День: День 1
Дети 3-7 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
	ЗАВТРАК										
185	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	200	10.18	6.32	26.34	223.16	0.08	0.2	0.9	183.8	0.54
1	Булка	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
80	Суп крестьянский со сметаной на м/к бульоне	200	2.	3.	16.5	115.1	0.125	0.075	8.85	47.75	1.15
116	Соус томатный	50	1.	0.41	3.26	23.73	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
323	Макароны отварные	150	5.6	5.46	29.19	193.2	0.056	0.014	0.	11.2	0.7
282	Котлеты/биточки мясные рубленые	80	4.72	11.76	4.32	100.08	0.056	0.12	0.16	35.2	0.96
378	Компот из сухофруктов	200	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
	ПОЛДНИК										
216	Омлет натуральный	150	9.06	7.85	3.21	124.93	0.04	0.3	0.18	100.82	1.32
397	Какао-напиток на молоке	200	2.5	2.8	11.92	82.32	0.04	0.24	1.08	221.14	0.7
	Итого за день		**38.34**	**49.42**	**211.64**	**1411.97**	**0.655**	**1.074**	**14.029**	**705.115**	**11.834**

День: День 2
Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша пшенная молочная жидкая	200	10.4	6.8	25.9	224.9	0.16	0.02	0.	28.	1.4
395	Кофейный напиток на молоке	200	5.04	4.58	21.5	145.34	0.12	0.3	7.36	190.62	0.14
1	Булка	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
321	Пюре картофельное	150	4.65	3.3	8.07	129.	0.15	0.105	5.55	40.5	1.05
248	Котлеты/биточки рыбные запеченые	70	2.18	15.65	4.2	95.66	0.021	0.133	0.434	43.274	0.413
378	Компот из сухофруктов	200	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
44	Свекольник на м/к бульоне	200	3.49	1.7	10.18	69.2	0.051	0.04	4.94	24.08	0.28
	ПОЛДНИК										
235	Пудинг из творога	150	8.6	12.11	19.47	203.2	0.048	0.224	0.184	117.008	0.616
115	Соус молочный сладкий	50	2.76	1.83	3.96	66.81	0.015	0.05	0.13	51.95	0.12
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
	Итого за день		**40.4**	**57.79**	**210.18**	**1483.56**	**0.819**	**0.993**	**21.438**	**586.987**	**10.379**

День: День 3
Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
168	Каша манная молочная	200	9.01	8.16	3.94	128.63	0.04	0.3	0.18	91.3	1.03
397	Какао-напиток на молоке	200	2.5	2.8	11.92	82.32	0.04	0.24	1.08	221.14	0.7
3	Бутерброд с сыром	30/20	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
77	Суп картофельный на курином бульоне со сметаной	200	2.75	3.	19.5	112.5	0.125	0.1	12.	35.	1.25
315	Рис отварной	150	5.49	3.38	25.45	188.55	0.03	2.43	1.995	6.45	0.63
112	Суфле из курицы	80	5.29	3.12	13.95	129.9	0.165	10.065	14.145	14.67	1.425
354	Соус сметанный	50	2.5	0.7	2.9	37.05	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
378	Компот из свежих фруктов	200	0.11	0.11	17.9	69.4	0.02	0.	0.	12.	0.8
5	Хлеб пшеничный	50	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
	ПОЛДНИК										
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
466	Выпечка	50	2.36	3.88	26.14	142.	0.06	0.04	0.	11.	0.68
	Итого за день		**50.61**	**34.12**	**199.55**	**1429.86**	**0.643**	**13.245**	**31.659**	**454.41**	**11.469**

День: День 4

Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
1	Булка	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
162	Суп молочный с крупой	200	7.15	7.35	19.67	169.35	0.3	0.375	2.6	243.	0.35
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
66	Щи из свежей капусты на м/к бульоне	200	2.75	3.5	6.25	60.	0.05	0.05	20.5	65.	0.75
291	Запеканка картофельная с отварным мясом	200	15.05	15.3	13.1	273.51	0.126	0.198	7.83	64.656	2.592
378	Компот из сухофруктов	200	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
	ПОЛДНИК										
120	Кисломолочный напиток с сахаром	190	6.08	5.17	13.24	131.48	0.057	0.304	1.292	221.331	0.209
2а	Печенье	50.	4.9	3.75	37.2	208.5	0.08	0.05	0.	29.	0.
	Итого за день		**39.21**	**46.89**	**206.36**	**1392.29**	**0.867**	**1.098**	**35.062**	**714.542**	**10.261**

