

День 1: Неделя 1  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Выход вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
66	Каша из пшена и риса "Дружба"	200	6,33	8,65	37,6	253	1,74	
1г	Батон с маслом	30/5	2,74	3,78	15,97	102,00	0,00	
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34	0,018	
	<b>Итого</b>		<b>9,12</b>	<b>12,45</b>	<b>61,96</b>	<b>389,00</b>	<b>1,76</b>	
<b>10 час.</b>								
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>10,00</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>	
<b>Обед</b>								
93	Икра кабачковая	50	0,6	2,35	3,85	38	5,76	
81	Суп картофельный с горохом лущеным, с птицей и гречками	200/15/6	6,58	4,23	14,92	135,00	4,56	
317/11/4	Макаронные изделия отварные (гарнир) с маслом, с соусом сметанно-томатным	150/5/30	6,21	10,67	27,91	138,4	0,69	
94	Люля-кебаб	73	12,22	10,95	6,35	173,25	3,36	
376	Компот из сушеных фруктов(курага)	200	0,68	0,00	20,57	80,24	0,36	
700	Хлеб дарницкий	30	1,95	0,30	12,30	60,00	0,00	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,40	0,15	15,90	100,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>30,64</b>	<b>28,65</b>	<b>101,80</b>	<b>724,89</b>	<b>14,73</b>	
15:00	Напиток с витаминами Витошка ( в ассортименте)	100	0,00	0,00	4,75	20	5	
<b>Уплотненный полдник</b>								
128	Пудинг из творога	100	15,14	10,76	24,33	267,54	0,19	
358б	Соус сладкий вишневый	30	0,12	0,03	19,59	79	0,92	
609	Печенье	40	3,04	7,80	26,20	126,00	0,00	
251	Снежок 2,5 %	180	5,22	5,76	24,30	120,2	1,26	
	<b>Итого</b>		<b>23,52</b>	<b>24,35</b>	<b>99,17</b>	<b>612,74</b>	<b>7,37</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>63,78</b>	<b>65,45</b>	<b>272,93</b>	<b>1769,63</b>	<b>25,86</b>
<b>Содержа</b>			<b>14,42</b>	<b>33,29</b>	<b>61,69</b>	<b>1769,63</b>		

День 1: Неделя 1  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Выход вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
66	Каша из пшена и риса "Дружба"	150	4,73	6,46	28,13	189	0,45	
1г	Батон с маслом	20/5	1,84	3,73	10,67	79,00	0,00	
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,015	6,99	28	0,02	
	<b>Итого</b>		<b>6,61</b>	<b>10,21</b>	<b>45,79</b>	<b>296,00</b>	<b>0,47</b>	
<b>10 час.</b>								
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,000	7,70	31,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>17,70</b>	<b>74,00</b>	<b>2,00</b>	
<b>Обед</b>								
93	Икра кабачковая	30	0,36	1,41	2,31	23	4,32	
81	Суп картофельный с горохом лущеным, с птицей и гречками	180/15/6	5,99	3,85	13,56	123,00	4,20	
94	Люля-кебаб	63	10,02	8,15	4,76	132,78	0,40	
317/11/4	Макаронные изделия отварные с маслом(гарнир) с соусом сметанно- томатным	110/5/15	4,46	8,2	20,15	132,2	0,35	
376/11	Компот из сушеных фруктов(курага)	150	0,52	0,00	15,29	60,86	0,30	
700	Хлеб дарницкий	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	75,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>24,25</b>	<b>21,91</b>	<b>74,87</b>	<b>586,84</b>	<b>9,57</b>	
398	Напиток из шиповника	100	0,17	0,070	4,74	65,00	25,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
128	Пудинг из творога	80	12,11	8,61	19,46	247,64	0,15	
358б	Соус сладкий вишневый	20	0,08	0,02	13,06	53	0,61	
609	Печенье	20	1,52	3,900	13,10	63,20	0,00	
251	Снежок 2,5%	150	4,80	4,80	20,25	90,3	1,05	
	<b>Итого</b>		<b>18,68</b>	<b>17,40</b>	<b>70,61</b>	<b>519,14</b>	<b>26,81</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>50,04</b>	<b>49,52</b>	<b>208,97</b>	<b>1475,98</b>	<b>38,85</b>
<b>Содерж</b>			<b>13,56</b>	<b>30,19</b>	<b>56,63</b>	<b>1475,98</b>		

День 2: Неделя 1  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
100	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев"Геркулес"с маслом сливочным	205	6,40	7,700	32,10	216,5	0,00	
1	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	30/15/5	5,40	1,200	25,30	183	0,00	
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,390	12,76	84	1,17	
	<b>Итого</b>		<b>14,61</b>	<b>11,29</b>	<b>70,16</b>	<b>483,50</b>	<b>1,17</b>	
<b>10 час.</b>								
<b>388</b>	Напиток из сухофруктов	100	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
368г	Фрукты свежие,банан	100	1,50	0,500	21,00	95,00	10,00	
	<b>Итого</b>		<b>1,53</b>	<b>0,50</b>	<b>26,45</b>	<b>129,00</b>	<b>10,15</b>	
<b>Обед</b>								
24/96	Морковь отварная	60	0,70	0,06	3,40	59,70	0,61	
64/145	Борщ с мясом ,пампушка с чесноком	200/25	9,62	6,820	1,02	178,1	12,5	
370	Азу	180	14,7	15,7	18,72	275	7,9	
РЦ.10.86.10.590-002-17840891-2016	Кисель с витаминами Витошка(в ассортименте)	200	0	0,000	24	95	21,1	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,40	0,15	15,90	75,00	0,00	
700	Хлеб дарницкий	30	1,95	0,30	12,30	60,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>29,37</b>	<b>23,03</b>	<b>75,34</b>	<b>742,80</b>	<b>42,11</b>	
15:00	Сок фруктовый	<b>100</b>	<b>0,50</b>		<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>								
215/4	Омлет натуральный с зеленым горошком	100/5/50	11,94	18,040	5,19	135,20	0,23	
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34	0,018	
701	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,075	7,95	38	0,00	
609	Бисквит с повидлом	70	2,81	5,60	24,80	125,00	0,03	
	<b>Итого</b>		<b>16,50</b>	<b>23,73</b>	<b>56,33</b>	<b>375,20</b>	<b>2,28</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>62,01</b>	<b>58,55</b>	<b>228,28</b>	<b>1730,50</b>	<b>55,71</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>14,33</b>	<b>30,45</b>	<b>52,77</b>	<b>1730,50</b>		

