

Категория

:

Ясли

Детский

сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 1											
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,70	4,26	22,52	148,1	200	7,60	5,68	30,02	197,46
ЗАВТРАК	Батон с маслом с сыром	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	15,69	17,32	40,27	379,48	450	17,63	18,75	51,10	442,65
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ОБЕД	Суп овощной с зеленым горошком	150	5,58	4,15	11,61	105,5	250	9,30	6,92	19,35	175,83
ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	5,15	4,25	26,71	170,98	150	7,02	5,79	36,42	233,16
ОБЕД	Компот из вишни	150	0,09	0,01	10,85	44,35	200	0,12	0,02	14,46	59,14
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Тефтели из мяса говядины	70	8,81	7,20	7,43	129,96	80	10,06	8,22	8,49	148,53
ОБЕД	Соус сметанный	45	0,58	2,54	2,05	33,64	45	0,58	2,54	2,05	33,64
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		615	23,17	18,58	75,41	572,11	865	31,37	24,12	104,78	775,9
ПОЛДНИК	Кефир	120	3,60	1,20	4,80	48	150	4,50	1,50	6,00	60
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	4,35	2,38	12,29	89,71	160	5,25	2,68	13,49	101,71
УЖИН	Суп-пюре из картофеля	200	2,62	2,76	13,00	87,92	250	3,27	3,45	16,25	109,9
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44
УЖИН	Гренки (сухарики)	70	5,54	0,76	31,92	167,16	80	6,34	0,86	36,48	191,04
УЖИН	Яблоко свежее	100	0,44	0,44	10,78	51,7	100	0,44	0,44	10,78	51,7
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		580	11,16	4,33	78,52	416,24	710	13,47	5,24	93,93	498,58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1795	54,97	42,73	218,61	1512,74	2305	68,32	50,91	275,42	1874,04
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1795	54,97	42,73	218,61	1512,74	2305	68,32	50,91	275,42	1874,04
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1795	54,97	42,73	218,61	1512,74	2305	68,32	50,91	275,42	1874,04
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			14,54	25,42	57,81	1512,74		14,58	24,45	58,79	1874,04

Категория
:

Ясли

Детский
сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 2											
ЗАВТРАК	Каша 5 злаков	150	3,62	4,21	15,53	115	200	4,82	5,62	20,70	153,34
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	7,47	8,94	33,49	245,52	435	9,69	11,46	42,83	314,9
10:00	Напиток лимонный	150	0,12	0,01	40,83	166,19	200	0,16	0,02	54,44	221,58
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,12	0,01	40,83	166,19	200	0,16	0,02	54,44	221,58
ОБЕД	Суп картофельный вегетарианский со сметаной	200	1,42	2,74	9,92	70,54	250	1,77	3,43	12,40	88,18
ОБЕД	Бигус с мясом говядины	170	11,81	8,41	8,93	160,38	230	15,98	11,38	12,08	216,98
ОБЕД	Фрикадельки мясные	70	13,06	6,73	0,62	115,29	80	14,93	7,70	0,71	131,76
ОБЕД	Компот из кураги и чернослива	150	0,60	0,06	25,99	106,04	200	0,80	0,08	34,66	141,38
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Яйцо отварное	15	1,43	1,29	0,08	17,66	30	2,86	2,59	0,16	35,33
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		695	31,28	19,66	62,30	557,59	930	40,63	25,81	84,02	739,23
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0
ПОЛДНИК	Пряники	70	4,13	3,29	52,50	256,2	70	4,13	3,29	52,50	256,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		190	4,13	3,29	52,50	256,2	220	4,13	3,29	52,50	256,2
УЖИН	Сырники из творога со сгущенкой	120	20,06	15,37	25,30	320,48	150	25,08	19,22	31,62	400,61
УЖИН	Банан	100	1,50	0,50	21,00	96	100	1,50	0,50	21,00	96
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	24,12	16,24	69,12	525,94	530	30,00	20,21	83,04	642,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	67,12	48,14	258,24	1751,44	2315	84,61	60,79	316,83	2174,46
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1800	67,12	48,14	258,24	1751,44	2315	84,61	60,79	316,83	2174,46
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1800	67,12	48,14	258,24	1751,44	2315	84,61	60,79	316,83	2174,46
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			15,33	24,74	58,98	1751,44		15,56	25,16	58,28	2174,46

Категория
:

Ясли

Детский
сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 3											
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (пшено,	200	6,08	6,90	26,62	193,82	250	7,60	8,63	33,28	242,28
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	3,09	3,30	12,42	92,64	200	4,12	4,40	16,56	123,52
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		385	9,98	11,58	44,47	323,88	485	12,53	14,41	55,27	403,22
10:00	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22
ОБЕД	Рассольник с крупой и сметаной	200	24,48	15,84	13,84	296,34	250	30,60	19,80	17,30	370,42
ОБЕД	Картофельное пюре	110	3,02	4,26	17,34	120,31	150	4,12	5,80	23,64	164,06
ОБЕД	Компот из яблок и изюма	150	0,12	0,04	12,75	51,31	200	0,16	0,06	17,00	68,42
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Биточки (котлеты) рыбные	70	12,42	4,46	4,68	109,66	80	14,19	5,10	5,34	125,33
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	0,24	1,03	0,75	13,18	60	0,48	2,06	1,50	26,36
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		650	43,24	26,06	66,12	678,48	880	53,84	33,45	88,79	880,19
ПОЛДНИК	Ряженка	120	3,48	3,00	5,04	64,8	150	4,35	3,75	6,30	81
ПОЛДНИК	Вафли	15	0,48	0,42	12,16	51,32	15	0,48	0,42	12,16	51,32
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		135	3,96	3,42	17,20	116,12	165	4,83	4,17	18,46	132,32
УЖИН	Макаронные изделия отварные с сыром	150	7,90	6,36	33,69	223,37	180	9,49	7,63	40,43	268,04
УЖИН	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
УЖИН	Груша	100	0,40	0,30	10,30	47	100	0,40	0,30	10,30	47
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		460	10,91	7,03	68,23	386,43	560	13,37	8,42	83,05	469,78
Итого за день:		1780	68,27	48,17	208,28	1556,08	2290	84,81	60,55	261,91	1953,73
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1780	68,27	48,17	208,28	1556,08	2290	84,81	60,55	261,91	1953,73
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1780	68,27	48,17	208,28	1556,08	2290	84,81	60,55	261,91	1953,73
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			17,55	27,86	53,54	1556,08		17,36	27,89	53,62	1953,73

Категория
:

Ясли

Детский
сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 4											
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом	150	4,41	4,32	21,54	143,28	200	5,88	5,76	28,72	191,04
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,26	9,05	39,50	273,8	435	10,75	11,60	50,85	352,6
10:00	Морс из клюквы	150	0,09	0,04	20,19	83,26	200	0,12	0,06	26,92	111,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,09	0,04	20,19	83,26	200	0,12	0,06	26,92	111,02
ОБЕД	Свекольник со сметаной	150	4,07	5,25	8,77	98,85	250	6,78	8,75	14,62	164,75
ОБЕД	Плов из мяса кур	170	19,70	7,19	20,96	227,68	230	26,66	9,73	28,36	308,04
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,30	0,06	14,73	60,14	200	0,40	0,08	19,64	80,18
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	30	0,52	1,03	2,52	21,72	60	1,03	2,06	5,03	43,43
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	27,55	13,96	63,74	496,07	880	39,16	21,25	91,66	722
ПОЛДНИК	Снежок	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71
УЖИН	Запеканка из творога с изюмом	120	19,19	11,83	20,63	264,37	150	23,98	14,79	25,79	330,46
УЖИН	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
УЖИН	Кисель из концентрата плодового или ягодного	120	0,00	0,00	5,99	23,94	180	0,00	0,00	8,98	35,91
УЖИН	Яблоко свежее	100	0,44	0,44	10,78	51,7	100	0,44	0,44	10,78	51,7
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		550	22,24	12,64	61,64	456,07	710	27,90	15,72	77,87	572,81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1755	58,89	36,87	192,56	1350,91	2385	78,68	49,81	254,79	1800,14
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1755	58,89	36,87	192,56	1350,91	2385	78,68	49,81	254,79	1800,14
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1755	58,89	36,87	192,56	1350,91	2385	78,68	49,81	254,79	1800,14
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			17,44	24,56	57,02	1350,91		17,48	24,90	56,62	1800,14

Категория
:

Ясли

Детский
сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 5											
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом	150	4,17	4,23	20,53	137,58	200	5,56	5,64	27,38	183,44
ЗАВТРАК	батон с маслом сливочным и повидлом	55	2,41	3,94	29,83	162,1	55	2,41	3,94	29,83	162,1
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	2,32	2,49	12,20	81,12	200	3,10	3,32	16,26	108,16
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		355	8,90	10,66	62,56	380,8	455	11,07	12,90	73,47	453,7
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ОБЕД	Суп-лапша на курином бульоне	150	6,11	6,99	0,88	133,25	250	10,18	11,65	1,47	222,08
ОБЕД	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины и печенью, с овощами	70	4,38	2,44	7,37	69,21	80	5,00	2,79	8,42	79,1
ОБЕД	Соус сметанный	45	0,58	2,54	2,05	33,64	45	0,58	2,54	2,05	33,64
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	150	0,21	0,03	12,18	50,07	200	0,28	0,04	16,24	66,76
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Свежие помидоры	45	0,15	0,05	1,04	4,92	60	0,20	0,07	1,39	6,56
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		550	14,39	12,48	40,28	378,77	775	20,53	17,72	53,58	533,74
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71
УЖИН	Каша гречневая с молоком	200	6,66	6,36	29,18	205,22	250	8,32	7,95	36,48	256,53
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44
УЖИН	Сдоба обыкновенная	55	6,25	6,55	36,84	234,71	60	6,82	7,15	40,19	256,04
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		465	15,47	13,28	88,84	549,39	590	18,56	15,59	107,09	658,51
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1620	40,11	37,72	211,29	1405,87	2100	51,51	47,51	253,75	1742,86
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1620	40,11	37,72	211,29	1405,87	2100	51,51	47,51	253,75	1742,86
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1620	40,11	37,72	211,29	1405,87	2100	51,51	47,51	253,75	1742,86
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			11,41	24,15	60,12	1405,87		11,82	24,53	58,24	1742,86

Категория
:

Ясли

Детский
сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 6											
ЗАВТРАК	Каша 5 злаков	150	3,62	4,21	15,53	115	200	4,82	5,62	20,70	153,34
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24
ЗАВТРАК	Батон с маслом с сыром	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	13,61	17,27	33,28	346,38	450	14,85	18,69	41,78	398,53
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,46	3,30	6,72	71,01	250	5,77	5,50	11,20	118,35
ОБЕД	Огурец свежий	30	0,08	0,01	0,26	1,47	40	0,11	0,02	0,35	1,96
ОБЕД	Рис отварной с овощами	150	7,62	5,22	39,75	235,08	170	8,64	5,92	45,05	266,42
ОБЕД	Биточки из мяса говядины паровые	60	7,75	5,42	4,53	97,85	80	10,33	7,22	6,04	130,47
ОБЕД	Компот из кураги и чернослива	150	0,60	0,06	25,99	106,04	200	0,80	0,08	34,66	141,38
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		630	22,47	14,44	94,01	599,13	880	29,94	19,37	121,31	784,18
ПОЛДНИК	Кефир	120	3,60	1,20	4,80	48	150	4,50	1,50	6,00	60
ПОЛДНИК	Вафли	15	0,48	0,42	12,16	51,32	15	0,48	0,42	12,16	51,32
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		135	4,08	1,62	16,96	99,32	165	4,98	1,92	18,16	111,32
УЖИН	Запеканка из творога (вариант 2) со	120	17,22	12,23	14,59	236,95	150	21,53	15,28	18,24	296,19
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44
УЖИН	Банан	100	1,50	0,50	21,00	96	100	1,50	0,50	21,00	96
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	21,28	13,10	58,41	442,41	530	26,45	16,27	69,66	538,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1665	62,04	46,55	214,78	1542,44	2145	76,82	56,37	263,03	1887,36
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1665	62,04	46,55	214,78	1542,44	2145	76,82	56,37	263,03	1887,36
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1665	62,04	46,55	214,78	1542,44	2145	76,82	56,37	263,03	1887,36
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			16,09	27,16	55,70	1542,44		16,28	26,88	55,75	1887,36

Категория	Ясли	Выход блюда	Детский сад								
			Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
День 7											
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом	150	4,74	4,76	21,77	149,49	200	6,32	6,34	29,02	199,32
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,59	9,49	39,73	280,01	435	11,19	12,18	51,15	360,88
10:00	Морс из брусники	150	0,14	0,09	21,06	86,77	200	0,18	0,12	28,08	115,7
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,14	0,09	21,06	86,77	200	0,18	0,12	28,08	115,7
ОБЕД	Суп картофельный с горошком зеленым консервированным	150	6,66	6,29	10,93	126	250	11,10	10,48	18,22	210
ОБЕД	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленивые)	170	3,57	5,44	14,77	124,13	220	4,62	7,04	19,12	160,64
ОБЕД	Икра морковная	60	1,67	4,57	8,62	83,75	80	2,23	6,10	11,49	111,66
ОБЕД	Компот из яблок и изюма	150	0,12	0,04	12,75	51,31	200	0,16	0,06	17,00	68,42
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Соус молочный (для запекания)	20	0,40	0,33	1,17	9,34	30	0,60	0,50	1,75	14,01
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		640	15,38	17,10	65,00	482,21	920	23,00	24,81	91,59	690,33
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71
УЖИН	Картофельное пюре	110	3,02	4,26	17,34	120,31	150	4,12	5,80	23,64	164,06
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
УЖИН	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24
УЖИН	Конфеты	10	0,03	0,10	0,80	4,02	10	0,03	0,10	0,80	4,02
УЖИН	Сельдь с маслом	45	5,10	13,20	0,30	141	60	6,80	17,60	0,40	188
УЖИН	Яйцо отварное	15	1,43	1,29	0,08	17,66	30	2,86	2,59	0,16	35,33
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		390	12,19	19,22	42,76	399,05	530	17,29	26,58	57,32	546,15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1645	37,05	47,08	176,04	1289,75	2245	52,41	64,87	235,63	1754,77
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1645	37,05	47,08	176,04	1289,75	2245	52,41	64,87	235,63	1754,77
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1645	37,05	47,08	176,04	1289,75	2245	52,41	64,87	235,63	1754,77
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			11,49	32,85	54,60	1289,75		11,95	33,27	53,71	1754,77

