	3		2,99		26,97		
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
	морковь		15	11,4	0,14	0,01	0,8	3,9	0,52	
	масло слив.		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	компот из с/фр	200								№ 376
	фрукты сушеные		13	16,85	0,39		7,07	29,5	0,32	
	сахар		15	15			14,8	56,8		
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
					27,13	24,93	103,128	748,09	225,32	
упл										
полд.	15:15 сок яблочный	85	85	85	0,43		7,7	32,3	1,1	№ 12
	печенье	20	20	20	1,5	2,3	14,88	87,2		
	запеканка из творога	120								
	творог		85	85	14,2	7,65	1,7	135,2	0,5	
	мука		5	5	0,52	0,05	9,41	16,7		
	сахар		12	12			11,97	45,48		
	яицо		0,4	0,4	2,29	2,07	0,13	28,3		
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
	сметана		4	4	0,11	0,6	0,12	6,4	0,015	
	масло растит		2	2		1,99		17,98		
	соль поваренная йодиров.		0,5	0,5						
	чай с молоком с конфетами	180								№ 394
	Молоко ПАСТЕР. 2,5%		90	90	2,5	2,25	4,3	46,8	1,25	
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
	конфеты		9	9	0,009	0,009	8,3	32,1		
					21,58	20,22	58,542	478,44	2,865	
	Итого:				63	61	228	1684	277,5	
день 6	наименование блюд	кол-	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№

		во								рец.
завтрак	каша вязкая пшеничная с маслом	200/5								№ 168
№ рец.	крупя пшеничная		20	20	2,3	0,26	12,4	63,2		
168	молоко		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	какао с молоком	180								№ 397
	какао порошок		2	2						
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					13,94	15,32	55,204	413,6	4,06	
2										
завтрак	апельсин	75	75	65	0,9	0,14	5,67	28	42	№ 368
обед	салат из моркови с курагой	60								№ 42
	морковь с 01.03		65	55	0,72	0,056	4	18,7	2,8	
	курага		6	6	0,32		3,3	14,04		
	сахар		3	3			2,99	11,37		
	свекольник на мк/б	200								
	свекла с01.01		100	80	1,2	0,08	7,2	33,6	6,8	
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	лук репчатый		13	10	0,17		0,99	4,13	0,01	
	масло растит		4	4		3,99		35,9		
	сахар		1	1			1	3,79		
	мясо говядины		25	18,75	3,5	3		40,9		
	масло сливочное		1	1	0,01	0,8	0,01	7		
	сметана		9	9	0,26	1,3	0,27	14,4	0,03	
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
	картофель		94	88	1,8	0,35	14,3	70,4		
	гуляш	80								
	мясо говядина		65	46,4	8,6	7,4		101,2		
	масса отв мяса			60						
	морковь с 01.01		26	21	0,34	0,021	1,49	7,07	1,04	
	лук репчатый		13	11	1,82		0,99	4,48	1,09	
	масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,78	19,83		
	мука пшеничн 1 сорт		3	3	0,32	0,04	2,03	9,93		
	масло растит		3	3		3,01		26,97		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	томатн пюре		6	6	0,29		1,14	5,94		
	Томаты порционные	60	60	57	0,7	0,12	2,5	13,1	14,26	
	макаронь отварные.с вар.яйцом	130								№ 317
	макар изделия		50	50	5,2	0,55	34,85	168,5		
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	соль поваренная йодиров.		0,5	0,5						
	яицо		0,5	0,5	2,86	2,59	0,2	35,3		
	компот из св яблок	200								№ 372
	яблоки		20	17,6	0,1	0,1	1,7	7,9	36,3	№ 372
	сахар		13	13			12,9	49,27		
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
					31,194	27,75	107,88	799,4	62,85	
15.00	сок абрикосовый	85	85	85	0,43		11,65	47,6		№ 12
упл полд.	котлета картофельная	105								

