Утверждаю Заведующий МАДОУ "Детский сад № 1 "Голубой кораблик" \_\_\_\_\_О.Н.Михайлова "01" ноября 2025г.

#### 20-дневное меню для детей в возрасте от 2 до 3 лет посещающих дошкольные образовательные учреждения

	ž	посещающих дошкольные образо	, вательны	учреж		ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		1 ДЕНЬ			1		
5\4	¥	Каша манная молочная с маслом	150,0	3,9	3,9	20,5	133,5
10\10	завтрак	Чай	180,0	0,0	0,0	8,1	31,5
1\13	зав	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	98,3
		Итого		5,6	8,1	41,4	263,3
		Сок плодово-ягодный промышленного	4=0			10.0	
10-30-11-00 час		выпуска для детского питания	150	0,1	0,1	18,0	70,5
				0,1	0,1	18,0	70,5
C\ 2		Ши из свожой каписты со смотаной	100.0	1.4	2.2	C 0	FO 4
6\2		Щи из свежей капусты со сметаной	180,0	1,4	2,3	6,0	50,4
11\8	Ъ	Гуляш из мяса свинины	50	8,7	7	2,2	108,3
44\3	рэдо	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110,0	6,2	4,9	31,8	183,2
6\10		Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,5	64,8
- 1		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		20,0	14,6	72,1	484,0
сб.2010 №401	K	Молоко кипяченое	150,0	4,2	4,3	6,8	83,3
	полдник						
	71/0	Кондитерское изделие	40,0	2,0	3,6	23,3	140,0
	_	Итого		6,2	7,9	30,1	223,3
		Итого за день		31,9	30,7	161,6	1041,1
		Калории от суточной нормы в %					73,6
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		ые веществ углеводы г	а Энергет ценность ККАЛ
		2 день					1
2\4		Каша гречневая молочная с маслом	150,0	5,3	4,9	37,0	154,3
14\10	завтрак	Какао с молоком	180	3,5	3,1	20,6	121,5
1\13	авт	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
, -	e	Итого	-,-	10,5	12,2	70,4	367,4
21\1		Салат из отварной свеклы и моркови с	40,0	0,5	3,9	2,9	48,7
18\2		маслом Суп картофельный с макаронными	150,0				
10/2		изделиями с мясом	10,0	1,2 2,9	0,7 0,5	7,9 0,1	44,1 16,7
18\8	Ь	Зразы из говядины	50,0	6,3	6,5	5,3	108,0
3\3	обед	Картофельное пюре	120,0	2,5	3,3	16,5	108,0
6\10		Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,5	64,8
0 120		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого	-	17,1	15,3	64,8	467,6
сб.2010 №400	дні	Кисломолочные продукты в ассортименте	160	4,6	5,0	6,4	92,4
6\12	полдні	Ватрушка со сметаной	30,0	2,5	3,8	14,1	102,6
		Итого		7,1	8,8	20,5	195,0
		Итого за день		34,7	36,3	155,7	1030,0
		Калории от суточной нормы в %					73,5

	Ę.				Пищевь	ые веществ	a
Номер	П	Наименование блюда	Doo 6 mo no				Энергет
рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность ККАЛ
			3 ДЕНЬ				111001
2\6	¥	Омлет запеченный	140,0	13,4	17,9	2,4	235,5
11\1	.ba	Салат из моркови с яблоком	50	0,5	3,3	5,0	51,7
10\10	завтрак	Чай	180,0	0,0	0,0	8,1	31,5
	m	Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		итого		15,2	21,3	24,7	363,0
11\2		Рассольник с крупой и сметаной	150	1,3	3,3	9,4	74,3
5\9		Биточки из мяса кур	50,0	8,9	7,3	7,4	131,9
43\3	обед	Макаронные изделия отварные	110,0	3,8	2,7	23,6	137,8
6\10	90	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,5	64,8
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		17,7	13,7	72,5	486,1
сб.2010 №401	полд	Молоко кипяченое	150,0	4,3	4,4	6,8	83,3
	2	Пирожок с повидлом	40	2,3	1,9	24,5	122,3
		Итого		6,6	6,3	31,3	205,6
		Итого за день		39,5	41,3	128,5	1054,7
		Калории от суточной нормы в %					74,3
	ž				Пищев	ые веществ	a
Номер	Ē	Наименование блюда	Doo 6 510 50				Энергет
рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность
	ďг						ККАЛ
			4 день				
7\4	эак	Каша пшеничная молочная с маслом	150,0	4,8	4,5	23,3	154,5
7\4 10\10	втрак	Чай	150,0 180,0	4,8 0,0	4,5 0,0	23,3 8,1	31,5
	завтрак	Чай Хлеб пшеничный с маслом		0,0 1,7	0,0 4,2	8,1 12,8	31,5 91,6
10\10	завтрак	Чай	180,0	0,0	0,0	8,1	31,5
10\10	завтрак	Чай Хлеб пшеничный с маслом Итого	180,0 26/5	0,0 1,7 <b>6,5</b>	0,0 4,2 <b>8,7</b>	8,1 12,8 <b>44,2</b>	31,5 91,6 <b>277,6</b>
10\10	завтрак	Чай Хлеб пшеничный с маслом	180,0	0,0 1,7 <b>6,5</b>	0,0 4,2 <b>8,7</b> 0,3	8,1 12,8 <b>44,2</b> 14,7	31,5 91,6 <b>277,6</b> 67,2
10\10	завтрак	Чай Хлеб пшеничный с маслом Итого Фрукты (банан)	180,0 26/5	0,0 1,7 <b>6,5</b>	0,0 4,2 <b>8,7</b>	8,1 12,8 <b>44,2</b>	31,5 91,6 <b>277,6</b>
10\10	завтрак	Чай Хлеб пшеничный с маслом Итого Фрукты (банан) Салат из отварного картофеля с соленым	180,0 26/5	0,0 1,7 <b>6,5</b>	0,0 4,2 <b>8,7</b> 0,3	8,1 12,8 <b>44,2</b> 14,7	31,5 91,6 <b>277,6</b> 67,2
10\10 1\13 10-30-11-00 час	завтрак	Чай Хлеб пшеничный с маслом Итого Фрукты (банан) Салат из отварного картофеля с соленым огурцом	180,0 26/5 70 40,0	0,0 1,7 <b>6,5</b> 1,0 <b>1,0</b> 0,5	0,0 4,2 <b>8,7</b> 0,3 <b>0,3</b> 4,0	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6	31,5 91,6 <b>277,6</b> 67,2 <b>67,2</b> 53,3
10\10 1\13 10-30-11-00 час		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной	180,0 26/5 70 40,0 160,0	0,0 1,7 <b>6,5</b> 1,0 <b>1,0</b> 0,5	0,0 4,2 <b>8,7</b> 0,3 <b>0,3</b> 4,0 3,5	8,1 12,8 <b>44,2</b> 14,7 <b>14,7</b> 3,6 9,2	31,5 91,6 <b>277,6</b> 67,2 <b>67,2</b> 53,3 74,4
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом	180,0 26/5 70 40,0 160,0	0,0 1,7 <b>6,5</b> 1,0 <b>1,0</b> 0,5 1,2 2,9	0,0 4,2 <b>8,7</b> 0,3 <b>0,3</b> 4,0 3,5 0,5	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2	обед завтрак	Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом  Тефтели рыбные в соусе	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0	0,0 1,7 <b>6,5</b> 1,0 <b>1,0</b> 0,5 1,2 2,9 5,1	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9	31,5 91,6 <b>277,6</b> 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2 11\7 3\3		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом  Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0	0,0 1,7 <b>6,5</b> 1,0 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8	31,5 91,6 <b>277,6</b> 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180	0,0 1,7 6,5 1,0 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2 11\7 3\3		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180 19	0,0 1,7 6,5 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2 11\7 3\3		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180	0,0 1,7 6,5 1,0 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2 11\7 3\3		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180 19	0,0 1,7 6,5 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3
10\10 1\13  10-30-11-00 час  31\1 5\2  11\7 3\3 6\10	редо	Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180 19	0,0 1,7 6,5 1,0 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 14,9	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,6	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 469,8
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2 11\7 3\3 6\10  c6.2010 N9400	редо	Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180 19 30	0,0 1,7 6,5 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 14,9	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,6	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 469,8
10\10 1\13  10-30-11-00 час  31\1 5\2  11\7 3\3 6\10		Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180 19	0,0 1,7 6,5 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 14,9	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,6	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 469,8
10\10 1\13 10-30-11-00 час 31\1 5\2 11\7 3\3 6\10  c6.2010 N9400	редо	Чай  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Фрукты (банан)  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Свекольник со сметаной с мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого  Кисломолочные продукты в ассортиме Ватрушка с творогом	180,0 26/5 70 40,0 160,0 10,0 60,0 120,0 180 19 30	0,0 1,7 6,5 1,0 0,5 1,2 2,9 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1	0,0 4,2 8,7 0,3 0,3 4,0 3,5 0,5 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 14,9	8,1 12,8 44,2 14,7 14,7 3,6 9,2 0,1 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,6	31,5 91,6 277,6 67,2 67,2 53,3 74,4 16,7 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 469,8