День 2: Неделя 1  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
100	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев"Геркулес"с маслом сливочным	155	4,80	6,800	24,10	171,8	0,00	
1	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	20/10/5	4,80	1,200	20,30	156	0,00	
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,000	10,63	70	0,98	
	<b>Итого</b>		<b>11,94</b>	<b>10,00</b>	<b>55,03</b>	<b>397,80</b>	<b>0,98</b>	
<b>10 час.</b>								
<b>388</b>	Напиток из сухофруктов	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
368г	Фрукты свежие,банан	70	1,05	0,350	14,70	67,00	7,00	
	<b>Итого</b>		<b>1,08</b>	<b>0,35</b>	<b>20,15</b>	<b>101,00</b>	<b>7,15</b>	
<b>Обед</b>								
24/96	Морковь отварная	40	0,47	0,04	2,27	46,20	0,41	
64/145	Борщ с мясом ,пампушка с чесноком	150/25	7,64	5,370	9,25	146,01	9,38	
282	Шницель рубленый из говядины	60	9,32	7,070	9,64	139	0,09	
321	Картофельное пюре с маслом	100	1,4	5,600	12,2	90	3,63	
383	Кисель из повидла	150	0,24	0,000	28,38	114,3	0,9	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	0,00	
700	Хлебдарницкий	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>21,97</b>	<b>18,38</b>	<b>80,54</b>	<b>625,51</b>	<b>14,41</b>	
15:00	Сок фруктовый	<b>100</b>	<b>0,50</b>		<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>								
215/4	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/5/30	9,23	14,410	3,50	104,70	0,19	
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,015	6,99	28	0,02	
701	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,075	7,95	38	0,00	
609	Бисквит с повидлом	50	2,25	3,85	16,20	87,00	0,02	
	<b>Итого</b>		<b>13,22</b>	<b>18,35</b>	<b>44,64</b>	<b>300,70</b>	<b>2,23</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>48,21</b>	<b>47,08</b>	<b>200,36</b>	<b>1425,01</b>	<b>24,77</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>13,53</b>	<b>29,73</b>	<b>56,24</b>	<b>1425,01</b>		

День 3: Неделя 1  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витами н С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182	Каша молочная из ячневой крупы с маслом	205	6,83	7,77	40,20	258	0,13	
1г	Батон с маслом	30/5	2,74	3,78	15,97	102,00	0,00	
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	
	<b>Итого</b>		<b>9,62</b>	<b>11,57</b>	<b>64,56</b>	<b>394,00</b>	<b>0,15</b>	
<b>10 час.</b>								
248	напиток из изюма	100	0,52	0,00	15,59	60,86	0,4	
145	Фрукты свежие(апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
	<b>Итого</b>		<b>1,42</b>	<b>0,20</b>	<b>23,69</b>	<b>103,86</b>	<b>60,40</b>	
<b>Обед</b>								
76	Рассольник Ленинградский	200/5/6	1,68	4,1	13,28	97	6,67	
305	Котлеты , рубленные из птицы.	70	17,09	12,06	8,34	92,30	26,01	
171	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,86	8,18	35,95	245,00	0,00	
5	Соус томатный	30	0,40	1,50	1,81	23,00	0,66	
376	Компот из сухофруктов(яблоки)	180	0,40	0,02	24,98	102,00	0,36	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,40	0,15	15,90	100,00	0,00	
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,30	12,30	86,00	0,00	
93	икра баклажанная	50	0,6	2,35	3,85	38	5,76	
	<b>Итого</b>		<b>31,38</b>	<b>28,66</b>	<b>116,41</b>	<b>783,30</b>	<b>39,46</b>	
15:00	напиток из кураги	100	0,52	0,00	15,59	60,86	0,4	
<b>Уплотненный полдник</b>								
291	Запеканка картофельная с печенью.	75	11,14	8,24	25,53	245	22,32	
226	Соус сметанный	30	0,45	5,06	1,62	45,00	2,52	
609	Печенье	40	3,04	7,80	26,20	126,00	0,00	
	Молоко 3,2%	180	5,22	5,76	8,46	108,00	2,52	
	<b>Итого</b>		<b>20,37</b>	<b>26,86</b>	<b>77,40</b>	<b>584,86</b>	<b>27,76</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>62,79</b>	<b>67,29</b>	<b>282,06</b>	<b>1866,02</b>	<b>127,77</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>13,46</b>	<b>32,45</b>	<b>60,46</b>	<b>1866,02</b>		