	картофель		220	158	3,16	0,63	25,8	126,4	38,9	
	молоко		30	30	0,85	0,85	1,4	15,6	0,39	
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	сметана 15%		2	2	0,06	0,4	0,064	3,21	0,01	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
	салат из св.капусты	60	95	60	10,8	0,06	2,8	16,2		№ 20
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	чай с молоком	180								№ 394
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
	молоко пастериз.2,5%		90	90	2,5	2,25	4,3	46,8	1,25	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	печенье	28	28	28	2,1	3,3	20,8	122	0,6	
					11,74	15,1	93,826	565	41,15	
	Итого:				58	58	263	1806	160	

день7	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	каша гречневая с маслом	200/5								№ 168
№ рец.	крупа гречневая		20	19,6	2,5	0,7	12,14	67		
168	молоко 2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль йодиров.		1	1						
	кофейный напиток с молоком	180								№395
	кофейный напиток		2	2			0,07			
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко 2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					14,14	15,76	55,014	417,4	4,06	
2 завтрак	сок абрикосовый	85								
	сок абрикосовый	85	85	85	0,43		11,65	47,6		№ 12
обед	салат из свеклы с черносл.	60								№ 33
	свекла		92	60	0,8	0,064	4,6	21,76	8,56	
	масло растит		3	3			2,997	26,97		
	сахар		2	2			1,99	7,58		
	чернослив		5	5	0,1		2,9	12		
	Рассольник "Ленинград." на к/б	200								№ 76
	картофель01.01	90	120	86	1,7	0,3	14	69		
	крупа перловая		5	5	0,47	0,055	3,28	16		
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	лук репчатый		12	10,8	0,17		0,98	4,13	1,01	
	огурцы соленные		30	30	0,13	0,01	0,25	2,08	0,8	
	мясо говядина		25	18,75	3,5	3		40,9		
	соль поваренная йодиров.		1	1					30	
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	масло растит		2	2			1,99	17,98		
	сметана		5	5	0,15	0,75	0,15	8,03	0,21	
	рыбные котлеты	70								
	рыба минтай		95	43,7	6,9	0,4		45,5		
	хлеб пшен.		10	10	0,78	0,15	5	24,5		
	масло слив.		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	масло растит		2	2			1,998	17,98		
	яицо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	лук репчатый		12	10,8	0,17		0,98	4,13	1,01	
	масса полуфабриката			76,5						
	морковь		15	11,4	0,14	0,01	0,8	3,9	0,52	

	огурцы порционные	55	55	51,8	0,42	0,06	1,14	5,6	5,58	
	гороховое пюре	130								
	горох лушен.		45	45	10,35	0,72	22,86	141,3		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	компот из св яблок	200								№ 372
	яблоки		24	17,6	0,1	0,1	1,7	7,9	36,3	№ 372
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
упл полдник					32,708	20,239	102,95	745,7	75,95	
	15:15 кефир	100	100	100	3	0,05	3,8	30,1	0,7	№ 401
	сахар		2	2			1,99	7,58		
	пироги с мясом, луком	80								
	мука пшеничная		52	52	5,36	0,57	35,88	172		
	сахар		3	3			2,97	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	дрожжи		1,08	1,08						
	мясо говядины		60	45	8,3	7,2		98,1		
	лук репчатый		15	12,6	0,18		1,17	5,3	0,67	
	сметана 15%		4	4	0,11	0,6	0,12	6,4	0,015	
	молоко 2,5%		35	35	0,99	0,88	1,65	18,2	0,65	
	масло растит		2	2		1,99		17,98		
	чай с лимоном	180								№ 394
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
	лимон	8	8	8	0,072	0,008	0,24	2,64	1,25	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	яблоки	70	70	70	0,48	0,42	8,82	40,5		№ 368
	Итого:				19,65	15,233	66,707	484,6	3,285	
					67	51	236	1695	94	