Категория		Ясли				Детский сад					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 8											
ЗАВТРАК	Каша на молоке ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	200	4,58	5,50	25,98	173,66	250	5,72	6,88	32,47	217,08
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	3,09	3,30	12,42	92,64	200	4,12	4,40	16,56	123,52
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		385	8,48	10,18	43,83	303,72	485	10,65	12,66	54,46	378,02
10:00	Напитокobleпиховый	150	0,18	0,81	15,83	72,15	200	0,24	1,08	21,10	96,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,18	0,81	15,83	72,15	200	0,24	1,08	21,10	96,2
ОБЕД	Суп-пюре из разных овощей	200	4,60	3,68	13,04	102,78	250	5,75	4,60	16,30	128,47
ОБЕД	Рыба запечённая с картофелем порусски	150	10,92	12,48	13,68	210,93	200	14,56	16,64	18,24	281,24
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	45	0,45	4,50	1,58	48,75	60	0,60	6,00	2,10	65
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,30	0,06	14,73	60,14	200	0,40	0,08	19,64	80,18
ОБЕД	Гренки (сухарики)	70	5,54	0,76	31,92	167,16	80	6,34	0,86	36,48	191,04
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		705	24,77	21,91	91,71	677,44	930	31,94	28,81	116,77	871,53
ПОЛДНИК	Ряженка	120	3,48	3,00	5,04	64,8	150	4,35	3,75	6,30	81
ПОЛДНИК	Пряники	70	4,13	3,29	52,50	256,2	70	4,13	3,29	52,50	256,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		190	7,61	6,29	57,54	321	220	8,48	7,04	58,80	337,2
УЖИН	Картофель, тушенная в сметане или молочном соусе	130	2,85	6,16	16,95	135,68	190	4,16	9,01	24,78	198,3
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44
УЖИН	Сосиски отварные	70	5,96	15,57	0,00	164	80	6,82	17,79	0,00	187,42
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		410	11,37	22,10	39,77	409,14	550	14,40	27,29	55,20	531,66
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1840	52,41	61,29	248,68	1783,45	2385	65,71	76,88	306,33	2214,61
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1840	52,41	61,29	248,68	1783,45	2385	65,71	76,88	306,33	2214,61
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1840	52,41	61,29	248,68	1783,45	2385	65,71	76,88	306,33	2214,61
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			11,75	30,93	55,78	1783,45		11,87	31,24	55,33	2214,61

Категория	Ясли	Детский сад											
		Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 9													
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,70	4,26	22,52	148,1	200	7,60	5,68	30,02	197,46		
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14		
ЗАВТРАК	Батон с маслом с сыром	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	18,59	20,64	42,81	431,15	450	21,51	23,17	54,48	511,55		
10:00	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22		
ОБЕД	Суп Волна	150	5,19	5,64	7,62	102,67	250	8,65	9,40	12,70	171,12		
ОБЕД	Гуляш из кури	90	4,41	3,12	3,62	59,35	110	5,39	3,82	4,42	72,53		
ОБЕД	Компот из вишни	150	0,09	0,01	10,85	44,35	200	0,12	0,02	14,46	59,14		
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1		
ОБЕД	Макаронные изделия отварные	100	2,60	2,25	15,83	93,86	150	3,90	3,38	23,74	140,79		
ОБЕД	Кукуруза консервированная	10	0,07	0,01	0,37	1,93	15	0,11	0,02	0,56	2,9		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	15,32	11,46	55,05	389,84	865	22,46	17,27	79,89	572,08		
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0		
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71		
УЖИН	Омлет запеченный или паровой	100	8,47	11,13	3,77	149,67	150	12,71	16,70	5,65	224,5		
УЖИН	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом	30	0,46	1,58	3,27	29,42	60	0,93	3,17	6,53	58,84		
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44		
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	11,49	13,08	29,86	288,55	490	17,06	20,36	42,60	429,28		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	46,33	46,44	147,47	1202,42	2165	62,02	62,08	200,80	1622,84		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1560	46,33	46,44	147,47	1202,42	2165	62,02	62,08	200,80	1622,84		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1560	46,33	46,44	147,47	1202,42	2165	62,02	62,08	200,80	1622,84		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			15,41	34,76	49,06	1202,42		15,29	34,43	49,49	1622,84		