День: День 5

Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	200	11.	6.7	22.6	216.4	1.88	0.22	1.56	182.	1.72
395	Кофейный напиток на молоке	200	5.04	4.58	21.5	145.34	0.12	0.3	7.36	190.62	0.14
3	Бутерброд с сыром	30/20	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
298	Голубцы ленивые с отварным мясом	160	9.088	14.14	20.048	218.7	0.08	0.16	20.032	60.272	1.632
376	Компот из сухофруктов	200	0.	1.04	31.	123.4	0.02	0.04	0.8	41.14	0.68
5	Хлеб пшеничный	50	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
87	Суп рыбный с пшеном	200	0.75	15.92	11.53	131.8	0.1	0.125	7.375	60.75	0.85
	ПОЛДНИК										
168	Пудинг манный с джемом	200	9.01	8.16	3.94	128.63	0.04	0.3	0.18	91.3	1.03
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
	Итого за день		**55.488**	**59.51**	**188.468**	**1503.78**	**2.399**	**1.211**	**39.547**	**675.282**	**10.902**

День: День 6

Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
397	Какао-напиток на молоке	200	2.5	2.8	11.92	82.32	0.04	0.24	1.08	221.14	0.7
3	Бутерброд с сыром	30/20	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
162	Суп молочный с макарон. изд.	200	7.15	7.35	19.67	169.35	0.3	0.375	2.6	243.	0.35
	ЗАВТРАК 2		**0.11**	**0.56**	**11.31**	**51.52**	**0.011**	**0.011**	**2.24**	**7.84**	**1.568**
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
301	Курица тушеная в соусе	160	17.25	18.8	4.68	249.32	0.336	0.128	0.016	49.72	1.45
376	Компот из сухофруктов	200	0.	1.04	31.	123.4	0.02	0.04	0.8	41.14	0.68
5	Хлеб пшеничный	50	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
315	Рис отварной	150	5.49	3.38	25.45	188.55	0.03	2.43	1.995	6.45	0.63
57	Борщ на м/к бульоне	200	2.5	2.	25.75	72.5	0.025	0.05	12.	60.	1.
	ПОЛДНИК										
449	Оладьи со сгущ молоком	150	13.53	8.46	45.69	337.8	0.17	0.17	0.408	95.25	1.46
376	Кисель	200	0.	0.8	25.8	108.	0.02	0.04	0.	32.	0.6
	Итого за день		**69.13**	**53.96**	**265.12**	**1866.27**	**1.111**	**3.55**	**23.379**	**793.74**	**12.488**

День: День 7
Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
165	Каша гречневая рассыпчатая	150	4.8	5.68	27.44	180.32	0.08	0.04	0.	12.	1.6
395	Кофейный напиток на молоке	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
1	Булка	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
76	Рассольник на м/к бульоне со сметаной	200	2.4	4.2	15.3	118.4	0.125	0.1	9.125	53.25	1.1
321	Пюре картофельное	150	4.65	3.3	8.07	129.	0.15	0.105	5.55	40.5	1.05
354	Соус сметанный	50	2.5	0.7	2.9	37.05	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
281	Зразы рыбные с яйцом	80	2.18	15.65	4.2	95.66	0.021	0.133	0.434	43.274	0.413
376	Компот из сухофруктов	200	0.	1.04	31.	123.4	0.02	0.04	0.8	41.14	0.68
5	Хлеб пшеничный	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
	ПОЛДНИК										
188	Запеканка рисовая с изюмом	150.	7.56	7.02	45.9	286.02	0.036	0.036	0.	25.2	0.72
359	Соус абрикосовый	40	0.	0.26	4.39	26.12	0.004	0.008	0.08	10.436	0.164
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
	Итого за день		**27.37**	**49.09**	**246.85**	**1508.87**	**0.679**	**0.557**	**18.248**	**312.15**	**12.481**