12\(\)10   12\(\)10   10   10   10   10   10   10   10		Ξ				Пищевь	ые веществ	a
Туда	·	пип мәидп	Наименование блюда		белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность
12\(\)10   3\(\)13   3\(\)13   8   3\(\)13   8   2\(\)14   6\(\)10   1.2   2.4   1.2   3.5   5.1.8     26\(\)7   4.2   2.4   12.1   30.1     30.1   10 0 час   10 30 11 00 час   10 30 11 10 0 час   10 40 10 10 10 0 час   10 40 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10				5 день				
12\(\)10   3\(\)13   3\(\)13   8   3\(\)13   8   2\(\)14   6\(\)10   1.2   2.4   1.2   3.5   5.1.8     26\(\)7   4.2   2.4   12.1   30.1     30.1   10 0 час   10 30 11 00 час   10 30 11 10 0 час   10 40 10 10 10 0 час   10 40 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10								
10-30-11-00 час   Напиток из плодов шиповника   180   0,6   0,2   16,1   70,0		¥	Каша рисовая молочная	130,0	3,9	3,7	27,5	161,2
10-30-11-00 час   Напиток из плодов шиповника   180   0,6   0,2   16,1   70,0	12\10	ed.	Чай с молоком	170	1,2	1,2	9,5	51,8
10-30-11-00 час   Напиток из плодов шиповника   180   0,6   0,2   16,1   70,0	3\13	аві	Хлеб пшеничн с сыром	26\7	4,2	2,4	12,1	90,1
28\1   17\2   14\7   14\7   14\7   15\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   10\2   16\1   10\2   10\2   16\1   10\2   10\2   16\2   10\2		m	Итого		9,3	7,3	49,1	303,1
28\1   17\2   14\7   14\7   14\7   15\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   16\1   10\2   10\2   16\1   10\2   10\2   16\1   10\2   10\2   16\2   10\2								
28\1   17\2   14\7   7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\7   8\8\8   3   14\8   10\0   2.6   2.1   9.9   68.9	10-30-11-00 час		Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,2	16,1	70,0
28-\  1   17\  2   17\  2   17\  2   14\  7   7   19\  6   14\  7   14\  7   14\  7   14\  7   14\  7   15\					0,6	0,2	16,1	70,0
28-\  1   17\  2   17\  2   17\  2   14\  7   7   19\  6   14\  7   14\  7   14\  7   14\  7   14\  7   15\								
17\2   14\7   8\3   14\7   8\8   3   14\7   8\8   3   14\7   8\8   3   11\7   10\7   14\7   14\7   11\8   15\7	28\1		Салат из отварного картофеля, моркови и	40.0	0.6	4.0	3.5	52.0
14\7   8\3   8\3   6\10   14\7   8\3   6\10   14\7   8\3   6\10   14\7   8\3   6\10   14\7   8\3   6\10   10\7   8\3   6\10   10\7   8\3   6\10   10\7   8\3   6\10   10\7   8\3   6\10   10\7   6\10   6\				,	,			
8\3 6\10         8\3 6\10         8         Капуста тушеная Компот из сухофруктов         110,0         2,6         2,1         9,9         68,9         68,9         66,0         0,0         16,4         64,8         3,0         1,0         10,4         30,0         16,4         64,8         33,0         1,0         0,3         6,4         33,0         1,0         0,3         6,4         33,0         1,0         1,0         1,0         1,0         3,0         1,0         1,0         1,0         3,0         1,0	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		'					
Компот из сухофруктов   180   0,4   0,0   16,4   64,8		А				+		
Компот из сухофруктов   180   0,4   0,0   16,4   64,8		, 99		1				
Хлеб ржаной   30   2,0   0,3   6,4   33,0	6\10	0		180			16,4	
Молоко кипяченое   180,0   5,1   5,2   8,1   100,0   19\12   19\12   10   10   10   10   10   10   10								
Молоко кипяченое   180,0   5,1   5,2   8,1   100,0   1912   1912   100   1			Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	
Молоко кипяченое   150,0   1,0			Итого		17,8	15,2	65,3	466,0
Молоко кипяченое   150,0   1,0								
Молоко кипяченое   150,0   1,0	сб.2010№401	Ż	Молоко кипяченое	180,0	5,1	5,2	8,1	100,0
Молоко кипяченое   150,0   1,0	19\12	4	Кондитерское изделие	30,0	1,5	2,7	17,5	105,6
Номер рецептуры в наименование блюда вес блюд		2	Итого		6,6	7,9	25,6	205,6
Номер рецептуры на наименование блюда вес блюда вес блюда белки,г жиры,г углеводы г ценносте ккал белки,г жиры,г углеводы г шенносте ккал голь г шенносте ккал г ш			Итого за день		34,3	30,6	156,1	1044,7
Номер рецептуры      Наименование блюда			Калории от суточной нормы в %					74,5
16\4   11\10   26   26   27,9   30,1   223,3   143,9   1023;   143,9   102		иΉ				Пищев	ые веществ	a
16\4 11\10 10 11 10 10 10 10 10 10 10 10 10 	·	прием пи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность
11\10       1\13       4ай с лимоном       180       0,1       0,0       9,2       36,0         10-30-11-00 час       Итого       5,6       8,6       41,2       258,9         10-30-11-00 час       Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания       150       0,1       0,1       18,0       70,5         5\1       О,1       0,1       18,0       70,5         6\8       0,1       0,1       1,1       1,0       1,0         8       0,1       0,0				6 день	1	<u>I</u>		
11\10       1\13       4ай с лимоном       180       0,1       0,0       9,2       36,0         10-30-11-00 час       Итого       5,6       8,6       41,2       258,9         10-30-11-00 час       Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания       150       0,1       0,1       18,0       70,5         5\1       О,1       0,1       18,0       70,5         6\8       0,1       0,1       1,1       1,0       1,0         8       0,1       0,0	-,							
10-30-11-00 час	16\4							
10-30-11-00 час	,	¥		150,0		<u> </u>		131,3
10-30-11-00 час Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания 150 0,1 0,1 18,0 70,5	11\10	трак	Чай слимоном	180	0,1	0,0	9,2	36,0
Выпуска для детского питания  150 0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 0,1 18,0 70,5  0,1 18,0 70,5  0,1 18,0 18,0 18,0 18,0 0,7 0,5  0,1 18,0 18,0 18,0 18,0 18,0 18,0 18,0	11\10	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	180	0,1 1,7	0,0	9,2 12,8	36,0 91,6
5\1       Б\1       Салат из капусты с морковью и маслом       40,0       0,7       2,7       3,9       42,0         30\2       Уха рыбацкая       165\5       5,6       1,7       8,1       72,1         6\8       Рагу из отварного мяса говядины       160,0       12,8       11,7       10,6       214,2         Компот из сухофруктов       180       0,4       0,0       16,4       64,8         Хлеб пшеничный витамин.       19       1,3       0,1       9,2       44,3         Хлеб ржаной       30       2,0       0,3       6,4       33,0         Итого       22,8       16,5       54,6       470,4         Кондитерское изделие       40,0       2,0       3,6       23,3       140,0         Итого за день       34,7       33,1       143,9       1023,3	11\10	завтрак	Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	180	0,1 1,7	0,0	9,2 12,8	36,0
30\2 6\8 6\10 8 90 90 90 90 90 90 90 90 90 90 90 90 90	11\10	завтрак	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного	180 26/5	0,1 1,7 <b>5,6</b>	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1	9,2 12,8 <b>41,2</b> 18,0	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5
30\2 6\8 6\10 8 6\10 8 6\10 8 6\10 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	11\10	завтрак	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного	180 26/5	0,1 1,7 <b>5,6</b>	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1	9,2 12,8 <b>41,2</b> 18,0	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5
6\8       Рагу из отварного мяса говядины       160,0       12,8       11,7       10,6       214,2         6\10       Компот из сухофруктов       180       0,4       0,0       16,4       64,8         Хлеб пшеничный витамин.       19       1,3       0,1       9,2       44,3         Хлеб ржаной       30       2,0       0,3       6,4       33,0         Итого       22,8       16,5       54,6       470,4         Кондитерское изделие       40,0       2,0       3,6       23,3       140,0         Итого       6,2       7,9       30,1       223,3         Итого за день       34,7       33,1       143,9       1023,3	11\10	завтрак	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного	180 26/5	0,1 1,7 <b>5,6</b>	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1	9,2 12,8 <b>41,2</b> 18,0	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5
6\8       6\10       Рагу из отварного мяса говядины       160,0       12,8       11,7       10,6       214,2         Компот из сухофруктов       180       0,4       0,0       16,4       64,8         Хлеб пшеничный витамин.       19       1,3       0,1       9,2       44,3         Хлеб ржаной       30       2,0       0,3       6,4       33,0         Итого       22,8       16,5       54,6       470,4         Кондитерское изделие       40,0       2,0       3,6       23,3       140,0         Итого       6,2       7,9       30,1       223,3         Итого за день       34,7       33,1       143,9       1023,3	11\10 1\13 10-30-11-00 час	завтрак	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180 26/5 150	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b>	9,2 12,8 <b>41,2</b> 18,0	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5
6\10       Компот из сухофруктов       180       0,4       0,0       16,4       64,8         Хлеб пшеничный витамин.       19       1,3       0,1       9,2       44,3         Хлеб ржаной       30       2,0       0,3       6,4       33,0         Итого       22,8       16,5       54,6       470,4         Кондитерское изделие       40,0       2,0       3,6       23,3       140,0         Итого       6,2       7,9       30,1       223,3         Итого за день       34,7       33,1       143,9       1023,3	11\10 1\13 10-30-11-00 час	завтрак	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом	180 26/5 150 40,0	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 2,7	9,2 12,8 <b>41,2</b> 18,0 18,0	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5 <b>70,5</b>
Хлеб пшеничный витамин.       19       1,3       0,1       9,2       44,3         Хлеб ржаной       30       2,0       0,3       6,4       33,0         Итого       22,8       16,5       54,6       470,4         сб.2010№401       Молоко кипяченое       150,0       4,2       4,3       6,8       83,3         Кондитерское изделие       40,0       2,0       3,6       23,3       140,0         Итого       6,2       7,9       30,1       223,3         Итого за день       34,7       33,1       143,9       1023,3	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2		Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая	180 26/5 150 40,0 165\5	0,1 1,7 <b>5,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 0,7 5,6	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 2,7 1,7	9,2 12,8 <b>41,2</b> 18,0 <b>18,0</b> 3,9 8,1	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5 <b>70,5</b>
Хлеб ржаной       30       2,0       0,3       6,4       33,0         Итого       22,8       16,5       54,6       470,4         сб.2010№401       Молоко кипяченое       150,0       4,2       4,3       6,8       83,3         Кондитерское изделие       40,0       2,0       3,6       23,3       140,0         Итого       6,2       7,9       30,1       223,3         Итого за день       34,7       33,1       143,9       1023,3	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8		Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 2,7 1,7	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5 <b>70,5</b> 42,0 72,1 214,2
сб.2010№401     Т       Б     Молоко кипяченое     150,0     4,2     4,3     6,8     83,3       Кондитерское изделие     40,0     2,0     3,6     23,3     140,0       Итого     6,2     7,9     30,1     223,3       Итого за день     34,7     33,1     143,9     1023,3	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8		Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4	0,0 4,2 8,6 0,1 0,1 2,7 1,7 11,7	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4	36,0 91,6 258,9 70,5 70,5 42,0 72,1 214,2 64,8
Итого за день 34,7 33,1 143,9 1023,:	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8		Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 2,7 1,7 11,7 0,0 0,1	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5 <b>70,5</b> 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3
Итого за день 34,7 33,1 143,9 1023,:	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8		Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3 2,0	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 2,7 1,7 11,7 0,0 0,1 0,3	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2 6,4	36,0 91,6 <b>258,9</b> 70,5 <b>70,5</b> 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3
Итого за день 34,7 33,1 143,9 1023,:	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8	реф	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3 2,0	0,0 4,2 <b>8,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 2,7 1,7 11,7 0,0 0,1 0,3	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2 6,4	36,0 91,6 258,9 70,5 70,5 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3 33,0
Итого за день 34,7 33,1 143,9 1023,:	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8 6\10	реф	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19 30	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3 2,0 22,8	0,0 4,2 8,6 0,1 0,1 2,7 1,7 11,7 0,0 0,1 0,3 16,5	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2 6,4 54,6	36,0 91,6 258,9 70,5 70,5 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3 33,0 470,4
Итого за день 34,7 33,1 143,9 1023,2	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8 6\10	реф	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого  Молоко кипяченое	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19 30	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3 2,0 22,8	0,0 4,2 8,6 0,1 0,1 2,7 1,7 11,7 0,0 0,1 0,3 16,5	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2 6,4 54,6	36,0 91,6 258,9 70,5 70,5 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3 33,0 470,4
	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8 6\10	реф	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого  Молоко кипяченое  Кондитерское изделие	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19 30	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3 2,0 22,8	0,0 4,2 8,6 0,1 0,1 2,7 11,7 0,0 0,1 0,3 16,5	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2 6,4 54,6	36,0 91,6 258,9 70,5 70,5 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3 33,0 470,4
Калории от суточной нормы в %	11\10 1\13 10-30-11-00 час 5\1 30\2 6\8 6\10	реф	Чай с лимоном  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Салат из капусты с морковью и маслом  Уха рыбацкая  Рагу из отварного мяса говядины  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого  Молоко кипяченое  Кондитерское изделие	180 26/5 150 40,0 165\5 160,0 180 19 30	0,1 1,7 5,6 0,1 0,1 0,7 5,6 12,8 0,4 1,3 2,0 22,8 4,2 2,0 6,2	0,0 4,2 8,6 0,1 0,1 2,7 11,7 0,0 0,1 0,3 16,5 4,3 3,6 7,9	9,2 12,8 41,2 18,0 18,0 3,9 8,1 10,6 16,4 9,2 6,4 54,6	36,0 91,6 258,9 70,5 70,5 42,0 72,1 214,2 64,8 44,3 33,0 470,4 83,3 140,0