День 3: Неделя 1  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витами н С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182	Каша молочная из ячневой крупы с маслом	153	5,10	5,80	30,00	196	0,10	
1г	Батон с маслом	20/5	1,84	3,73	10,67	79,00	0,00	
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,02	6,99	28,00	0,02	
	<b>Итого</b>		<b>6,98</b>	<b>9,55</b>	<b>47,66</b>	<b>303,00</b>	<b>0,12</b>	
<b>10 час.</b>								
248	Напиток из изюма	100	0,52	0,00	15,59	60,86	0,4	
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,000	7,70	31,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,52</b>	<b>0,00</b>	<b>23,29</b>	<b>91,86</b>	<b>0,40</b>	
<b>Обед</b>								
76	Рассольник Ленинградский	150/5/6	1,26	3,07	9,96	72	5	
305	Котлеты , рубленные из птицы.	50	12,82	9,04	6,26	71,2	19,51	
171	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,76	3,85	30,36	179,00	0,00	
5	Соус томатный	15	0,20	0,75	0,91	11,00	0,33	
376	Компот из сухофруктов(яблоки)	150	0,33	0,20	20,82	85,00	0,30	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	75,00	0,00	
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	63,00	0,00	
93	икра баклажанная	30	0,36	1,41	2,31	23	4,32	
	<b>Итого</b>		<b>23,63</b>	<b>18,62</b>	<b>89,42</b>	<b>579,20</b>	<b>29,46</b>	
15:00	напиток из кураги	100	0,52	0,00	15,59	60,86	0,4	
<b>Уплотненный полдник</b>								
291	Запеканка картофельная с печенью.	60	8,92	6,59	20,42	222	17,86	
226	Соус сметанный	20	0,30	3,37	1,08	30	1,95	
609	Печенье	20	1,52	3,900	13,10	63,20	0,00	
	Молоко 3,2 %	150	4,35	4,80	7,05	90,00	1,95	
	<b>Итого</b>		<b>15,61</b>	<b>18,66</b>	<b>57,24</b>	<b>466,06</b>	<b>22,16</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>46,74</b>	<b>46,83</b>	<b>217,61</b>	<b>1440,12</b>	<b>52,14</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>12,98</b>	<b>29,26</b>	<b>60,44</b>	<b>1440,12</b>		

День 4: Неделя 1  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамин С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
173	Каша манная молочная с маслом	200/5	8,00	6,83	38,63	248,00	1,56	
1	Батон с сыром	30/6	3,99	1,91	14,64	94,00	0,07	
393/391	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,16	0,00	14,40	57	1,98	
	<i>Итого</i>		<i>12,15</i>	<i>8,74</i>	<i>67,67</i>	<i>399,00</i>	<i>3,61</i>	
<b>10 час.</b>								
388	Напиток из сухофруктов	100	0,03	0,00	5,45	34,00	0,15	
368	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
	<i>Итого</i>		<i>0,43</i>	<i>0,40</i>	<i>15,25</i>	<i>81,00</i>	<i>10,15</i>	
<b>Обед</b>								
17/96	Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	65	1,22	
67	Щи со свежей капусты ,птицей и сметаной	200/5/6	3,86	5,24	7,71	189,00	14,94	
255	Котлеты рыбные запеченные	70	9,36	3,29	6,99	6,20	0,31	
192	Рис припущенный	150	3,90	5,50	39,10	185,90	0,00	
4	Соус сметанно-томатный	30	0,64	2,52	1,39	64,00	0,69	
383	Кисель из повидла	180	0,38	0,00	35,70	172,10	0,36	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,40	0,15	15,90	75,00	0,00	
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,30	12,30	86,00	0,00	
	<i>Итого</i>		<i>23,29</i>	<i>17,10</i>	<i>123,39</i>	<i>843,20</i>	<i>17,52</i>	
15:00	<i>сок фруктовый</i>	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
120	Запеканка из риса с творогом	100	10,76	11,14	27,69	150,07	0,62	
490	Молоко сгущеное	20	1,44	1,7	1,1	66	0,15	
	Молоко 3,2 %	180	5,22	5,76	8,46	145,50	2,52	
454.455	Пирожки печеные с капустой и яйцом	80	6,89	10,49	28,58	178,3	0,00	
	<i>Итого</i>		<i>24,81</i>	<i>29,09</i>	<i>75,83</i>	<i>582,87</i>	<i>5,29</i>	
<i>Всего за день</i>			<i>0</i>	<i>60,68</i>	<i>55,33</i>	<i>282,14</i>	<i>1906,07</i>	<i>36,57</i>
<i>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</i>			<i>12,73</i>	<i>26,13</i>	<i>59,21</i>	<i>1906,07</i>		

День 4: Неделя 1  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамин С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
173	Каша манная молочная с маслом	150/3	6,03	5,13	29,38	188,00	1,17	
1	Батон с сыром	20/4	2,66	1,27	9,76	63,00	0,05	
393/391	Чай с сахаром и лимоном	150/3	0,13	0,00	12,00	48	1,65	
	<i>Итого</i>		<i>8,82</i>	<i>6,40</i>	<i>51,14</i>	<i>299,00</i>	<i>2,87</i>	
<b>10 час.</b>								
388	Напиток из сухофруктов	100	0,03	0,00	5,45	34,00	0,15	
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,00	7,70	31,00	2,00	
	<i>Итого</i>		<i>0,03</i>	<i>0,00</i>	<i>13,15</i>	<i>65,00</i>	<i>2,15</i>	
<b>Обед</b>								
17/96	Свекла отварная	40	0,53	0,07	2,87	45	0,81	
67	Щи со свежей капусты ,птицей и сметаной	150/5/6	2,90	3,93	5,78	145,00	9,40	
255	Котлеты рыбные запеченные	50	6,68	2,35	4,99	40,30	0,22	
192	Рис припущенный	110	3,20	4,60	32,00	126,00	0,00	
4	Соус сметанно-томатный	15	0,32	1,26	0,69	32,00	0,35	
383	Кисель из повидла	150	0,24	0,00	28,38	140,30	0,30	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	75,00	0,00	
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	63,00	0,00	
	<i>Итого</i>		<i>16,77</i>	<i>12,51</i>	<i>93,51</i>	<i>666,60</i>	<i>11,08</i>	
15:00	<i>сок фруктовый</i>	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
120	Запеканка из риса с творогом	80	9,06	9,20	21,57	120,43	0,51	
490	Молоко сгущеное	15	1,08	1,28	8,33	49	0,15	
	Молоко 3,2 %	150	4,35	4,80	7,05	130	1,95	
454.455	Пирожки печеные с капустой и яйцом	60	4,52	8,36	27,70	143,8	0,00	
	<i>Итого</i>		<i>19,51</i>	<i>23,64</i>	<i>74,65</i>	<i>486,23</i>	<i>4,61</i>	
<i>Всего за день</i>			<i>0</i>	<i>45,13</i>	<i>42,55</i>	<i>232,45</i>	<i>1516,83</i>	<i>20,71</i>
<i>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</i>			<i>11,90</i>	<i>25,25</i>	<i>61,30</i>	<i>1516,83</i>		