День: День 8
Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	200	10.18	6.32	26.34	223.16	0.08	0.2	0.9	183.8	0.54
395	Кофейный напиток на молоке	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
1	Булка	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
86	Суп с макарон.изд. на курином бульоне	200	4.05	1.77	9.5	81.8	0.04	0.12	0.4	15.76	0.47
342	Капуста тушеная	150	5.07	3.72	14.55	126.3	0.075	0.075	12.	57.	1.2
116	Соус томатный	50	1.	0.41	3.26	23.73	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
282	Котлеты/биточки мясные рубленые	80	14.32	16.72	3.52	189.28	0.088	0.16	0.568	45.52	1.064
378	Компот из свежих фруктов	200	0.	1.04	31.	123.4	0.02	0.04	0.8	41.14	0.68
5	Хлеб пшеничный	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
	ПОЛДНИК										
237	Запеканка творожная с изюмом	150	20.58	23.13	47.56	468.	0.12	0.4	1.42	227.2	1.38
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
	Итого за день		**58.48**	**64.35**	**243.38**	**1748.57**	**0.666**	**1.09**	**18.347**	**656.77**	**12.088**

День: День 9
Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	200	11.	6.7	22.6	216.4	1.88	0.22	1.56	182.	1.72
397	Какао-напиток на молоке	200	2.5	2.8	11.92	82.32	0.04	0.24	1.08	221.14	0.7
3	Бутерброд с сыром	30/20	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
321	Пюре картофельное	150	4.65	3.3	8.07	129.	0.15	0.105	5.55	40.5	1.05
277	Гуляш из отварного мяса	100/40	10.86	13.75	3.49	166.66	0.05	0.09	0.74	2.48	1.05
376	Компот из сухофруктов	200	0.	1.04	31.	123.4	0.02	0.04	0.8	41.14	0.68
5	Хлеб пшеничный	50	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
104	Суп молочный с овощами	200	1.71	2.26	6.57	54.9	0.051	0.01	3.84	72.9	0.28
	ПОЛДНИК										
644	Молоко кипяченое	200.	5.41	6.08	10.07	113.33	0.07	0.033	2.73	252.	0.21
466	Выпечка	50	2.36	3.88	26.14	142.	0.06	0.04	0.	11.	0.68
	Итого за день		**59.09**	**48.58**	**183.71**	**1511.52**	**2.48**	**0.844**	**18.54**	**860.36**	**10.42**

День: День 10

Дети 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша молочная рисовая	200	9.06	7.85	3.21	124.93	0.04	0.3	0.18	100.82	1.32
392	Чай с сахаром	200	0.	0.2	14.	56.	0.	0.	0.	12.	0.8
1	Булка	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	100	0.11	0.56	11.31	51.52	0.011	0.011	2.24	7.84	1.568
	ОБЕД										
81	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	200	5.75	6.75	20.	145.75	0.25	0.075	5.325	59.8	2.65
100	Картофель тушеный по-домашнему	220	14.98	16.52	17.38	280.14	0.07	0.08	3.94	17.49	1.52
376	Компот из сухофруктов	200	0.	1.04	31.	123.4	0.02	0.04	0.8	41.14	0.68
5	Хлеб пшеничный	40	1.34	3.85	26.61	136.5	0.08	0.025	0.	11.5	1.
6а	Хлеб ржаной	50	0.49	2.58	15.12	76.38	0.068	0.03	0.	17.86	1.482
	ПОЛДНИК										
376	Кисель	200	0.	0.8	25.8	108.	0.02	0.04	0.	32.	0.6
2а	Печенье	50.	4.9	3.75	37.2	208.5	0.08	0.05	0.	29.	0.
	Итого за день		**37.97**	**47.75**	**228.24**	**1447.62**	**0.719**	**0.676**	**12.485**	**340.95**	**12.62**
	Химический состав за период (всего)										
			476.088	**511.46**	**2183.498**	**15304.31**	**11.038**	**24.338**	**232.734**	**6100.306**	**114.942**
	Среднее		47.6	51.1	218.3	1530.4					