	ž				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
				7 день	1	I	1
a) -							
2\4	¥	Каша гречневая молочная с маслом	140,0	5,0	4,6	20,5	144,2
14\10	завтрак	Какао с молоком	180	3,5	3,1	20,6	121,5
1\13	396	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
		Итого		10,2	11,9	53,9	357,3
		Салат из отварного картофеля, моркови и					
28\1		репчатого лука с растительным маслом	30,0	0,4	3,0	2,6	39,0
14\2		Суп из овощей	140,0	1,2	3,8	6,1	64,3
		со сметаной с мясом	10,0	2,9	0,5	0,1	16,7
12\7	ᅜ	Тефтели рыбные с рисом в соусе	50,0	7,4	2,6	6,6	81,9
43\3	обед	Макаронные изделия отварные	110,0	3,8	2,7	23,7	137,8
6\10		Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,7	54,0
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		19,4	13,0	68,4	471,0
8\12	полдни	Пирожок с повидлом	30	1,8	1,4	18,1	91,6
сб.2010 №400	д	Кисломолочные продукты в ассортиме	180	5,2	5,7	7,2	104,9
	2	Итого		7,0	7,1	25,3	196,5
		Итого за день		36,6	32,0	147,6	1024,8
		Калории от суточной нормы в %					74,0
	Ī				Пищевые вещества		
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			8 день				
		,		_			
16\4		Каша ассорти с маслом (рис, пшено)	150,0	3,7	4,4	19,1	131,2
	рак	v					
12\10	завтрак	Чай с молоком	150	1,1	1,1	8,4	45,8
1\13	m	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
		Итого		6,5	9,7	40,3	268,6
10-30-11-00 час		Фрукты (яблоко)	160	0,6	0,6	15,6	68,3
10-30-11-00 4dC		TANKIDI (MONOKO)	100	0,6	0,6	15,6 15,6	68,3
				0,0	0,0	13,0	00,3
5\1		Салат из капусты с морковью и маслом	40,0	0,7	2,7	3,9	42,0
18\2		Суп картофельный с макаронами	150	1,2	7,5	8,5	47,2
8\9		Суфле из мяса кур паровое	50,0	9,9	11,4	2,2	150,6
3\3	ă	Картофельное пюре	110,0	2,3	3,1	15,1	99,0
1\10	обед	Компот из свежих фруктов	150	0,2	0,0	13,8	53,3
, -		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		17,6	25,1	59,1	469,4
					<u> </u>	<u> </u>	
сб.2010 №401	ξ	Молоко кипяченое	160,0	4,5	4,6	7,1	88,8
		Печенье	30,0	1,7	3,2	20,0	120,2
	5	Печенье	30,0	Δ,,		,-	
	полдни	Итого	30,0	6,2	7,8	27,1	209,0
	/гоп		30,0				