День 5: Неделя 1  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
182	Каша молочная из пшеничной крупы с маслом	205/3	6,12	6,65	53,13	256	0,87
1г	Батон с маслом	30/5	2,74	3,78	15,97	102	0
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43
	<b>Итого</b>		<b>12,53</b>	<b>13,62</b>	<b>84,92</b>	<b>465,00</b>	<b>2,30</b>
<b>10 час.</b>							
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>10,00</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
4	Кукуруза консервированная отварная	50	1,55	0,10	3,25	55,00	1,92
40/121	<b>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</b>	<b>200/20</b>	<b>7,80</b>	<b>6,50</b>	<b>14,28</b>	<b>146,13</b>	<b>14,94</b>
336	Капуста тушеная с курицей	200	19,7	15	13,65	269	4,72
127	Компот из свежемороженых ягод	180	0,18	0,07	15,67	62,00	36,00
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,40	0,15	15,90	75,00	0,00
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,30	12,30	60,00	0,00
	<b>Итого</b>		<b>33,58</b>	<b>22,12</b>	<b>75,05</b>	<b>667,13</b>	<b>57,58</b>
15:00	Напиток с витаминами Витошка ( в ассортименте)	100	0,00	0,00	4,75	20	5
<b>Уплотненный полдник</b>							
206	Макароны отварные с сыром	150	9,39	17,26	22,85	289	0,14
701	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,2	0,075	7,95	38	0
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34,00	0,02
368г	Фрукты свежие, банан	100	1,50	0,500	21,00	95,00	10,00
	<b>Итого</b>		<b>12,14</b>	<b>17,85</b>	<b>64,94</b>	<b>476,00</b>	<b>15,16</b>
<b>Всего за день</b>		<b>0</b>	<b>58,75</b>	<b>53,59</b>	<b>234,91</b>	<b>1855,83</b>	<b>77,04</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>12,66</b>	<b>25,99</b>	<b>50,63</b>	<b>1855,83</b>	
<b>Итого за весь период</b>			<b>0</b>	<b>308,01</b>	<b>300,21</b>	<b>1300,32</b>	<b>9128,05</b>
<b>Среднее значение за весь период 5 дней</b>			<b>0</b>	<b>61,60</b>	<b>60,04</b>	<b>260,06</b>	<b>1825,61</b>

День 5: Неделя 1  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
182	Каша молочная из пшеничной крупы с маслом	155/5	4,59	5,89	40,07	234	0,65
1г	Батон с маслом	20/5	1,84	3,73	10,67	86	0
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	99	1,2
	<b>Итого</b>		<b>9,58</b>	<b>12,34</b>	<b>63,70</b>	<b>419,00</b>	<b>1,85</b>
<b>10 час.</b>							
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00
	Пюре фруктовое	70	0,20	0,00	5,65	23,00	2,00
	<b>Итого</b>		<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>15,65</b>	<b>66,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>							
4	Кукуруза консервированная отварная	30	0,93	0,06	1,95	20,00	1,44
40/121	<b>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</b>	<b>150/20</b>	<b>6,40</b>	<b>4,54</b>	<b>9,11</b>	<b>102,35</b>	<b>9,40</b>
306	Биточки рубленые из птицы	50	7,04	7,4	4,42	119	0,19
336б	Капуста свежая тушеная с маслом	110/5	2,33	7,19	10,44	116,00	0,00
127	Компот из свежемороженых ягод	150	0,15	0,06	13,06	52,00	30,00
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	0,00
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00
	<b>Итого</b>		<b>19,75</b>	<b>19,55</b>	<b>57,78</b>	<b>499,35</b>	<b>41,03</b>
398	Напиток из шиповника	100	0,17	0,070	4,74	65,00	25,00
<b>Уплотненный полдник</b>							
206	Макароны отварные с сыром	100	6,19	6,67	15,14	146	0,09
701	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,2	0,075	7,95	38	0
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,015	6,99	28,00	0,02
368г	Фрукты свежие, банан	70	1,05	0,350	14,70	67,00	7,00
	<b>Итого</b>		<b>8,65</b>	<b>7,18</b>	<b>49,52</b>	<b>344,00</b>	<b>32,11</b>
<b>Всего за день</b>		<b>0</b>	<b>38,68</b>	<b>39,07</b>	<b>186,65</b>	<b>1328,35</b>	<b>78,99</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>11,65</b>	<b>26,47</b>	<b>56,21</b>	<b>1328,35</b>	
<b>Итого за весь период</b>			<b>0</b>	<b>228,80</b>	<b>225,04</b>	<b>1046,04</b>	<b>7186,29</b>
<b>Среднее значение за весь период 5 дней</b>			<b>0</b>	<b>45,76</b>	<b>45,01</b>	<b>209,21</b>	<b>1437,26</b>