день8	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	каша вязкая рисовая с маслом	200/5	5,67	5,28						№ 168
	рис		20	20	1,4	0,2	14,14	66		
	молоко		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	чай с молоком	180								№ 394
	чай		0,5	0,5						№ 39
	молоко		90	90	2,5	2,25	4,3	46,8	1,25	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					11,74	14,11	54,844	393	3,36	
2 завтрак	груша	85	85	85	0,4	0,3	9,5	42		№ 368
обед	салат из св помидоров	60								№ 14
	помидоры свежие		51	48,45	0,56	0,102	1,94	11,14	12,1	
	лук репчатый		13	9,6	0,16	0,009	0,78	3,26	0,48	
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	суп дом. лапша на мк/б	200								
	мясо говядины		25	18,75	3,5	3		40,9		
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		

	мука		22	22	2,27	0,24	15,18	72,82		
	картофельс 01.01	90	100	72	2,4	0,2	11,8	58		
	лук репчатый		12	10	0,17		0,98	4,13	0,01	
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	масло слив		3	3	0,024	2,18	0,78	19,83		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	масло растит		2	2		1,99		17,98		
	овощное рагу с мясом	200								№ 137
	капуста белокоч		85	75	1,4	0,1	3,5	20,2	28,8	
	морковь с 01.01		50	40	0,52	0,032	2,88	13,6	1,6	
	картофель с01.01	90	100	72	2,4	0,2	11,8	58		
	зелён.горошек	45	38	38	1,9	0,08	4,9	27,7		
	лук репчатый		15	12,6	0,21		1,14	5,17	1,6	
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	мясо говядины		65	46,4	8,6	7,4		101,2		
	масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,78	19,83		
	сметана 15 %		5	5	0,15	0,75	0,15	8,03	0,21	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	компот из кураги	200								№ 376
	курага		13	16,85	0,39		7,07	29,5	0,32	
	сахар		12	12			11,97	45,48		
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
					31,89	24,314	107,933	770,9	45,6	
упл подд	15:15 сок яблочный	85	85	85	0,43		7,7	32,3	1,1	№ 12
	печенье	28	28	28	2,1	3,3	20,8	122	0,6	
	пудинг из творога с ябл. смет с.	130								
	творог		85	85	14,2	7,65	1,7	135,2	0,5	
	яблоки свежие		30	26,4	0,24	0,21	2,6	11,9	87,1	
	сахар		5	5			4,95	18,95		
	яицо		0,3	0,3	1,71	1,55	0,095	21,2		
	масло растит		3	3		1,99		17,98		
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
	ванилин		0,01	0,01						
	мука		5	5	0,51	0,055	3,44	16,7		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	сметана 15 %		4	4	0,11	0,6	0,12	6,4	0,02	
	чай с молоком	200								№ 394
	молоко		90	90	2,5	2,25	4,3	46,8	1,25	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
					21,82	20,905	55,717	497,3	90,6	
	Итого:				66	60	228	1703	174	

день 9	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	каша вязкая ячневая с маслом	200/5								№ 168
	крупа ячневая		20	19,8	2	0,26	13,3	64,15		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	сахар		3	3			2,96	11,37		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	кофейный напиток с молоком	180								
	кофейный напиток		2	2			0,07			
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1