	ž				Пищев	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			9 день			T.	T
13\5		Запеканка из творога с морковью	110,0	18,4	11,0	17,8	247,5
9\11	завтрак	с молочным соусом	20	0,5	0,9	2,9	21,9
11\10	BT	Чай с лимоном	150/5	0,1	0,0	6,9	27,0
	39	Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Итого		20,3	12,0	36,8	340,7
31\1		Салат из отварного картофеля с сол.огурцом	40,0	0,60	2,70	3,60	42,70
25\2		Суп пюре из картофеля с гренками	150\10	3,2	2,2	17,2	102,9
21\8		Тефтели из мяса в молочном соусе	50,0	5,5	5,6	4,7	92,3
45\3	обед	Рис рассыпчатый	110,0	2,7	2,9	27,2	144,5
1\10	ŏ	Компот из свежих фруктов	150	0,2	0,0	13,8	53,3
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		15,5	13,8	82,1	513,0
	_						
сб.2010 №400	полдник	Кисломолочные продукты	150	4,4	4,8	6,0	87,5
17\12	5	Пирожок с повидлом	40	2,3	1,8	24,1	122,1
	Ĕ	Итого		6,7	6,6	30,1	209,6
		Итого за день		42,5	32,4	149,0	1063,3
		Калории от суточной нормы в %					75,0
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		ые веществ углеводы г	а Энергет ценность ККАЛ
			10 день				
2\4		Каша гречневая с маслом	130,0	4,7	4,2	18,9	133,9
13\10	ax	Кофейный напиток с молоком	160	2,4	2,3	10,6	71,1
1\13	завтрак	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
1/13	33	14	20/3	8,8	10,7	42,3	296,6
		Итого		0,0	10,7	72,3	230,0
10-30-11-00 час		Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,2	16,1	70,0
				0,6	0,2	16,1	70,0
				,-			2 0,0
20) 1		Салат из отварного картофеля, моркови и	40.0	6.5	1.0	2.1	F2.0
29\1		репчатого лука с растительным маслом	40,0	0,5	4,0	3,4	52,0
2\2		Борщ со сметаной и мясом	180	4,1	4,0	7,4	84,3
32\8	-	Голубцы ленивые	60	5,6	3,9	3,8	74,2
3\3	e e	Картофельное пюре	120,0	2,5	3,3	16,4	108,0
3/3	9			0.4	0,0	16,4	64,8
6\10	обед	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	-,	
	90	Хлеб пшеничный витамин.	180 19	1,3	0,1	9,2	44,3
	90	Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной			_		44,3 33,0
	90	Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	
		Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	19	1,3 2,0	0,1 0,3	9,2 6,4	33,0
		Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	19	1,3 2,0	0,1 0,3	9,2 6,4	33,0
6\10		Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	19 30	1,3 2,0 <b>16,4</b>	0,1 0,3 <b>15,6</b>	9,2 6,4 <b>63,0</b>	33,0 <b>460,6</b>
6\10	о нинжи об	Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое	19 30 150,0	1,3 2,0 16,4 4,2	0,1 0,3 <b>15,6</b> 4,3	9,2 6,4 <b>63,0</b> 6,8	33,0 460,6 83,3
6\10		Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого  Молоко кипяченое  Кондитерское изделие	19 30 150,0	1,3 2,0 16,4 4,2 2,0	0,1 0,3 15,6 4,3 3,6	9,2 6,4 <b>63,0</b> 6,8 23,3	33,0 460,6 83,3 140,0