День 1: Неделя 2  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
100	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев"Геркулес"с маслом сливочным	205	6,40	7,700	32,10	216,5	0,00	
1г	Батонс маслом сливочным	30/5	2,74	3,780	15,97	102,00	0,00	
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34,00	0,02	
	<b>Итого</b>		<b>9,19</b>	<b>11,50</b>	<b>56,46</b>	<b>352,50</b>	<b>0,02</b>	
<b>10 час.</b>								
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,000	10,00	43,00	2,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>10,00</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>	
<b>Обед</b>								
93	Икра кабачковая	50	0,6	2,35	3,85	38	5,76	
38/175	Суп с макаронными изделиями и фрикадельками из птицы	250/20	6,45	5,16	21,92	148,87	14,75	
312	Кнели куриные с рисом	70	19,87	16,510	6,19	293	0,035	
171	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,86	8,180	35,95	145	0	
350	Соус молочный	20	0,62	1,580	2,13	25	0,01	
376	Компот из изюма	180	0,4	0,018	24,98	102	0,36	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,150	15,9	100	0	
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,300	12,30	86,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>39,15</b>	<b>34,25</b>	<b>123,22</b>	<b>937,87</b>	<b>20,92</b>	
15:00	Напиток с витаминами Витошка (в ассортименте)	100	0,00	0,000	4,75	40	5	
<b>Уплотненный полдник</b>								
237	Запеканка из творога	100	17,54	12,050	17,15	139,4	0,24	
609	Печенье	40	3,04	7,80	26,20	126,40	0,00	
251	Кисломолочный продукт (биоюгурт)	180	5,22	5,760	24,30	160,20	1,26	
490	Молоко сгущеное	20	1,44	1,7	1,1	66	0,15	
	<b>Итого</b>		<b>27,24</b>	<b>27,31</b>	<b>73,50</b>	<b>532,00</b>	<b>6,65</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>76,08</b>	<b>73,06</b>	<b>263,18</b>	<b>1865,37</b>	<b>29,58</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>16,31</b>	<b>35,25</b>	<b>56,43</b>	<b>1865,37</b>		

День 1: Неделя 2  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
100	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев"Геркулес"с маслом сливочным	155	4,80	6,800	24,10	171,8	0,00	
1г	Батонс маслом сливочным	20/5	1,84	3,730	10,67	79,00	0,00	
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,015	6,99	28,00	0,02	
	<b>Итого</b>		<b>6,68</b>	<b>10,55</b>	<b>41,76</b>	<b>278,80</b>	<b>0,02</b>	
<b>10 час.</b>								
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,000	10,00	43,00	2,00	
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,000	7,70	31,00	2,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>17,70</b>	<b>74,00</b>	<b>4,00</b>	
<b>Обед</b>								
93	Икра кабачковая	30	0,36	1,41	2,31	23	4,32	
38/175	Суп с макаронными изделиями и фрикадельками из птицы	150/20	4,30	3,90	17,51	130,50	11,80	
312	Кнели куриные с рисом	50	14,19	11,790	4,42	208	0,025	
171	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,76	3,850	30,36	110,5	0	
350	Соус молочный	15	0,31	0,790	1,06	13	0,05	
376	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	85	0,3	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,6	0,100	10,6	75	0	
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>28,15</b>	<b>22,06</b>	<b>95,28</b>	<b>685,00</b>	<b>16,50</b>	
398	Напиток из шиповника	100	0,17	0,070	4,74	65,00	25,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
237	Запеканка из творога	80	14,03	9,640	13,72	98,5	0,19	
609	Печенье	20	1,52	3,90	13,10	63,2	0,00	
251	Кисломолочный продукт (биоюгурт)	150	4,80	4,800	20,25	133,50	1,05	
490	Молоко сгущеное	15	1,08	1,28	8,33	49	0,15	
	<b>Итого</b>		<b>21,60</b>	<b>19,69</b>	<b>60,14</b>	<b>409,20</b>	<b>26,39</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>56,93</b>	<b>52,29</b>	<b>214,88</b>	<b>1447,00</b>	<b>46,91</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>15,74</b>	<b>32,52</b>	<b>59,40</b>	<b>1447,00</b>		

День 2: Неделя 2  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витами н С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	205	6,36	6,940	40,3	249	0,53	
1	Батон с сыром	30/6	3,99	1,910	14,64	94	0	
248	Какао с молоком	180	4,35	4,880	17,23	181	1,43	
	<b>Итого</b>		<b>14,70</b>	<b>13,73</b>	<b>72,17</b>	<b>524,00</b>	<b>1,96</b>	
<b>10 час.</b>								
388	Напиток из сухофруктов	100	0,03	0,000	5,45	34,00	0,15	
368г	Фрукты свежие (банан)	100	1,50	0,500	21,00	95,00	10,00	
	<b>Итого</b>		<b>1,53</b>	<b>0,50</b>	<b>26,45</b>	<b>129,00</b>	<b>10,15</b>	
<b>Обед</b>								
17/96	Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	65	1,22	
35	Суп из овощей с птицей и сметаной	200/5/6	2,75	7,300	16,36	140,85	9,00	
174/5	Тефтели мясные с соусом томатный	70/15	8,98	9,49	7,31	150,5	8,5	
321	Картофельное пюре	100	1,4	5,6	12,2	90	3,63	
336 б	Капуста тушенная	50/5	1,16	3,6	5,22	58	9,43	
РЦ.10.86.10.590-002-17840891-	Кисель с витаминами Витошка(в ассортименте)	200	0	0,000	24	95	21,1	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,150	15,9	100	0	
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,300	12,30	86,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>19,44</b>	<b>26,54</b>	<b>97,59</b>	<b>785,35</b>	<b>52,88</b>	
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
215/4	Омлет натуральный с маслом и кукурузой отварной	100/5/50	11,94	18,040	5,19	265,92	0,23	
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34,00	0,02	
369	Пирог "Натали"песочная крошка с повидлом	70	15,04	19,380	47,20	200,38	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>27,53</b>	<b>37,44</b>	<b>70,78</b>	<b>543,30</b>	<b>2,25</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>63,20</b>	<b>78,21</b>	<b>266,99</b>	<b>1981,65</b>	<b>67,24</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>12,76</b>	<b>35,52</b>	<b>53,89</b>	<b>1981,65</b>		