Исполнитель технолог В.В.Плеханова

День: День 1
Дети 1-3 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
	ЗАВТРАК										
185	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	6.11	3.79	15.8	133.9	0.048	0.12	0.54	110.28	0.324
1	Булка	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
80	Суп крестьянский со сметаной на м/к бульоне	150	1.2	1.8	9.9	69.06	0.075	0.045	5.31	28.65	0.69
323	Макароны отварные	150	4.	3.9	20.85	138.	0.04	0.01	0.	8.	0.5
116	Соус томатный	30	1.	0.41	3.26	23.73	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
282	Котлеты/биточки мясные рубленые	60	4.72	11.76	4.32	100.08	0.056	0.12	0.16	35.2	0.96
378	Компот из сухофруктов	150	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
	ПОЛДНИК										
216	Омлет натуральный	150	7.25	6.28	2.57	99.94	0.032	0.24	0.144	80.656	1.056
397	Какао-напиток на молоке	180	2.25	2.52	10.73	74.09	0.036	0.216	0.972	199.026	0.63
	Итого за день		**28.7**	**38.73**	**154.76**	**1042.87**	**0.469**	**0.848**	**9.245**	**549.387**	**8.874**

День: День 2
Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша пшенная молочная жидкая	150	6.24	4.08	15.54	134.94	0.096	0.012	0.	16.8	0.84
395	Кофейный напиток на молоке	180	4.54	4.12	19.35	130.81	0.108	0.27	6.624	171.558	0.126
1	Булка	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	100	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
321	Пюре картофельное	120	3.72	2.64	6.46	103.2	0.12	0.084	4.44	32.4	0.84
248	Котлеты/биточки рыбные запеченые	60	2.18	15.65	4.2	95.66	0.021	0.133	0.434	43.274	0.413
378	Компот из сухофруктов	150	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
44	Свекольник на м/к бульоне	150	2.6	1.3	7.6	51.9	0.051	0.04	4.94	24.08	0.28
	ПОЛДНИК										
235	Пудинг из творога	150	6.45	9.08	14.6	152.4	0.036	0.168	0.138	87.756	0.462
115	Соус молочный сладкий	30	1.65	1.1	2.38	40.09	0.009	0.03	0.078	31.17	0.072
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
	Итого за день		**29.55**	**46.24**	**157.46**	**1113.07**	**0.619**	**0.83**	**18.754**	**480.963**	**7.643**

День: День 3

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность.	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
168	Каша манная молочная	150	5.4	4.9	2.36	77.17	0.014	0.18	0.12	54.78	0.6
397	Какао-напиток на молоке	180	2.25	2.52	10.73	74.09	0.036	0.216	0.972	199.026	0.63
3	Бутерброд с сыром	30/10	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый	100	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
77	Суп картофельный на курином бульоне со сметаной	150	2.2	2.4	15.6	90.	0.1	0.08	9.6	28.	1.
315	Рис отварной	120	3.66	2.25	16.96	125.7	0.03	2.43	1.995	6.45	0.63
354	Соус сметанный	30	2.1	0.5	2.6	36.1	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
112	Суфле из курицы	60	2.6	1.56	6.97	64.95	0.165	10.065	14.145	14.67	1.425
378	Компот из свежих фруктов	180	0.1	0.1	16.11	62.46	0.018	0.	0.	10.8	0.72
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
	ПОЛДНИК		**7.47**	**8.3**	**53.63**	**311.49**	**0.135**	**0.272**	**10.794**	**190.39**	**17.266**
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
466	Выпечка	50	2.36	3.88	26.14	142.	0.06	0.04	0.	11.	0.68
	Итого за день		**48.12**	**33.22**	**208.96**	**1427.23**	**0.674**	**13.334**	**39.145**	**564.476**	**26.515**