	Ξ				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
				11 день	ı	I	1
						_	
7\4		Каша рисовая молочная	130,0	3,9	3,8	27,7	161,2
11\10		Чай	180,0	0,0	0,0	8,1	28,8
1\13	ак	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
	завтрак	итого		5,6	8,0	48,6	281,6
	33						
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	150	0,1	0,1	18,0	70,5
				0,1	0,1	18,0	70,5
5\1		Салат из капусты с морковью и маслом	40,0	0,7	2,7	3,9	42,0
18\2		Суп картофельный с макаронными	150,0	1,2	0,7	8,0	44,1
		изделиями с мясом	10,0	2,9	0,5	0,1	16,7
7\8	_	Бефстроганов из отварного мяса говядины	50,0	8,0	7,9	2,8	115,0
3/3	обед	Картофельное пюре	120,0	2,5	3,4	16,4	108,0
6\10	Õ	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,4	64,8
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		19,0	15,6	63,2	467,9
. C 2010 No 401	Ŧ	NA	160.0	4.5	4.6	7.4	00.0
сб 2010 №401	흄	Молоко кипяченое	160,0	4,5	4,6	7,1	88,8
	полдник	Печенье	30,0	1,7	3,2	20,0	120,2
		Итого		6,2	7,8	27,1	209,0
		Итого за день Калории от суточной нормы в %		30,9	31,5	156,9	1029,0 74,0
	z	палории от суточной нормы в /			Пишевн	I ые веществ:	
Номер	Σ	Наимонованию блюда			Плщсы	оте вещееть:	Энергет
рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность ККАЛ
рецептуры	приемп	12 день	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность
рецептуры	прием п		Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность
5\4			150,0	белки,г 3,9	жиры,г 3,9	20,5	ценность
5\4 14\10		12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком	150,0 180	3,9 3,5	3,9	20,5	ценность ККАЛ 133,5 121,5
5\4	завтрак прием п	12 день  Каша манная молочная с маслом  Какао с молоком  Хлеб пшеничный с маслом	150,0	3,9 3,5 1,7	3,9 3,1 4,2	20,5 20,6 12,8	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6
5\4 14\10		12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком	150,0 180	3,9 3,5	3,9	20,5	ценность ККАЛ 133,5 121,5
5\4 14\10 1\13		12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого	150,0 180 26/5	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b>	3,9 3,1 4,2 <b>11,2</b>	20,5 20,6 12,8 53,9	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b>
5\4 14\10 1\13		12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом	150,0 180 26/5	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b>	3,9 3,1 4,2 <b>11,2</b>	20,5 20,6 12,8 53,9	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2		12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой	150,0 180 26/5 40,0 180,0	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b> 0,60 1,5	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9	20,5 20,6 12,8 <b>53,9</b> 3,60 9,0	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8	завтрак	12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b> 0,60 1,5 8,6	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3	20,5 20,6 12,8 <b>53,9</b> 3,60 9,0 5,6	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3	завтрак	Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b> 0,60 1,5 8,6 2,8	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3 75,2
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8		12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b> 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0	20,5 20,6 12,8 <b>53,9</b> 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3	завтрак	12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b> 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3	завтрак	Та день  Каша манная молочная с маслом  Какао с молоком  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Салат из отварного картофеля с сол.огурцом  Суп крестьянский с крупой  Тефтели из мяса говядины  Капуста тушеная  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3	завтрак	12 день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19	3,9 3,5 1,7 <b>9,1</b> 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3	обед завтрак	Та день  Каша манная молочная с маслом  Какао с молоком  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Салат из отварного картофеля с сол.огурцом  Суп крестьянский с крупой  Тефтели из мяса говядины  Капуста тушеная  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 346,6 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3 6\10	обед завтрак	Та день Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Кисломолочные продукты в ассортиме	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0 17,2	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3 16,6	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4 61,0	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 <b>346,6</b> 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0 <b>461,5</b>
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3 6\10	обед завтрак	Та день  Каша манная молочная с маслом  Какао с молоком  Хлеб пшеничный с маслом  Итого  Салат из отварного картофеля с сол.огурцом  Суп крестьянский с крупой  Тефтели из мяса говядины  Капуста тушеная  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной  Итого  Кисломолочные продукты в ассортиме  Ватрушка с творогом	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0 17,2 5,2 3,8	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3 16,6	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4 61,0	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 346,6 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0 461,5
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3 6\10	завтрак	Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Кисломолочные продукты в ассортиме Ватрушка с творогом	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0 17,2 5,2 3,8 9,0	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3 16,6 5,7 3,6 9,3	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4 61,0 7,2 11,9 19,1	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 346,6 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0 461,5 104,9 96,3 201,2
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3 6\10	обед завтрак	Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кисломолочные продукты в ассортиме Ватрушка с творогом Итого  Итого	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0 17,2 5,2 3,8	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3 16,6	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4 61,0	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 346,6 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0 461,5 104,9 96,3 201,2 1009,3
5\4 14\10 1\13 31\1 31\2 20\8 8\3 6\10	обед завтрак	Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Салат из отварного картофеля с сол.огурцом Суп крестьянский с крупой Тефтели из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Кисломолочные продукты в ассортиме Ватрушка с творогом	150,0 180 26/5 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	3,9 3,5 1,7 9,1 0,60 1,5 8,6 2,8 0,4 1,3 2,0 17,2 5,2 3,8 9,0	3,9 3,1 4,2 11,2 2,70 3,9 7,3 2,3 0,0 0,1 0,3 16,6 5,7 3,6 9,3	20,5 20,6 12,8 53,9 3,60 9,0 5,6 10,8 16,4 9,2 6,4 61,0 7,2 11,9 19,1	ценность ККАЛ 133,5 121,5 91,6 346,6 42,70 79,2 122,3 75,2 64,8 44,3 33,0 461,5 104,9 96,3 201,2