День 2: Неделя 2  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витами н С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	153	5,3	5,780	29,5	191	0,4	
1	Батон с сыром	20/4	2,66	1,270	9,76	63	0	
248	Какао с молоком	150	3,76	4,220	17,23	157,55	1,2	
	<b>Итого</b>		<b>11,72</b>	<b>11,27</b>	<b>56,49</b>	<b>411,55</b>	<b>1,60</b>	
<b>10 час.</b>								
388	Напиток из сухофруктов	100	0,03	0,000	5,45	34,00	0,15	
368г	Фрукты свежие (банан)	70	1,05	0,350	14,70	67,00	7,00	
	<b>Итого</b>		<b>1,08</b>	<b>0,35</b>	<b>20,15</b>	<b>101,00</b>	<b>7,15</b>	
<b>Обед</b>								
17/96	Свекла отварная	40	0,53	0,07	2,87	45	0,81	
35	Суп из овощей с птицей и сметаной	150/5/6	1,80	4,910	10,48	92,44	7,12	
174/5	Тефтели мясные с соусом томатный	50/15	6,41	6,78	5,22	107,5	0,09	
321	Картофельное пюре с маслом	50	1,02	1,6	6,82	46	3,63	
336 б	Капуста тушенная	50/5	1,16	3,6	5,22	58	9,43	
383	Кисель из повидла	150	0,24	0,000	28,38	114,3	0,9	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,6	0,100	10,6	75	0	
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>14,06</b>	<b>17,26</b>	<b>77,79</b>	<b>578,24</b>	<b>21,98</b>	
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
215/116	Омлет натуральный с маслом и кукурузой отварной	80/5/30	9,23	14,410	3,50	203,74	0,19	
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,015	6,99	28,00	0,02	
369	Пирог "Натали"песочная крошка с повидлом	50	11,57	14,910	32,00	138,5	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>21,34</b>	<b>29,34</b>	<b>52,49</b>	<b>413,24</b>	<b>2,21</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>48,20</b>	<b>58,22</b>	<b>206,92</b>	<b>1504,03</b>	<b>32,94</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>12,82</b>	<b>34,84</b>	<b>55,03</b>	<b>1504,03</b>		

День 3: Неделя 2  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182/11	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	205	6,83	7,77	40,2	258	0,13	
14	Батон с маслом и повидлом	30/5/15	4,3	5,39	15,97	123	0,17	
260	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,09	0,01	14,3	55,66	1,98	
	<b>Итого</b>		<b>11,22</b>	<b>13,17</b>	<b>70,47</b>	<b>436,66</b>	<b>2,28</b>	
<b>10 час.</b>								
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
145	Фрукты свежие(апельсин)	100	0,20	0,90	8,10	43,00	10,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,70</b>	<b>0,90</b>	<b>18,10</b>	<b>86,00</b>	<b>12,00</b>	
<b>Обед</b>								
4	Горошек зелёный консервированный (отварной).	50	1,55	0,1	3,25	55	5	
67	Свекольник	200/5/6	1,9	5,10	12,9	105	12,05	
304	Плов из птицы	200	20,00	18,48	33,46	380,00	0,96	
376	Компот из сушеных яблок	180	0,4	0,018	24,98	102	0,36	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,300	12,30	86,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>28,20</b>	<b>24,15</b>	<b>102,79</b>	<b>803,00</b>	<b>18,37</b>	
	<b>15:00</b>							
249	Напиток из кураги	100	0,52	0,00	15,59	70,86	0,15	
<b>Уплотненный полдник</b>								
205	Картофель в сметане	100	3,94	6,27	30,28	191,65	4,3	
4356/11	Молоко 3,2 %	180	5,40	5,76	7,74	108,00	2,52	
454	Расстегай с рыбой	80	10,45	6,74	27,21	222	0,21	
	<b>Итого</b>		<b>20,31</b>	<b>18,77</b>	<b>80,82</b>	<b>592,51</b>	<b>7,18</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>32,23</b>	<b>32,84</b>	<b>169,39</b>	<b>1918,17</b>	<b>21,46</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>6,72</b>	<b>15,41</b>	<b>35,32</b>	<b>1918,17</b>		