Категория	Ясли	Детский сад											
		Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 10													
ЗАВТРАК	Каша гречнево-геркулесовая молочная со сливочным маслом	150	4,79	4,82	20,46	146,16	200	6,38	6,42	27,28	194,88		
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	2,32	2,49	12,20	81,12	200	3,10	3,32	16,26	108,16		
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	7,92	8,69	38,09	264,7	435	10,29	11,12	48,97	340,46		
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2		
ОБЕД	Борщ на свином бульоне со сметаной	150	3,93	2,60	7,05	67,74	250	6,55	4,33	11,75	112,9		
ОБЕД	Суфле из мяса кур паровое	60	19,09	5,21	3,79	138,49	80	25,45	6,94	5,06	184,65		
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1		
ОБЕД	Компот из кураги и изюма	150	0,31	0,03	14,34	58,44	200	0,42	0,04	19,12	77,92		
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	30	0,40	1,03	1,10	15,42	60	0,80	2,05	2,20	30,84		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		480	26,69	9,30	43,04	367,77	730	37,51	13,99	62,14	531,91		
ПОЛДНИК	Снежок	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0		
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71		
УЖИН	Суп-пюре гороховый	200	5,60	1,78	15,92	102,28	250	7,00	2,22	19,90	127,85		
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44		
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
УЖИН	Сдоба обыкновенная со сметаной	55	3,33	4,04	18,96	121,77	60	3,64	4,41	20,69	132,84		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		465	11,49	6,19	57,70	333,51	590	14,06	7,12	71,01	406,63		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1530	47,45	25,48	158,44	1062,89	2035	63,21	33,53	201,73	1375,91		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1530	47,45	25,48	158,44	1062,89	2035	63,21	33,53	201,73	1375,91		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1530	47,45	25,48	158,44	1062,89	2035	63,21	33,53	201,73	1375,91		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			17,86	21,58	59,63	1062,89		18,38	21,93	58,65	1375,91		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
			Категория								
Ясли											
Детский сад											
День 11											
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,41	4,32	21,54	143,28	200	5,88	5,76	28,72	191,04
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24
ЗАВТРАК	Батон с маслом с сыром	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	14,40	17,38	39,29	374,66	450	15,91	18,83	49,80	436,23
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2
ОБЕД	Уха рыбацкая	200	2,32	3,76	18,50	117,34	250	2,90	4,70	23,12	146,67
ОБЕД	Макаронные изделия отварные	100	2,60	2,25	15,83	93,86	150	3,90	3,38	23,74	140,79
ОБЕД	Биточки из мяса говядины паровые	60	9,19	6,25	1,01	96,97	80	12,25	8,33	1,34	129,3
ОБЕД	Компот из яблок и чернослива	150	0,11	0,04	12,43	51	200	0,14	0,06	16,58	68
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Икра кабачковая консервы	45	0,00	0,00	0,00	0	55	0,00	0,00	0,00	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		645	17,18	12,73	64,53	446,85	875	23,48	17,10	88,79	610,36
ПОЛДНИК	Кефир	120	3,60	1,20	4,80	48	150	4,50	1,50	6,00	60
ПОЛДНИК	Пряники	70	4,13	3,29	52,50	256,2	70	4,13	3,29	52,50	256,2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		190	7,73	4,49	57,30	304,2	220	8,63	4,79	58,50	316,2
УЖИН	Рагу из овощей	130	4,81	5,29	19,29	143,86	190	7,03	7,73	28,20	210,25
УЖИН	Чай с молоком	150	2,32	2,49	12,20	81,12	200	3,10	3,32	16,26	108,16
УЖИН	Банан	100	1,50	0,50	21,00	96	100	1,50	0,50	21,00	96
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		440	11,10	8,62	66,74	395,61	570	14,93	12,00	84,46	513,91
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1745	51,01	43,34	239,98	1576,52	2235	63,55	52,84	293,67	1931,9
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1745	51,01	43,34	239,98	1576,52	2235	63,55	52,84	293,67	1931,9
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1745	51,01	43,34	239,98	1576,52	2235	63,55	52,84	293,67	1931,9
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			12,94	24,74	60,89	1576,52		13,16	24,62	60,80	1931,9