	¥				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		<b>13</b> день			T	I	I
2) 6			4.40.0	12.4	47.0	2.4	225.5
2\6	<b>&gt;</b>	Омлет запеченный	140,0	13,4	17,9	2,4	235,5
11\1	ран	Салат из моркови с яблоком Чай	50	0,5	3,3	5,0	51,7
10\10	завтрак	Хлеб пшеничный витамин.	180,0	0,0	0,0	8,1	28,8
1\13	e	Итого	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		ИПОГО		15,2	21,3	24,7	360,3
5\2		Свекольник со сметаной	160,0	1,2	3,3	9,2	74,3
3 (2			100,0	-,-	3,3	3,2	7 1,3
6\9	редо	Запеканка картофельная фаршированная мясом кур с овощами	160,0	11,0	9,4	22,8	223,3
	0	Кисель из сухофруктов	180	0,9	0,1	25,7	103,0
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		16,4	13,2	73,3	477,9
_	_				ļ		
сб.2010 №401	полдни	Молоко кипяченое	150,0	4,3	4,4	6,8	83,3
17\12	<b>7</b> го	Пирожок с повидлом	40	2,3	1,9	24,5	122,3
	č	итого		6,6	6,3	31,3	205,6
		Итого за день		38,2	40,8	129,3	1043,8
	_	Калории от суточной нормы в %				 ые веществ	74,0
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	а Энергет ценность ККАЛ
		14 дней	I		1	T	T
2\4	¥	Каша гречневая с маслом	150,0	5,5	4,9	22,0	154,5
1\10	завтрак	Чай с лимоном	150/5				27,0
1\13	8			0,1	0,0	6,9	
	33	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	6,9 12,8	91,6
	33	Хлеб пшеничный с маслом Итого		<u> </u>		6,9	
10 20 11 00	38	Итого	26/5	1,7 <b>7,3</b>	4,2 <b>9,1</b>	6,9 12,8 <b>41,7</b>	91,6 <b>273,1</b>
10-30-11-00 час	38			1,7 <b>7,3</b> 0,6	4,2 <b>9,1</b> 0,6	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6	91,6 <b>273,1</b> 68,3
10-30-11-00 час	38	Итого	26/5	1,7 <b>7,3</b>	4,2 <b>9,1</b>	6,9 12,8 <b>41,7</b>	91,6 <b>273,1</b>
10-30-11-00 час 21\1	38	Итого	26/5	1,7 <b>7,3</b> 0,6	4,2 <b>9,1</b> 0,6	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6	91,6 <b>273,1</b> 68,3
	38	Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови	26/5 160	1,7 7,3 0,6 0,6	4,2 9,1 0,6 0,6	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6 <b>15,6</b>	91,6 273,1 68,3 68,3
21\1		Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом	26/5 160 40,0	1,7 7,3 0,6 0,6	4,2 9,1 0,6 0,6	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6 <b>15,6</b> 2,9	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7
21\1		Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом	26/5 160 40,0 180,0	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6 <b>15,6</b> 2,9 9,7	91,6 <b>273,1</b> 68,3 <b>68,3</b> <b>48,7</b> 94,5
21\1 10\2 11\7	зе Надо	Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе	26/5 160 40,0 180,0 60,0	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6 <b>15,6</b> 2,9 9,7 4,9	91,6 <b>273,1</b> 68,3 <b>68,3</b> 48,7 94,5 65,5
21\1 10\2 11\7 3\3		Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1 2,7	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6 <b>15,6</b> 2,9 9,7 4,9 17,8	91,6 <b>273,1</b> 68,3 <b>68,3</b> 48,7 94,5 65,5 117,8
21\1 10\2 11\7 3\3		Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1 2,7 0,4	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0	6,9 12,8 <b>41,7</b> 15,6 <b>15,6</b> 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4	91,6 <b>273,1</b> 68,3 <b>68,3</b> 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8
21\1 10\2 11\7 3\3		Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1 2,7 0,4 1,3	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0 0,1	6,9 12,8 41,7 15,6 15,6 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4 9,2	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8 44,3
21\1 10\2 11\7 3\3	реф	Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3	6,9 12,8 41,7 15,6 15,6 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0
21\1 10\2 11\7 3\3 6\10 c6.2010 №400	реф	Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной итого  Кисломолочные продукты в ассортименте	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3	6,9 12,8 41,7 15,6 15,6 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0
21\1 10\2 11\7 3\3 6\10	реф	Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной итого  Кисломолочные продукты в ассортименте Ватрушка со сметаной	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	1,7 7,3  0,6 0,6  0,5 4,1 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1  4,6 2,5	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 15,0 5,0 3,8	6,9 12,8 41,7 15,6 15,6 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,3	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 468,6 92,4 102,6
21\1 10\2 11\7 3\3 6\10 c6.2010 №400		Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной итого  Кисломолочные продукты в ассортименте Ватрушка со сметаной Итого	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	1,7 7,3 0,6 0,6 0,5 4,1 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1 4,6 2,5 7,1	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 15,0 5,0 3,8 8,8	6,9 12,8 41,7 15,6 15,6 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,3	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 468,6 92,4 102,6 195,0
21\1 10\2 11\7 3\3 6\10 c6.2010 №400	реф	Фрукты (яблоко)  Салат из отварной свеклы и моркови с маслом Рассольник домашний со сметаной и мясом Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной итого  Кисломолочные продукты в ассортименте Ватрушка со сметаной	26/5 160 40,0 180,0 60,0 120,0 180 19 30	1,7 7,3  0,6 0,6  0,5 4,1 5,1 2,7 0,4 1,3 2,0 16,1  4,6 2,5	4,2 9,1 0,6 0,6 3,9 4,2 2,7 3,8 0,0 0,1 0,3 15,0 5,0 3,8	6,9 12,8 41,7 15,6 15,6 2,9 9,7 4,9 17,8 16,4 9,2 6,4 67,3	91,6 273,1 68,3 68,3 48,7 94,5 65,5 117,8 64,8 44,3 33,0 468,6 92,4 102,6