День 3: Неделя 2  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182/11	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	153	5,1	5,8	30	206,97	0,1	
14	Батон с маслом и повидлом	20/5/10	2,88	4,8	10,67	93	0,11	
260	Чай с сахаром и лимоном	150/3	0,07	0,008	12,24	47,52	1,65	
	<b>Итого</b>		<b>8,05</b>	<b>10,61</b>	<b>52,91</b>	<b>347,49</b>	<b>1,86</b>	
<b>10 час.</b>								
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,00	7,70	31,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>17,70</b>	<b>74,00</b>	<b>2,00</b>	
<b>Обед</b>								
4	Горошек зелёный консервированный (отварной).	30	0,93	0,06	1,95	35	3	
67	Свекольник	150/5/6	1,45	4,080	9,93	81	9,64	
305/350	Котлеты из птицы с соусом молочным	50/15	8,17	8,83	9,37	150,00	0,40	
192	Рис припущенный с маслом	100	3,20	4,60	32,00	126,40	0,00	
376	Компот из сушеных яблок	150	0,33	0,015	20,82	95	0,3	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>16,98</b>	<b>17,89</b>	<b>92,87</b>	<b>577,40</b>	<b>13,34</b>	
	<b>15:00</b>							
249	Напиток из кураги	100	0,52	0,00	15,59	70,86	0,15	
<b>Уплотненный полдник</b>								
205	Картофель в сметане	80	3,19	4,89	24,89	154,78	2,89	
4356/11	Молоко 3,2 %	150	4,50	4,80	6,45	90	1,95	
454	Расстегай с рыбой	60	7,84	5,06	20,41	167	0,16	
	<b>Итого</b>		<b>16,05</b>	<b>14,75</b>	<b>67,34</b>	<b>482,64</b>	<b>5,15</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>24,60</b>	<b>25,36</b>	<b>137,95</b>	<b>1481,53</b>	<b>9,01</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>6,64</b>	<b>15,40</b>	<b>37,25</b>	<b>1481,53</b>		

День 4: Неделя 2  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182	Каша молочная из пшена с маслом	200/5	6,74	7,27	31,2	217	0,99	
1г	Батон с маслом	30/5	6,26	6,27	29,26	252	0	
394	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92	1,4	
	<b>Итого</b>		<b>16,19</b>	<b>16,33</b>	<b>77,03</b>	<b>561,00</b>	<b>2,39</b>	
<b>10 час.</b>								
248	Напиток из изюма	100	0,52	0,00	15,59	60,86	0,4	
	<b>Итого</b>		<b>0,52</b>	<b>0,00</b>	<b>15,59</b>	<b>60,86</b>	<b>0,40</b>	
<b>Обед</b>								
24/96	Морковь отварная	60	0,70	0,06	3,40	59,70	0,61	
101	Суп -хорчо с птицей	250/13	4,97	6,190	21,3	152,84	8,9	
110	Пудинг рыбный	80	12,1	4,45	1,52	95	0,29	
321	Картофельное пюре с маслом	150	3,50	7,800	24,30	130,00	22,70	
5	Соус молочный с овощами	30	0,54	1,23	1,92	20	0,21	
383	Кисель из повидла	180	0,38	0,00	35,70	172,10	45,00	
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,300	12,30	86,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>26,54</b>	<b>20,18</b>	<b>116,34</b>	<b>790,64</b>	<b>77,71</b>	
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
116	Ленивые вареники с маслом	100	19,53	15,29	35,07	300,33	0,67	
358	Соус из с/м ягод( клубника)	30	0,12	0,030	19,59	79	0,92	
394	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92,00	1,26	
368г	Фрукты свежие (банан)	100	1,50	0,500	21,00	95,00	10,00	
	<b>Итого</b>		<b>24,84</b>	<b>18,61</b>	<b>102,23</b>	<b>609,33</b>	<b>14,85</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>68,09</b>	<b>55,12</b>	<b>311,19</b>	<b>2021,83</b>	<b>95,35</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>13,47</b>	<b>10,90</b>	<b>61,57</b>	<b>2021,83</b>		

День 4: Неделя 2  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен., ккал	Витамины С	
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
182	Каша молочная из пшена с маслом	150/3	5,1	5,500	23,6	164	0,75	
1г	Батон с маслом	20/5	4,2	4,730	19,51	222	0	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,330	11,31	77	1,19	
	<b>Итого</b>		<b>11,95</b>	<b>12,56</b>	<b>54,42</b>	<b>463,00</b>	<b>1,94</b>	
<b>10 час.</b>								
248	Напиток из изюма	100	0,52	0,00	15,59	60,86	0,4	
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,00	7,70	31,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>0,52</b>	<b>0,00</b>	<b>23,29</b>	<b>91,86</b>	<b>0,40</b>	
<b>Обед</b>								
24/96	Морковь отварная	40	0,47	0,04	2,27	46,20	0,41	
101	Суп -хорчо с птицей	150/10	3,93	4,900	16,84	120,88	7,12	
110	Пудинг рыбный	70	11,12	3,09	1,12	77,19	0,21	
321	Картофельное пюре с маслом	100	1,40	5,600	12,20	90,00	16,08	
5	Соус молочный с овощами	15	0,27	0,620	0,96	10	0,11	
383	Кисель из повидла	150	0,24	0,000	28,38	140,30	37,50	
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,6	0,100	10,6	50	0	
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00	
	<b>Итого</b>		<b>20,33</b>	<b>14,55</b>	<b>80,57</b>	<b>574,57</b>	<b>61,43</b>	
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00	
<b>Уплотненный полдник</b>								
116	Ленивые вареники с маслом	80	14,92	11,650	22,17	220,45	0,51	
358	Соус из с/м ягод( клубника)	20	0,08	0,020	13,06	53	0,61	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77,00	1,05	
368г	Фрукты свежие (банан)	70	1,05	0,350	14,70	67,00	7,00	
	<b>Итого</b>		<b>19,20</b>	<b>14,35</b>	<b>71,24</b>	<b>460,45</b>	<b>11,17</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>0</b>	<b>52,00</b>	<b>41,46</b>	<b>229,52</b>	<b>1589,88</b>	<b>74,94</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>			<b>13,08</b>	<b>10,43</b>	<b>57,75</b>	<b>1589,88</b>		