	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					13,64	15,32	56,17	414,52	4,06	
2										
завтрак	сок яблочный	85	85	85	0,43		7,7	32,3	1,1	№ 12
обед	салат из свеклы	60								
	свекла с 01.01		75	60	1,13	0,06	6,1	25,2	6	№ 33
	масло растит		2	2		1,998		17,98		
	суп карт с рыбн фрикад	200								№ 66
	картофель с 01.01		120	86	1,7	0,3	14	69		
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	лук репчатый		10	8	0,14		2,17	3,44	0,84	
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	крупа пшенная		5	5	0,58	0,165	3,25	17,4		
	рыба		70	32,2	5,1	0,32		33,5		
	масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,78	19,83		
	зелень		2	1,68			0,035		0,64	
	соль поваренная йодиров.		2	2						
	масло растит		3	3		1,99		17,98		
	ленивые голубцы	200								
	мясо говядины		65	46,4	8,3	8		109		
	лук репчатый		16	13	0,22	0,23	0,24	0,25	0,26	
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	капуста		158	126	2,3	0,14	5,9	34	6,28	
	рис		10	10	0,7	0,1	7,07	33	1,4	
	масло слив		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4	0,024	
	сметана 15%		5	5	0,15	0,75	0,15	8,03	0,21	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	компот из св.фруктов	200								№ 372
	яблоко		25	17,6	0,1	0,1	1,7	7,9	36,3	№ 372
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
					21,849	20,308	78,14	603,6	46,45	
упл										
полд	15:15 кефир	100	100	100	3	0,05	3,8	30,1	0,7	№ 401
	сахар		2	2			1,99	7,58		
	пироги сладкие с песочком	80								
	мука пшеничная		52	52	5,36	0,57	35,88	172		
	масло сливочн.		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
	сахар		5	5			4,95	18,95		
	сметана		4	4	0,11	0,6	0,12	6,4	0,015	
	масло растит		4	4		3,996		35,96		
	яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13		
	дрожжи		1,08	1,08						
	молоко пастериз.2,5%		35	35	0,99	0,88	1,65	18,2	0,65	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	чай с лимоном	180								№ 394
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
	лимон	8	8	8	0,072	0,008	0,24	2,64	1,25	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
					10,692	10,444	58,71	373,84	2,615	
	Итого:				47	46	201	1417	55,4	

10 дней	наименование блюд	кол-во	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	№ рец.
завтрак	каша дружба вязкая с маслом	200/5								№ 168
№ рец.	крупа пшено		12	12	1,4	0,4	7,8	42		
168	крупа рис		12	12	0,84	0,1	8,5	39,6		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	

	сахар		3	3			2,96	11,37		
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	какао с молоком	200								
	какао порошок		2	2	0,48	0,35	0,07	0,56		
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	молоко пастериз.2,5%		135	135	3,8	3,4	6,4	70,2	1,95	
	Булка с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		№ 6
	сыр		5	5	1,3	1,34		17,6	0,16	№ 7
					14,36	15,91	59,174	432,53	4,06	
2 завтрак	мандарин	90	90	74	0,8	0,22	8,1	40	28,12	№ 368
обед	салат из моркови с яблоками	60								№ 38
	морковь с 01.01		67	48	0,78	0,048	4,16	16,32	2,4	
	яблоки		17	15	0,068	0,059	1,72	6,73	24,68	
	сахар		2	2			1,99	7,58		
	масло растит.		3	3			2,99	26,97		
	Щи из свежей капусты на м/б	200								№ 67
	мясо говядины		25	18,75	3,5	3		40,9		
	Капуста свежая		110	88	1,6	0,5	4,1	23,8	22,3	
	картофель с 01.01		100	72	2,4	0,2	11,8	58		
	лук репчатый		14	10	0,17		0,99	4,13	1,01	
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	масло слив		3	3	0,024	2,18	0,78	19,83		
	крупа геркулес		5	5	0,55	0,305	2,44	15,15		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	масло растит		2	2		1,99		17,98		
	мясные котлеты	70								
	говядина		65	46,4	8,6	7,4		101,2		
	хлеб пшен.		12	12	1,04	0,18	6	29,4		
	молоко 2,5%		15	15	0,42	0,38	0,71	7,8	0,2	
	сухари		7	7	0,61	0,11	3,92	22,12		
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	масса полуфабриката			87						
	лук репчатый		14	10	0,17		0,99	4,13	1,01	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	морковь		11	8,36	0,11	0,01	0,6	2,89	0,52	
	масло растит		3	3		2,997		26,97		
	картоф пюре	100								№ 321
	картофель с 01.01		180	129,6	3,6	0,52	23,27	103,67	25,92	
	молоко 2,5%		40	40	1,12	1	1,89	20,8	0,52	
	масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,048	19,83		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	Томаты порционные	55	55	50	0,57	0,058	2	12,65	14,26	№ 376
	компот из с/фр	200								
	фрукты сушеные		13	16,85	0,39		7,07	29,5	0,32	
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	хлеб ржаной	43			2,84	0,5	14,62	77,83		№ 1
					29,839	24,662	102,731	751,1	93,66	
Уплот.полд.	15:15 сок	85	85	85	0,43		11,65	47,6		№ 12
	печенье	28	28	28	2,1	3,3	20,8	122	0,6	
	лаком.творож.со ср.мол.см.соус	120								
	творог полужирный		85	85	14,2	7,65	1,7	135,2	0,5	
	мука пшен.		5	5	0,51	0,055	3,44	16,7		
	Масло сливочн. несол "крест"		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
	яйцо		0,3	0,3	1,71	1,55	0,095	21,2		
	сахар песок		5	5			4,95	18,95		
	сг молоко 2,5%		15	15	0,42	0,38	0,71	7,8	0,2	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	сметана 15%		9	9	0,26	1,3	0,27	14,4	0,03	
	масло растит		1	1		0,999		8,99		
	хлеб пшеничный		34	34	2,7	0,31	17	83,3		№ 1
	чай сл с лимоном	180								№ 393
	чай заварка		0,5	0,5						№ 39
	сахар		10	10			9,98	37,9		
	лимон		7	4,2	0,063	0,0042	0,17			
					22,413	18,8482	70,797	544,02	1,33	
	Итого:				67	60	241	1767	149	