Категория	Ясли	Детский сад												
			Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 12														
ЗАВТРАК	Каша гречнево-геркулесовая молочная со сливочным маслом	150	4,79	4,82	20,46	146,16	200	6,38	6,42	27,28	194,88			
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14			
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,64	9,55	38,42	276,68	435	11,25	12,26	49,41	356,44			
10:00	Напиток лимонный - имбирный	100	0,16	0,02	27,49	113,85	150	0,24	0,03	41,23	170,77			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	0,16	0,02	27,49	113,85	150	0,24	0,03	41,23	170,77			
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	150	5,71	4,76	11,95	113,73	250	9,52	7,93	19,92	189,55			
ОБЕД	Картофельное пюре	110	3,02	4,26	17,34	120,31	150	4,12	5,80	23,64	164,06			
ОБЕД	Гуляш из свинины	70	12,22	4,26	5,36	109,54	80	13,97	4,87	6,13	125,18			
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,30	0,06	14,73	60,14	200	0,40	0,08	19,64	80,18			
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		570	24,21	13,77	66,14	491,4	820	32,30	19,31	93,34	684,57			
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0			
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71			
УЖИН	Суфле творожное	120	17,66	15,54	17,29	280,19	150	22,08	19,42	21,61	350,24			
УЖИН	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,8	30	2,16	2,55	16,65	98,4			
УЖИН	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24			
УЖИН	Яблоко свежее	100	0,44	0,44	10,78	51,7	100	0,44	0,44	10,78	51,7			
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		440	21,43	17,20	57,86	480,75	560	28,16	22,90	81,36	655,08			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1575	55,19	41,72	197,40	1404,39	2125	72,70	55,68	272,83	1908,57			
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1575	55,19	41,72	197,40	1404,39	2125	72,70	55,68	272,83	1908,57			
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1575	55,19	41,72	197,40	1404,39	2125	72,70	55,68	272,83	1908,57			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности														
			15,72	26,74	56,22	1404,39		15,24	26,26	57,18	1908,57			

Категория		Ясли				Детский сад					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 13											
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,70	4,26	22,52	148,1	200	7,60	5,68	30,02	197,46
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	3,09	3,30	12,42	92,64	200	4,12	4,40	16,56	123,52
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	9,60	8,94	40,37	278,16	435	12,53	11,46	52,01	358,4
10:00	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22
ОБЕД	Солянка сборная мясная	200	3,64	4,92	2,68	71,32	250	4,55	6,15	3,35	89,15
ОБЕД	Рис отварной с овощами	150	7,62	5,22	39,75	235,08	170	8,64	5,92	45,05	266,42
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1
ОБЕД	Компот из вишни	150	0,09	0,01	10,85	44,35	200	0,12	0,02	14,46	59,14
ОБЕД	Биточки (котлеты) рыбные	70	11,85	4,51	1,30	93,04	80	13,54	5,15	1,48	106,33
ОБЕД	Свежие помидоры	45	0,15	0,05	1,04	4,92	60	0,20	0,07	1,39	6,56
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		705	26,31	15,14	72,38	536,39	900	31,34	17,94	89,74	653,2
ПОЛДНИК	Ряженка	120	3,48	3,00	5,04	64,8	150	4,35	3,75	6,30	81
ПОЛДНИК	Вафли	15	0,48	0,42	12,16	51,32	15	0,48	0,42	12,16	51,32
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		135	3,96	3,42	17,20	116,12	165	4,83	4,17	18,46	132,32
УЖИН	Омлет с капустой цветной	150	11,85	15,60	4,20	204	170	13,43	17,68	4,76	231,2
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44
УЖИН	Зефир	7	0,07	0,00	5,70	21,7	7	0,07	0,00	5,70	21,7
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		367	14,48	15,97	32,72	335,16	457	16,92	18,17	40,88	398,84
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1692	54,53	43,55	174,93	1317	2157	65,86	51,84	217,43	1610,98
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1692	54,53	43,55	174,93	1317	2157	65,86	51,84	217,43	1610,98
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1692	54,53	43,55	174,93	1317	2157	65,86	51,84	217,43	1610,98
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			16,56	29,76	53,13	1317		16,35	28,96	53,99	1610,98