День: День 4

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
1	Булка	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
94	Суп молочный с крупой	150	4.29	4.41	11.8	101.61	0.18	0.225	1.56	145.8	0.21
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	95	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
66	Щи из свежей капусты на м/к бульоне	150	2.2	2.8	5.	48.	0.04	0.04	16.4	52.	0.6
291	Запеканка картофельная с отварным мясом	150	13.38	13.6	11.65	243.12	0.112	0.176	6.96	57.472	2.304
378	Компот из сухофруктов	150	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
	ПОЛДНИК										
120	Кисломолочный напиток с сахаром	165	5.28	4.49	11.5	114.18	0.049	0.264	1.122	192.208	0.181
2а	Печенье	30.	2.9	2.25	22.32	125.1	0.08	0.05	0.	29.	0.
	Итого за день		**30.22**	**35.82**	**149.6**	**1036.08**	**0.639**	**0.848**	**28.142**	**550.405**	**7.905**

День: День 5

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150	6.6	4.02	13.56	129.84	1.128	0.132	0.936	109.2	1.032
395	Кофейный напиток на молоке	180	4.54	4.12	19.35	130.81	0.108	0.27	6.624	171.558	0.126
3	Бутерброд с сыром	30/10	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
298	Голубцы ленивые с отварным мясом	110	7.37	7.37	9.43	133.76	0.044	0.077	25.454	44.264	1.342
394	Компот из сухофруктов	150	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
87	Суп рыбный с пшеном	150	0.6	12.74	9.22	105.44	0.08	0.1	5.9	48.6	0.68
	ПОЛДНИК										
195	Пудинг манный с джемом	150	7.5	1.44	60.5	255.96	0.04	0.1	0.5	70.3	1.4
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
	Итого за день		**46.59**	**37.28**	**193.17**	**1291.63**	**1.527**	**0.756**	**41.514**	**510.487**	**8.55**

День: День 6

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
397	Какао-напиток на молоке	180	2.25	2.52	10.73	74.09	0.036	0.216	0.972	199.026	0.63
3	Бутерброд с сыром	30/10	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
93	Суп молочный с макар.издел.	150	4.29	4.41	11.8	101.61	0.18	0.225	1.56	145.8	0.21
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
301	Курица тушеная в соусе	120	12.95	14.1	3.51	186.99	0.336	0.128	0.016	49.72	1.45
394	Компот из сухофруктов	150	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
315	Рис отварной	120	3.66	2.25	16.96	125.7	0.03	2.43	1.995	6.45	0.63
57	Борщ на м/к бульоне	150	2.	1.6	20.6	58.	0.02	0.04	9.6	48.	0.8
	ПОЛДНИК										
449	Оладьи со сгущ молоком	60	6.76	4.23	22.8	168.9	0.084	0.084	0.204	47.62	0.73
378	Кисель	150	0.	0.4	12.4	52.	0.01	0.02	0.	16.	0.3
	Итого за день		**51.89**	**36.95**	**169.41**	**1261.11**	**0.823**	**3.22**	**16.447**	**570.181**	**8.12**

День: День 7

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
165	Каша гречневая рассыпчатая	150	3.84	4.54	21.95	144.26	0.064	0.032	0.	9.6	1.28
395	Кофейный напиток на молоке	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
1	Булка	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	95	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
76	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150	1.92	3.36	12.24	94.72	0.1	0.08	7.3	42.6	0.88
321	Пюре картофельное	120	3.72	2.64	6.46	103.2	0.12	0.084	4.44	32.4	0.84
354	Соус сметанный	30	2.1	0.5	2.6	36.1	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
281	Зразы рыбные с яйцом	60	2.18	15.65	4.2	95.66	0.021	0.133	0.434	43.274	0.413
378	Компот из свежих фруктов	150	0.1	0.1	16.11	62.46	0.018	0.	0.	10.8	0.72
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
	ПОЛДНИК										
188	Запеканка рисовая с изюмом	150.	5.04	4.68	30.6	190.68	0.024	0.024	0.	16.8	0.48
359	Соус абрикосовый	15	0.	0.1	1.65	9.8	0.001	0.003	0.03	3.914	0.061
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
	Итого за день		**21.07**	**39.21**	**170.39**	**1090.4**	**0.515**	**0.423**	**13.723**	**225.108**	**9.478**