Калорийность по приёмам пищи.(от 3 до 7 лет)

(85%)- 12 часовым пребыванием

	1 день	2день	3день	4день	5день	6день	7день	8день	9день	10день
1 завтрак	419,9	416,5	462,8	421,9	413,2	413,6	417	392,9	414,5	432
2завтрак	32,3	32,3	28	47,6	45	28	47,6	42	32,3	40
Обед	580,7	759,8	718,8	747,6	748	799	745,7	771	603	751
Уплотн. полдн.	659,9	543	534,4	424	478	565	485	497	373,8	544
Итого:	1693	1752	1744	1641	1684	1806	1695	1703	1424	1767

Калорийность в %(от 3 до 7 лет)

	1день	2день	3день	4день	5день	6день	7день	8день	9день	10день
1 завтрак	24,8	23,8	26,5	25,7	24,5	22,9	24,6	23	29	24
2 завтрак	1,9	1,84	1,6	2,9	2,7	1,6	2,8	2,7	2,3	2,3
Обед	34,3	43,4	41	45,6	44,4	44,3	44	45	42,3	42,5
Уплотн. полдн.	38,9	30,9	30,6	25,8	28,4	31	28,6	29	26,4	31
Итого:	100	100	99,7	100	100	100	100	99,7	100	99,8

Возраст от 3 до 7 лет.

Соотношение пищевых веществ по приёмам пищи(белки,жиры,углеводы)

	1день			2день			3день			4день			5день		
	б	ж	угл	б	ж	Угл.	б	ж	Угл.	б	ж	угл	б	ж	угл
1 завтрак	13,94	15,72	55,9	14,2	15,61	56,4	14,76	15,4	66,7	14,8	17	53,7	13,5	14,9	56,6
2 завтрак	0,43	0	7,7	0,43	0	7,7	0,63	0,14	5,67	0,43	0	11,65	0,4	0,4	9,8
45Обед	23,62	22,3	71,7	30,2	28,6	93,6	30,2	23,8	82	29,3	24,4	103	27	25	103
Уплотн.полдн.	23,95	19,7	95,3	19,1	12,9	88	22,2	18,7	68,6	11,2	8,3	76,8	21,6	20,3	58,5
Итого:	61,94	58	230	64	57,3	245,8	68	58	223	56	50	244	63	61	228
Соотношение в %															
1 завтрак	3,97	4,5	16	3,9	4,3	15,4	4,2	4,4	19,1	4,2	4,9	15,3	3,8	4,2	16
2 завтрак	0,2	0	2,2	0,1	0	2,1	0,2	0,04	1,6	0,12	0	3,3	0,1	0,1	2,8
Обед	6,7	6,4	20,5	8,2	7,8	25,5	8,6	6,8	23,5	8,4	6,96	29,4	7,7	7,1	29,3
Уплотн.полдн.	6,8	5,6	27,3	5,2	3,5	24	6,3	5,4	19,7	3,2	2,4	21,9	6,1	5,7	16,6
Итого:	17,67	16,6	65,7	17,4	15,5	66,8	19,5	16,6	63,9	16	14,3	69,7	17,9	17,3	64,7