Категория	Ясли	Детский сад											
		Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 14													
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,05	4,30	22,74	146,49	200	5,40	5,74	30,32	195,32		
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14		
ЗАВТРАК	Батон с маслом с сыром	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	16,94	20,68	43,03	429,54	450	19,31	23,23	54,78	509,41		
10:00	Морс из брусники	150	0,14	0,09	21,06	86,77	200	0,18	0,12	28,08	115,7		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,14	0,09	21,06	86,77	200	0,18	0,12	28,08	115,7		
ОБЕД	Борщ с фасолью и сметаной	200	2,96	4,76	12,04	103,9	250	3,70	5,95	15,05	129,88		
ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	5,15	4,25	26,71	170,98	150	7,02	5,79	36,42	233,16		
ОБЕД	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	1,40	2,58	6,40	55,11	80	1,60	2,95	7,32	62,98		
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	150	0,21	0,03	12,18	50,07	200	0,28	0,04	16,24	66,76		
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		620	12,68	12,05	74,09	467,74	820	16,89	15,36	99,04	618,38		
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0		
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71		
УЖИН	Суп-пюре из картофеля	200	2,40	2,74	11,60	81,24	250	3,00	3,43	14,50	101,55		
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44		
УЖИН	Гренки (сухарики)	70	5,54	0,76	31,92	167,16	80	6,34	0,86	36,48	191,04		
УЖИН	Груша	100	0,40	0,30	10,30	47	100	0,40	0,30	10,30	47		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		580	10,90	4,17	76,64	404,86	710	13,16	5,08	91,70	485,53		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1830	41,41	38,17	222,31	1430,62	2340	50,29	44,97	281,09	1770,73		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1830	41,41	38,17	222,31	1430,62	2340	50,29	44,97	281,09	1770,73		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1830	41,41	38,17	222,31	1430,62	2340	50,29	44,97	281,09	1770,73		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности													
			11,58	24,01	62,16	1430,62		11,36	22,86	63,50	1770,73		

Категория	Ясли	Детский сад												
			Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 15														
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,74	4,76	21,77	149,49	200	6,32	6,34	29,02	199,32			
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	2,32	2,49	12,20	81,12	200	3,10	3,32	16,26	108,16			
ЗАВТРАК	батон с маслом сливочным и повидлом	55	0,42	3,49	1,83	40,49	55	0,42	3,49	1,83	40,49			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		355	7,48	10,74	35,80	271,1	455	9,84	13,15	47,11	347,97			
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2			
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,46	3,30	6,72	71,01	250	5,77	5,50	11,20	118,35			
ОБЕД	Жаркое по-домашнему с курой	170	22,27	21,01	64,74	538,65	230	30,13	28,43	87,58	728,76			
ОБЕД	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1			
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,30	0,06	14,73	60,14	200	0,40	0,08	19,64	80,18			
ОБЕД	Горошек зеленый	30	6,91	0,98	16,01	96,46	60	13,82	1,95	32,02	192,93			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	35,90	25,78	118,96	853,94	880	54,41	36,59	174,45	1245,82			
ПОЛДНИК	Снежок	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0			
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71			
УЖИН	Суп молочный с лапшой	150	2,71	3,87	6,05	95,28	250	4,52	6,45	10,08	158,8			
УЖИН	Сдоба обыкновенная со сметаной	55	3,33	4,08	17,88	123,23	60	3,64	4,45	19,50	134,44			
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44			
УЖИН	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		415	8,60	8,32	46,75	327,97	590	11,58	11,39	60,00	439,18			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610	53,33	46,14	221,12	1549,92	2205	77,18	62,43	301,17	2129,88			
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1610	53,33	46,14	221,12	1549,92	2205	77,18	62,43	301,17	2129,88			
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1610	53,33	46,14	221,12	1549,92	2205	77,18	62,43	301,17	2129,88			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			13,76	26,79	57,07	1549,92		14,49	26,38	56,56	2129,88			