День: День 8

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	6.11	3.79	15.8	133.9	0.048	0.12	0.54	110.28	0.324
395	Кофейный напиток на молоке	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
1	Булка	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
	ЗАВТРАК 2		**0.08**	**0.38**	**7.58**	**34.5**	**0.007**	**0.007**	**1.5**	**5.25**	**1.05**
368	Яблоко	95	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
86	Суп с макарон.изд. на курином бульоне	150	3.03	1.32	7.12	61.35	0.04	0.12	0.4	15.76	0.47
48	Капуста тушеная	120	4.05	2.99	11.64	101.04	0.075	0.075	12.	57.	1.2
116	Соус томатный	30	1.	0.41	3.26	23.73	0.004	0.004	0.019	13.65	0.104
282	Котлеты/биточки мясные рубленые	60	12.53	14.63	3.08	165.62	0.077	0.14	0.497	39.83	0.931
378	Компот из свежих фруктов	180	0.1	0.1	16.11	62.46	0.018	0.	0.	10.8	0.72
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
	ПОЛДНИК										
237	Запеканка творожная с изюмом	150	20.58	23.13	47.56	468.	0.12	0.4	1.42	227.2	1.38
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
	Итого за день		**49.65**	**54.39**	**186.73**	**1404.12**	**0.552**	**0.929**	**17.876**	**531.84**	**10.879**

День: День 9

Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150	6.6	4.02	13.56	129.84	1.128	0.132	0.936	109.2	1.032
397	Какао-напиток на молоке	180	2.25	2.52	10.73	74.09	0.036	0.216	0.972	199.026	0.63
3	Бутерброд с сыром	30/10	18.66	1.78	10.81	219.11	0.	0.	0.	0.	0.
	ЗАВТРАК 2										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
321	Пюре картофельное	120	3.72	2.64	6.46	103.2	0.12	0.084	4.44	32.4	0.84
277	Гуляш из отварного мяса	80/30	9.82	10.28	2.64	126.	0.05	0.09	0.74	2.48	1.05
394	Компот из сухофруктов	150	0.	0.78	23.25	92.55	0.015	0.03	0.6	30.855	0.51
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
104	Суп молочный с овощами	150	1.71	2.26	6.57	54.9	0.051	0.01	3.84	72.9	0.28
	ПОЛДНИК										
644	Молоко кипяченое	150.	4.06	4.56	7.55	85.	0.06	0.025	2.05	189.	0.158
466	Выпечка	50	2.36	3.88	26.14	142.	0.06	0.04	0.	11.	0.68
	Итого за день		**50.5**	**37.6**	**144.26**	**1208.85**	**1.632**	**0.674**	**15.078**	**673.571**	**8.04**

День: День 10
Дети 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
185	Каша молочная рисовая	150	7.25	6.28	2.57	99.94	0.032	0.24	0.144	80.656	1.056
392	Чай с сахаром	150	0.	0.15	10.5	42.	0.	0.	0.	9.	0.6
1	Булка	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
	ЗАВТРАК 2										
368	Яблоко	95	0.08	0.38	7.58	34.5	0.007	0.007	1.5	5.25	1.05
	ОБЕД										
81	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	3.45	4.05	12.	87.45	0.15	0.045	3.195	35.88	1.59
100	Картофель тушеный по-домашнему	200	14.98	16.52	17.38	280.14	0.07	0.08	3.94	17.49	1.52
378	Компот из свежих фруктов	180	0.1	0.1	16.11	62.46	0.018	0.	0.	10.8	0.72
5	Хлеб пшеничный	30	0.85	2.46	17.03	87.36	0.051	0.016	0.	7.36	0.64
6а	Хлеб ржаной	40	0.39	2.04	11.94	60.3	0.054	0.024	0.	14.1	1.17
	ПОЛДНИК										
2а	Печенье	30.	2.9	2.25	22.32	125.1	0.08	0.05	0.	29.	0.
378	Кисель	150	0.	0.4	12.4	52.	0.01	0.02	0.	16.	0.3
	Итого за день		**30.85**	**37.09**	**146.86**	**1018.61**	**0.523**	**0.498**	**8.779**	**232.896**	**9.286**
Химический состав за период (всего)											
			387.14	**396.53**	**1681.6**	**11893.97**	**7.973**	**22.36**	**208.703**	**4889.314**	**105.29**
	Среднее		38.7	40.	168.2	1189.3					

Исполнитель технолог В.В.Плеханова