	6день			7день			8день			9день			10день		
	б	ж	Угл.	б	ж	Угл.	б	ж	Угл.	б	ж	Угл.	б	ж	Угл.
1 завтрак	13,94	15,32	55,2	14,14	15,8	55	11,7	14	54,8	13,6	15,3	56,2	14,4	15,9	59,2
2 завтрак	0,9	0,14	5,67	0,43	0	11,7	0,4	0,3	9,5	0,43	0	7,7	0,8	0,22	8,1
Обед	31,2	27,7	108	32,7	20,3	103	31,9	24,3	108	22,2	19,7	78,1	29,8	24,7	102,7
Уплотн.полдн.	11,74	15	93,8	19,7	15,3	66,7	21,8	20,9	55,7	10,7	10,5	58,7	22,4	18,8	70,8
Итого:	58	58	263	67	51	236	66	60	228	47	46	201	67	60	241
Соотношение в %															
1 завтрак	3,7	4	14,5	4	4,5	15,5	3,3	4	15,5	4,6	5,2	19	3,9	4,3	16
2 завтрак	0,2	0,03	1,5	0,1	0	3,3	0,1	0,1	2,7	0,1	0	2,6	0,2	0,1	2,2
Обед	8,2	7,3	28,5	9,2	5,6	2,9	9	6,8	30,5	7,5	6,7	26,5	8	6,7	27,7
Уплотн.полдн.	3,1	4	24,7	5,6	4,3,	18,8	6,2	5,9	15,7	3,6	3,6	20	6	5,1	19,2
Итого:	15,3	15,3	69,4	18,9	14,4	66,7	18,6	16,9	64,4	16	15,6	68	18	16,3	65

Накопительная ведомость по расходу продуктов питания для детей в детском саду от 3 до 7 лет с 12 часовым пребыванием (в день на одного ребенка в граммах (нетто)) 85%

