

	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с сыром	30/10	30/10	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
311/04.	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,30	6,23	8,95	7,30	27,04	20,28	200,65	150,55	1,50	1,13
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			14,05	11,47	13,31	11,25	51,80	41,31	362,40	291,30	2,81	2,25
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Напиток сывороточный с соком ананаса	130	100	0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	0,00	0,00
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	0,00	0,00
	<u>Обед</u>												
ГТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,65	0,54	3,89	3,24	5,18	4,32	58,32	48,60	5,59	4,66
139./04	Суп с картофелем с бобовыми (горох) на мясокостном бульоне	200	150	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
ГТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	8,37	5,58	14,30	9,53	2,79	1,86	173,30	115,53	0,32	0,21
216./04	Картофель тушеный	130	100	2,93	2,25	3,63	2,79	25,27	19,44	134,65	103,58	12,44	9,57
ГТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			21,18	15,82	27,15	19,69	106,06	83,57	746,42	570,34	22,95	17,89
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	150	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
286/10	Гёфтели с соусом	60/30	60/30	8,80	8,80	19,00	19,00	8,80	8,80	241,00	241,00	0,35	0,35
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	0,00	0,00
685/04	Чай с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			15,10	14,45	26,15	25,25	56,06	49,34	521,15	484,23	0,45	0,43
	Итого за день			54,38	44,85	70,04	58,83	233,19	189,04	1754,09	1441,35	31,70	24,78
	ЧЕТВЕРГ 12/03												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
ГТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,46	7,91	7,99	6,04	30,16	22,80	261,83	197,97	1,68	1,27
630./96	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,60	1,20	1,60	1,20	17,39	13,04	90,36	67,77	0,00	0,00
	Итого			14,99	12,04	15,64	13,29	57,95	46,24	459,96	373,51	1,82	1,41
	<u>2 Завтрак</u>												
698./04	Ацидофилин	150	130	4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	Итого			4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	<u>Обед</u>												
ГТК-92н	Винегрет "Дары осени" (без лука)	54	40	6,20	4,96	3,54	2,83	0,68	0,54	50,27	40,22	7,55	6,04
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мякотью птицы	200/15	150/15	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51

ГТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	25/25	10,50	10,50	11,24	11,24	3,70	3,70	159,00	159,00	1,29	1,29
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	0,00	0,00
ГТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			33,87	29,07	28,63	24,80	109,09	86,43	827,45	684,48	9,49	7,84
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	150	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Апельсин"	110	110	1,10	0,98	0,00	0,00	10,25	9,16	45,38	40,55	73,20	65,40
ГТК-991	Пудинг из творога "Морошка" с молоком сгущенным	150/10	100/15	20,10	13,39	30,38	13,45	23,25	15,50	356,85	237,90	2,85	1,9
ГТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			22,98	16,10	30,78	13,85	48,28	38,24	476,13	347,37	76,09	67,33
	Итого за день			80,09	64,24	82,23	58,08	228,11	181,73	2151,24	1755,04	92,89	80,80
	ПЯТНИЦА 13 /03												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
ГТК-305	Какао с молоком	180	150	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			8,98	7,79	14,29	12,55	54,32	45,42	380,03	325,79	1,57	1,34
	<u>2 завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	<u>Обед</u>												
78./04	Икра морковная	50	40	1,32	1,10	4,56	3,80	6,84	5,70	76,80	64,00	7,68	6,40
110./04	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ГТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/30	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	83,07	83,07	3,59	3,59
520./04	Картофельное пюре	130	100	2,60	2,00	4,16	3,20	17,68	13,60	121,33	93,33	15,69	12,07
ГТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			17,41	15,59	19,92	17,07	100,31	81,11	636,34	526,46	35,62	28,56
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	130	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	139	145	0,68	0,70	0,00	0,00	19,21	19,90	79,56	82,40	27,20	28,17

ТТК-208/10.	Макароны, запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,73	7,73	6,91	6,91	23,03	23,03	185,00	185,00	0,33	0,33
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/17	150/17	0,18	0,18	0,00	0,00	16,93	16,93	69,40	69,40	0,04	0,04
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			10,19	10,21	7,31	7,31	69,17	69,86	387,96	390,80	27,57	28,54
	Итого за день			40,63	36,70	44,95	39,57	240,19	208,95	1516,93	1329,50	73,45	65,11

	Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
	Белки		Жиры		Углеводы		сад	ясли	С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли			сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	213,12	170,62	241,58	192,16	1002,95	825,34	7147,15	5898,53	196,65	172,40
В среднем в день	53,28	42,65	60,40	48,04	250,74	206,34	1786,79	1474,63	49,16	43,10