День 5: Неделя 2  
Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витами н С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
183	Каша молочная гречневая с маслом	200/5	6,33	8,65	37,6	253	1,74
1	Батон с маслом и сыром	30/5/6	6,26	6,27	29,26	252	0,07
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17
	<b>Итого</b>		<b>15,40</b>	<b>17,31</b>	<b>79,62</b>	<b>589,00</b>	<b>2,98</b>
<b>10 час.</b>							
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00
368	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>0,40</b>	<b>19,80</b>	<b>90,00</b>	<b>12,00</b>
<b>Обед</b>							
57	Икра свекольная	50	1,02	2,30	6,17	50,00	4,80
30	Щи Донские	200/5/6	7,16	4,96	5,68	96,00	4,00
75	суфле из отварной печени с рисом	80	13,52	15,16	10,76	234,91	3,36
317	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,57	8,15	26,52	201	4,72
5	Соус томатный	30	0,40	1,50	1,81	23,00	0,66
127	Компот из свежемороженых ягод	180	0,18	0,07	15,67	62,00	36,00
701	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,40	0,15	15,90	75,00	0,00
700	Хлеб ржаной	30	1,95	0,30	12,30	60,00	0,00
	<b>Итого</b>		<b>32,20</b>	<b>32,59</b>	<b>94,81</b>	<b>801,91</b>	<b>53,54</b>
15:00	Напиток с витаминами Витошка ( в ассортименте)	100	0,00	0,00	4,75	20	5
<b>Уплотненный полдник</b>							
179	суп молочный с вермишелью	200	5,75	8,89	19,07	203	0,92
392	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34,00	0,02
237	Шаньга с картофелем	80	1,88	5,69	9,1	92,96	22,32
	<b>Итого</b>		<b>1,93</b>	<b>5,71</b>	<b>17,49</b>	<b>387,96</b>	<b>22,34</b>
<b>Всего за день</b>		<b>100</b>	<b>18,23</b>	<b>23,42</b>	<b>121,66</b>	<b>1876,86</b>	<b>42,32</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>							
			<b>3,89</b>	<b>4,99</b>	<b>25,93</b>	<b>1876,86</b>	
<b>Итого за весь период</b>		<b>0</b>	<b>257,83</b>	<b>262,64</b>	<b>1132,41</b>	<b>9663,88</b>	<b>255,95</b>
<b>Среднее значение за весь период 5 дней</b>		<b>0</b>	<b>51,57</b>	<b>52,53</b>	<b>226,48</b>	<b>1932,78</b>	<b>51,19</b>
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>565,84</b>	<b>562,85</b>	<b>2432,73</b>	<b>18791,93</b>	<b>578,89</b>
			<b>56,584</b>	<b>56,29</b>	<b>243,273</b>	<b>1879,193</b>	<b>57,89</b>

День 5: Неделя 2  
Возрастная категория с 1 до 3 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энер. Цен., ккал	Витами н С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
183	Каша молочная гречневая с маслом	150/3	4,73	6,46	28,13	189	1,3
1	Батон с маслом и сыром	20/5/4	4,2	4,73	19,51	222	0,05
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,98
	<b>Итого</b>		<b>11,27</b>	<b>13,19</b>	<b>58,27</b>	<b>481,00</b>	<b>2,33</b>
<b>10 час.</b>							
399г	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,00	43,00	2,00
	Пюре фруктовое	70	0,00	0,00	7,70	31,00	0,00
	<b>Итого</b>		<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>17,70</b>	<b>74,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
57	Икра свекольная	30	0,71	1,380	3,70	30,00	2,88
30	Щи Донские	150/5/6	5,37	3,72	4,26	72,00	3,00
75	суфле из отварной печени с рисом	70	11,46	12,70	8,62	175,73	0,40
317	Макаронные изделия отварные с маслом	110/5	4,14	6,94	19,46	156	18,87
5	Соус томатный	15	0,20	0,75	0,91	11,00	0,33
127	Компот из свежемороженых ягод	150	0,15	0,06	13,06	52,00	30,00
701	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	0,00
700	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,20	40,00	0,00
	<b>Итого</b>		<b>24,93</b>	<b>25,85</b>	<b>68,81</b>	<b>586,73</b>	<b>55,48</b>
398	Напиток из шиповника	100	0,17	0,070	4,74	65,00	25,00
<b>Уплотненный полдник</b>							
179	суп молочный с вермишелью	150	5,18	8,36	17,17	110,4	0,83
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,015	6,99	28,00	0,02
237	Шаньга с картофелем	60	1,41	4,27	6,83	69,72	17,86
	<b>Итого</b>		<b>1,45</b>	<b>4,29</b>	<b>13,82</b>	<b>257,12</b>	<b>17,88</b>
<b>Всего за день</b>		<b>100</b>	<b>13,39</b>	<b>17,55</b>	<b>94,53</b>	<b>1453,85</b>	<b>47,21</b>
<b>Содержание Б,Ж,У в меню за день в % от калорийности</b>							
			<b>3,68</b>	<b>4,83</b>	<b>26,01</b>	<b>1453,85</b>	
<b>Итого за весь период</b>		<b>0</b>	<b>195,12</b>	<b>194,87</b>	<b>883,80</b>	<b>7476,29</b>	<b>211,01</b>
<b>Среднее значение за весь период 5 дней</b>		<b>0</b>	<b>19,51</b>	<b>19,49</b>	<b>88,38</b>	<b>747,63</b>	<b>21,10</b>
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>423,92</b>	<b>419,91</b>	<b>1929,84</b>	<b>14662,58</b>	<b>426,46</b>
			<b>42,392</b>	<b>41,991</b>	<b>192,984</b>	<b>1466,26</b>	<b>42,646</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587449

Владелец Воробьева Ирина Юрьевна

Действителен с 03.10.2022 по 03.10.2023