Наименования	1 ден ь	2 ден ь	3 ден ь	4 ден ь	5 ден ь	6 ден ь	7 ден ь	8 ден ь	9 ден ь	10 ден ь	Итог о за 10 дней	Факт за 1 день на 1- го челове ка в гр (нетто)	Норма на 1-го челове ка в день в гр(нет то)	Отклоне ния в гр.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Хлеб пшеничный	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	68,0 0	680,0 0	68,00	68,00	0,00	
хлеб пшеничный	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
сухари панировочные	0,00	8,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	22,00	2,20			
Хлеб ржано- пшен	43,0 0	43,0 0	43,00	43,00	43,00	43,00	43,00	43,00	43,00	43,00	430,0 0	43,00	43,00	0,00	
Мука пшеничная	0,00	52,0 0	5,00	52,0 0	5,00	5,00	52,0 0	22,0 0	52,0 0	5,00	250,0 0	25,00	25,00	0,00	
Крупы(злаки),бо бовые	20,0 0	55,0 0	45,00	55,00	25,00	20,00	70,00	20,00	35,00	25,00	370,0 0	37,00	37,00	0,00	
геркулес	0,00	0,00	0,00	20,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	25,00	2,50	0,00		
горох	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00	0,00	0,00	45,00	4,50			
греча	0,00	35,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00	20,0 0	0,00	0,00	0,00	55,00	5,50			
манная крупа	0,00	20,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	2,00			
перловка	0,00	0,00	35,0 0	0,00	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	45,00	4,50			
пшеничка	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	2,00			
пшено	20,0 0	0,00	0,00	0,00	10,0 0	0,00	0,00	0,00	5,00	10,0 0	45,00	4,50			
рис	0,00	0,00	10,00	35,00	10,00	0,00	0,00	20,00	10,00	10,00	95,00	9,50			
фасоль	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
ячневая	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	20,00	2,00			
Макаронные изделия	20,00	0,00	30,0 0	0,00	0,00	50,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00	100,0 0	10,00	10,00	0,00	
Картофель	250, 00	100, 00	100,0 0	100,0 0	250,0 0	314,0 0	120,0 0	200,0 0	120,0 0	276,0 0	1830, 00	183,00	183,00	0,00	
Овощи ,зелень	350, 00	350, 00	200, 00	280, 00	210, 00	290, 00	240, 00	280, 00	280, 00	280, 00	2760, 00	276,00	276,00	0,00	
зеленый горошек	45,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00	0,00	90,00	9,00			
зелень(укроп,петр ушка)	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
икра кабачковая	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
капуста квашеная	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,0 0	0,00	0,00	0,00	30,00	3,00			
капуста свежая	185,0 0	185, 00	0,00	100,0 0	80,00	0,00	0,00	85,00	158,0 0	110,0 0	903,0 0	90,30			
лук репчатый	30,00	24,0 0	36,0 0	21,0 0	39,0 0	26,0 0	39,0 0	40,0 0	26,0 0	28,0 0	309,0 0	30,90			
брюква	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
морковь	82,00	26,0 0	22,0 0	26,0 0	26,0 0	102, 00	26,0 0	61,0 0	22,0 0	89,0 0	482,0 0	48,20			
огурцы свежие	0,00	0,00	50,00	71,00	37,00	0,00	55,00	0,00	0,00	0,00	213,0 0	21,30			
огурцы соленые		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,0 0	0,00	0,00	0,00	30,00	3,00			
капуста морская	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
помидоры свежие	0,00	55,0 0	0,00	60,0 0	31,0 0	60,0 0	0,00	51,0 0	0,00	50,0 0	307,0 0	30,70			
репа		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			

сардельки	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Рыба	70,00	0,00	95,00	0,00	0,00	0,00	95,00	0,00	70,00	0,00	330,00	33,00	33,00	0,00		
сельдь		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
треска	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	0,70				
	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Сметана 15%	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	90,00	9,00	9,00	0,00		
Сыр полутвердый в/с	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	50,00	5,00	5,00	0,00		
Чай в/с	0,50	0,50	0,00	0,50	0,50	0,50	0,50	1,00	0,50	0,50	5,00	0,50	0,50	0,00		
Коф.напиток злак.	2,00	0,00	2,00	0,00	2,00	0,00	2,00	0,00	2,00	0,00	10,00	1,00	1,00	0,00		
Соль	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	50,00	5,00	5,00	0,00		
Лавровый лист	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Лимонная кислота	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,01				
Витамин "С"	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,001	0,00				
Дрожжи хлебопекарные	0,00	1,08	0,00	1,07	0,00	0,00	1,08	0,00	1,08	0,00	4,31	0,43	0,43	0,00		
Мука картофельная	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	30,00	3,00	3,00	0,00		
крахмал	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
кисель обогащ	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Какао	0,00	1,25	0,00	1,25	0,00	1,25	0,00	0,00	0,00	1,25	5,00	0,50	0,50	0,00		
Соки фрукт.(овощн.)	85,00	85,00	85,00	85,00	85,00	85,00	85,00	85,00	85,00	85,00	850,00	85,00	85,00	0,00		
Напитки витаминизированные (готовый напиток)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				