	돌				Пищев	ые веществ	а
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		15 день					
14\4	¥	Каша ячневая молочная с маслом	150,0	4,5	4,0	23,0	146,3
12\10	завтрак	Чай с молоком	150	1,1	1,1	8,4	45,8
1\13	aBı	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
	m	итого		7,3	9,3	44,2	283,7
10-30-11-00 час		Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,2	16,1	70,0
				0,6	0,2	16,1	70,0
		Салат из отварного картофеля, моркови и					
28\1		репчатого лука с растительным маслом	40,0	0,5	4,0	3,4	52,0
16\2		Суп картофельный с крупой	160,0	2,1	3,5	13,0	93,6
-		Шницель из говядины			+	1	
14\7 3\3	рөдо	Капуста тушеная	50 120,0	7,7	5,7	8,0 10,8	114,5
	90			2,8	2,3		75,2
6\10		Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,4	64,8
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		16,8	15,9	67,2	477,4
	полдник	Кондитерские изделия	30,0	1,7	3,2	20,0	120,2
сб.2010 №401	фс	Молоко кипяченое	150,0	4,3	4,4	6,7	83,3
	ĭ	Итого		6,0	7,6	26,7	203,5
		Итого за день		30,7	33,0	154,2	1034,6
		Калории от суточной нормы в %					73,0
	Ę				Пищев	ые веществ	a
Номер	Z	Наименование блюда	Вес блюда				Энергет
рецептуры	ирием пищи			белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность ККАЛ
рецептуры	прием		16 день	белки,г	жиры,г	углеводы г	1 '
рецентуры	прием		16 день	bелки,г	жиры,г	углеводы г	1 '
	прием	Каша ассорти молочная с маслом (рис,					ккал
18\4		Каша ассорти молочная с маслом (рис, греча)	<b>16 день</b> 150	3,8	жиры,г 4,4	18,5	1 '
							ккал
18\4	завтрак прием	греча)	150	3,8	4,4	18,5	129,0
18\4		греча) Чай с молоком	150 150	3,8	4,4	18,5	129,0 45,8
18\4		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом	150 150	3,8 1,1 1,7	4,4 1,1 4,2	18,5 8,4 12,8	129,0 45,8 91,6
18\4		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом	150 150	3,8 1,1 1,7	4,4 1,1 4,2	18,5 8,4 12,8	129,0 45,8 91,6
18\4 12\10 1\13		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного	150 150 26/5	3,8 1,1 1,7 6,6	4,4 1,1 4,2 9,7	18,5 8,4 12,8 39,7	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b>
18\4 12\10 1\13		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного	150 150 26/5	3,8 1,1 1,7 6,6	4,4 1,1 4,2 9,7	18,5 8,4 12,8 39,7	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5
18\4 12\10 1\13		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного	150 150 26/5	3,8 1,1 1,7 6,6	4,4 1,1 4,2 9,7	18,5 8,4 12,8 39,7	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5
18\4 12\10 1\13		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	150 150 26/5 150	3,8 1,1 1,7 6,6	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5
18\4 12\10 1\13 10-30-11-00 час		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания Щи из свежей капусты со сметаной	150 150 26/5 150	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b>
18\4 12\10 1\13 10-30-11-00 час 6\2 7\8		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины	150 150 26/5 150 180,0 50,0	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1 1,4 8,0	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b> 50,4 115,0
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час 6\2 7\8 44\3		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0	3,8 1,1 1,7 <b>6,6</b> 0,1 <b>0,1</b> 1,4 8,0 6,2	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b> 50,4 115,0 183,2
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час 6\2 7\8 44\3		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1 1,4 8,0 6,2 0,4	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b> 50,4 115,0 183,2 64,8
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час 6\2 7\8 44\3		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1 1,4 8,0 6,2 0,4 1,3	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b> 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час 6\2 7\8 44\3		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1 1,4 8,0 6,2 0,4 1,3 2,0	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1 0,3	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2 6,4	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b> 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3 33,0
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час 6\2 7\8 44\3	завтрак	греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.  Хлеб ржаной Итого	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19 30	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1 1,4 8,0 6,2 0,4 1,3 2,0 19,3	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1 0,3 15,5	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2 6,4 72,6	129,0 45,8 91,6 266,4 70,5 70,5 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3 33,0 490,7
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час  6\2 7\8 44\3 6\10	завтрак	греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерские изделия	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19 30	3,8 1,1 1,7 6,6  0,1  0,1  1,4 8,0 6,2 0,4 1,3 2,0 19,3	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1 0,3 15,5	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2 6,4 72,6	129,0 45,8 91,6 266,4 70,5 70,5 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3 33,0 490,7
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час 6\2 7\8 44\3		греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерские изделия Молоко кипяченое	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19 30	3,8 1,1 1,7 6,6  0,1  0,1  1,4 8,0 6,2 0,4 1,3 2,0 19,3  1,7 4,3	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1 0,3 15,5	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2 6,4 72,6 20,0 6,7	129,0 45,8 91,6 266,4 70,5 70,5 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3 33,0 490,7
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час  6\2 7\8 44\3 6\10	завтрак	греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерские изделия Молоко кипяченое Итого	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19 30	3,8 1,1 1,7 6,6 0,1 0,1 1,4 8,0 6,2 0,4 1,3 2,0 19,3 1,7 4,3 6,0	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1 0,3 15,5	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2 6,4 72,6 20,0 6,7 26,7	129,0 45,8 91,6 <b>266,4</b> 70,5 <b>70,5</b> 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3 33,0 <b>490,7</b> 120,2 83,3 <b>203,5</b>
18\4 12\10 1\13  10-30-11-00 час  6\2 7\8 44\3 6\10	завтрак	греча) Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого  Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания  Щи из свежей капусты со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерские изделия Молоко кипяченое	150 150 26/5 150 180,0 50,0 110,0 180 19 30	3,8 1,1 1,7 6,6  0,1  0,1  1,4 8,0 6,2 0,4 1,3 2,0 19,3  1,7 4,3	4,4 1,1 4,2 9,7 0,1 0,1 2,3 7,9 4,9 0,0 0,1 0,3 15,5	18,5 8,4 12,8 39,7 18,0 18,0 6,0 2,8 31,8 16,4 9,2 6,4 72,6 20,0 6,7	129,0 45,8 91,6 266,4 70,5 70,5 50,4 115,0 183,2 64,8 44,3 33,0 490,7

	¥				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			17 день	1	T	T	T
15\4	¥	Каша пшеничная молочная с маслом	150,0	4,9	4,5	23,4	154,5
14\1	завтрак	Какао с молоком	150,0	2,9	2,6	17,2	100,8
1\13	3aE	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
		Итого		9,5	11,3	53,4	346,9
		Canat us othanuoro vantodona c					
31\1		Салат из отварного картофеля с соленым огурцом	40,0	0,60	2,70	3,60	42,70
16\2		Суп овсяный	150,0	2,1	3,4	12,8	92,4
10\2		с мясом	10,0	2,9	0,5	0,1	16,7
31\8	ಠ	Голубцы ленивые	50	4,6	3,2	3,1	61,9
3\3	обед	Картофельное пюре	120,0	2,7	3,8	17,8	117,8
6\10	O	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,4	64,8
0 (10		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,0	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		16,6	14,0	69,4	473,6
				20,0	,0	33,4	17.5,0
сб.2010 №400	ż	Кисломолочные продукты	150	5,2	5,7	7,2	105,0
8\12	полдни	Сдоба обыкновенная	30,0	2,6	2,0	16,2	94,0
0/12	5	Итого	30,0	7,8	7,7	23,4	199,0
		Итого за день		33,9	33,0	146,2	1019,5
		Калории от суточной нормы в %		33,3	33,0	2.0,2	73,0
	ž				Пишев	і ые веществ	-
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			18 день		1		-
11\4		Каша пшенная с маслом	130	4,1	3,9	20,2	134,0
12\10	втрак	Чай с молоком	180	1,2	1,2	10,0	54,9
3\13	завт	Хлеб пшеничн с сыром	26\7	4,2	2,4	12,1	90,1
	m	Итого		9,5	7,5	42,3	279,0
			•				
10-30-11-00 час		Фрукты (яблоко)	160	0,6	0,6	15,6	68,3
				0,6	0,6	15,6	68,3
28\1		Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	40,0	0,5	4,0	3,4	52,0
11\2		Рассольник с крупой и сметаной	180,0	1,5	3,9	11,2	89,1
1\9	Ħ.	Мясо кур отварное	60,0	8,9	8,4	0,1	111,0
8/3	обед	Капуста тушеная	120,0	2,8	2,3	10,8	75,2
6\10	•	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,4	64,8
		Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		17,4	19,0	57,5	469,4
сб.2010 №401	Ž	Молоко кипяченое	150,0	4,3	4,4	6,7	83,3
17\12	полдни	Ватрушка с повидлом	40	2,4	1,9	24,2	122,2
	2	Итого		6,7	6,3	30,9	205,5
		Итого за день		34,2	33,4	146,3	1022,2
		Калории от суточной нормы в %					74,0

	ž				Пищевь	ые веществ	<u></u> а
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			19 день	<u> </u>	1	<u> </u>	<u> </u>
19\5		Суфле творожное с	130,0	12,5	11,0	11,7	194,1
2\11	¥	молочным соусом	20	0,2	1	3	22
11\10	завтрак	Чай с лимоном	180/5	0,1	0,0	8,2	32,4
1\13	391	Хлеб пшеничный с маслом	26/5	1,7	4,2	12,8	91,6
	<u> </u>	Итого		14,5	16,2	35,7	340,1
5\1	Ì	Салат из капусты с морковью и маслом	40,0	0,7	2,7	3,9	42,0
19\2	Ì	Суп картофельный с макаронными	180,0	1,5	0,9	10,2	57,6
18\8	Ì	Зразы из говядины	50,0	6,4	6,7	5,5	108,2
3\3	Ì	Картофельное пюре	120,0	2,7	3,7	18,0	117,8
6\10	Ì	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,4	64,8
	Ì	Хлеб пшеничный витамин.	19	1,3	0,1	9,2	44,3
	Ì	Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	6,4	33,0
		Итого		15,0	14,4	69,6	467,7
7\12	ŧ	Пирожок с яблоком	40.0	2.0	2.2	10 C	142.4
7\12 c6.2010 №400	полднин	'	40,0 150	2,6	3,3	18,6	142,4
CO.2010 Nº400	5	Кисломолочные продукты Итого	150	4,4	4,8	6,0	87,5
		Итого за день		7,0 36,5	8,1 38,7	24,6 129,9	229,9 1037,7
		Калории от суточной нормы в %		30,3	36,7	129,9	74,0
	Z	палории от суточной нормы в 70			Пишевн	I ые веществ	L
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			20 день	1		<u> </u>	1
5\4	¥	Каша манная молочная с маслом					
12\10			130,0	3,3	3,4	17,7	115,7
1\13	ğ	Чай с молоком	130,0 180	3,3 1,2	3,4 1,2	17,7 10,0	115,7 54,9
1/12	завтрак	Чай с молоком Хлеб пшеничный с маслом			_	10,0 12,8	
1/13	завтря		180	1,2	1,2	10,0	54,9
	завтра	Хлеб пшеничный с маслом Итого	180 26/5	1,2 1,7 <b>6,2</b>	1,2 4,2 8,8	10,0 12,8 <b>40,5</b>	54,9 98,3 <b>268,9</b>
10-30-11-00 час	завтр	Хлеб пшеничный с маслом	180	1,2 1,7 <b>6,2</b> 0,6	1,2 4,2 8,8 0,2	10,0 12,8 <b>40,5</b>	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0
	завтр	Хлеб пшеничный с маслом Итого	180 26/5	1,2 1,7 <b>6,2</b>	1,2 4,2 8,8	10,0 12,8 <b>40,5</b>	54,9 98,3 <b>268,9</b>
	завтра	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника	180 26/5	1,2 1,7 <b>6,2</b> 0,6	1,2 4,2 8,8 0,2	10,0 12,8 <b>40,5</b>	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0
	завтра	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с	180 26/5 180	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2	10,0 12,8 <b>40,5</b> 16,1 <b>16,1</b>	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b>
10-30-11-00 час 31\1	завтра	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с соленым огурцом	180 26/5 180 40,0	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70	10,0 12,8 <b>40,5</b> 16,1 <b>16,1</b> 3,60	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b> 42,70
10-30-11-00 час	Е	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с	180 26/5 180	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2	10,0 12,8 <b>40,5</b> 16,1 <b>16,1</b>	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b>
31\1 25\2	Е	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками	180 26/5 180 40,0 160\15	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3	10,0 12,8 <b>40,5</b> 16,1 16,1 3,60 18,0	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b> 42,70 107,8
31\1 25\2 11\7	обед завтра	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b> 42,70 107,8 65,5
31\1 25\2 11\7 45\3	Е	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b> 42,70 107,8 65,5 144,7
31\1 25\2 11\7 45\3	Е	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180	1,2 1,7 6,2 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4	54,9 98,3 <b>268,9</b> 70,0 <b>70,0</b> 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8
31\1 25\2 11\7 45\3	Е	Хлеб пшеничный с маслом Итого Напиток из плодов шиповника Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180 19	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4 1,3	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0 0,1	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4 9,2	54,9 98,3 268,9 70,0 70,0 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8 44,3
31\1 25\2 11\7 45\3	в Недо	Хлеб пшеничный с маслом Итого  Напиток из плодов шиповника  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180 19	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4 1,3 2,0	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0 0,1 0,3	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4 9,2 6,4	54,9 98,3 268,9 70,0 70,0 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8 44,3 33,0
31\1 25\2 11\7 45\3 6\10	в Недо	Хлеб пшеничный с маслом Итого  Напиток из плодов шиповника  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерское изделие	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180 19 30	1,2 1,7 6,2 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4 1,3 2,0 15,4	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0 0,1 0,3	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4 9,2 6,4 85,7	54,9 98,3 268,9 70,0 70,0 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8 44,3 33,0 502,8
31\1 25\2 11\7 45\3	в Недо	Хлеб пшеничный с маслом Итого  Напиток из плодов шиповника  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерское изделие Молоко кипяченое	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180 19 30	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4 1,3 2,0 15,4	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0 0,1 0,3 10,9	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4 9,2 6,4 85,7	54,9 98,3 268,9 70,0 70,0 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8 44,3 33,0 502,8 140,0 83,3
31\1 25\2 11\7 45\3 6\10	Е	Хлеб пшеничный с маслом Итого  Напиток из плодов шиповника  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерское изделие Молоко кипяченое Итого	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180 19 30	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4 1,3 2,0 15,4 2,0 4,3 6,3	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0 0,1 0,3 10,9	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4 9,2 6,4 85,7	54,9 98,3 268,9 70,0 70,0 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8 44,3 33,0 502,8 140,0 83,3 223,3
31\1 25\2 11\7 45\3 6\10	в Недо	Хлеб пшеничный с маслом Итого  Напиток из плодов шиповника  Салат из отварного картофеля с соленым огурцом Суп пюре из картофеля с гренками Тефтели рыбные в соусе Рис рассыпчатый Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого  Кондитерское изделие Молоко кипяченое	180 26/5 180 40,0 160\15 60,0 110,0 180 19 30	1,2 1,7 6,2 0,6 0,6 0,60 3,4 5,1 2,6 0,4 1,3 2,0 15,4	1,2 4,2 8,8 0,2 0,2 2,70 2,3 2,7 2,8 0,0 0,1 0,3 10,9	10,0 12,8 40,5 16,1 16,1 3,60 18,0 4,9 27,2 16,4 9,2 6,4 85,7	54,9 98,3 268,9 70,0 70,0 42,70 107,8 65,5 144,7 64,8 44,3 33,0 502,8 140,0 83,3

завтрак - 20% второй завтрак - 5% обед - 35% полдник - 15%

### Энергетическая ценность рекомендуемая

#### СанПиН 2.3/2.4.3590-20

белки	жиры	углев	ккал	ккал в %
31,5	35,25	152,25	1050	

	фактическ	ая			
1	31,9	30,7	161,6	1041,1	73,6
2	34,7	36,3	155,7	1030,0	73,5
3	39,5	41,3	128,5	1054,7	74,3
4	32,6	33,2	145,6	1015,8	72,3
5	34,3	30,6	156,1	1044,7	74,5
6	34,7	33,1	143,9	1023,1	73,0
7	36,6	32,0	147,6	1024,8	74,0
8	30,9	43,2	142,1	1015,3	74,6
9	42,5	32,4	149,0	1063,3	75,0
10	32,0	34,4	151,5	1050,5	75,0
11	30,9	31,5	156,9	1029,0	74,0
12	35,3	37,1	134,0	1009,3	72,0
13	38,2	40,8	129,3	1043,8	74,0
14	31,1	33,5	145,1	1005,0	72,0
15	30,7	33,0	154,2	1034,6	73,0
16	32,0	32,9	157,0	1031,1	72,0
17	33,9	33,0	146,2	1019,5	73,0
18	34,2	33,4	146,3	1022,2	74,0
19	36,5	38,7	129,9	1037,7	74,0
20	28,5	27,9	172,3	1065,0	74,0
ср знач	34,0	34,5	147,6	1033,0	73,6

#### Сумарные объемы блюд (не менее):

Завтрак - 350 гр.

Второй завтрак - 100 гр.

Обед - 450 гр.

Полдник - 200 гр.



# ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

## СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908426

Владелец Михайлова Ольга Николаевна

Действителен С 11.10.2024 по 11.10.2025