Категория	Ясли	Детский сад											
		Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 16													
ЗАВТРАК	Каша 5 злаков	150	3,62	4,21	15,53	115	200	4,82	5,62	20,70	153,34		
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24		
ЗАВТРАК	Батон с маслом с сыром	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95	50/30/5	9,85	13,03	7,76	189,95		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	13,61	17,27	33,28	346,38	450	14,85	18,69	41,78	398,53		
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2		
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными	200	2,00	2,66	6,06	89,7	250	2,50	3,33	7,57	112,12		
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	110	1,51	9,26	8,24	122,65	150	2,06	12,63	11,23	167,25		
ОБЕД	Тефтели из говядины с рисом	70	14,82	19,92	11,99	285,46	80	16,94	22,76	13,70	326,24		
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1		
ОБЕД	Компот из яблок и изюма	150	0,12	0,04	12,75	51,31	200	0,16	0,06	17,00	68,42		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		620	21,41	32,31	55,80	636,8	820	25,95	39,41	73,51	799,63		
ПОЛДНИК	Кефир	120	3,60	1,20	4,80	48	150	4,50	1,50	6,00	60		
ПОЛДНИК	Вафли	15	0,48	0,42	12,16	51,32	15	0,48	0,42	12,16	51,32		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		135	4,08	1,62	16,96	99,32	165	4,98	1,92	18,16	111,32		
УЖИН	Пудинг из творога	140	23,81	15,68	21,43	320,6	170	28,92	19,04	26,03	389,3		
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44		
УЖИН	Кисель из концентрата плодового или ягодного	120	0,00	0,00	5,99	23,94	180	0,00	0,00	8,98	35,91		
УЖИН	Груша	100	0,40	0,30	10,30	47	100	0,40	0,30	10,30	47		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		570	26,77	16,35	60,54	501	730	32,74	19,83	75,73	618,15		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1795	66,47	67,67	178,70	1638,7	2285	79,12	79,97	221,30	1982,83		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1795	66,47	67,67	178,70	1638,7	2285	79,12	79,97	221,30	1982,83		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1795	66,47	67,67	178,70	1638,7	2285	79,12	79,97	221,30	1982,83		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			16,23	37,17	43,62	1638,7		15,96	36,30	44,64	1982,83		

Категория	Ясли	Детский сад												
			Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 17														
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	4,17	4,23	20,53	137,58	200	5,56	5,64	27,38	183,44			
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42			
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,02	8,96	38,49	268,1	435	10,43	11,48	49,51	345			
10:00	Морс из брусники	150	0,14	0,09	21,06	86,77	200	0,18	0,12	28,08	115,7			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,14	0,09	21,06	86,77	200	0,18	0,12	28,08	115,7			
ОБЕД	Суп овощной на свином бльоне	150	4,11	3,96	6,72	79,6	250	6,85	6,60	11,20	132,67			
ОБЕД	Капуста тушеная	110	2,49	4,70	6,96	81,61	150	3,39	6,40	9,49	111,29			
ОБЕД	Шницель рыбный натуральный	60	13,70	6,82	1,20	120,81	80	18,27	9,10	1,60	161,08			
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1			
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,30	0,06	14,73	60,14	200	0,40	0,08	19,64	80,18			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		560	23,56	15,97	46,37	429,84	820	33,20	22,81	65,94	610,82			
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0			
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71			
УЖИН	Винегрет овощной	110	4,50	4,11	21,65	140,9	150	6,14	5,61	29,52	192,13			
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44			
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
УЖИН	Яйцо отварное	15	1,43	1,29	0,08	17,66	30	2,86	2,59	0,16	35,33			
УЖИН	Конфеты	10	0,03	0,10	0,80	4,02	10	0,03	0,10	0,80	4,02			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		345	8,52	5,87	45,35	272,04	470	12,45	8,79	60,90	377,42			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1520	40,99	32,07	158,76	1098,46	2085	57,01	44,38	211,92	1490,65			
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1520	40,99	32,07	158,76	1098,46	2085	57,01	44,38	211,92	1490,65			
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1520	40,99	32,07	158,76	1098,46	2085	57,01	44,38	211,92	1490,65			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности														
			14,93	26,28	57,81	1098,46		15,30	26,80	56,87	1490,65			

Категория	Ясли	Детский сад												
			Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 18														
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	4,54	4,70	19,32	140,7	200	6,06	6,26	25,76	187,6			
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42			
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	3,09	3,30	12,42	92,64	200	4,12	4,40	16,56	123,52			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,44	9,38	37,17	270,76	435	10,99	12,04	47,75	348,54			
10:00	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,18	0,08	12,26	51,17	200	0,24	0,10	16,34	68,22			
ОБЕД	Рассольник с крупой и сметаной	200	4,20	3,76	11,76	98,18	250	5,25	4,70	14,70	122,73			
ОБЕД	Рыба запечённая с картофелем по-русски	150	12,41	12,77	25,91	268,7	200	16,54	17,02	34,54	358,26			
ОБЕД	Свежие помидоры	45	0,15	0,05	1,04	4,92	60	0,20	0,07	1,39	6,56			
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	150	0,21	0,03	12,18	50,07	200	0,28	0,04	16,24	66,76			
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		635	19,93	17,04	67,65	509,55	850	26,56	22,46	90,88	679,91			
ПОЛДНИК	Ряженка	120	3,48	3,00	5,04	64,8	150	4,35	3,75	6,30	81			
ПОЛДНИК	Пряники	70	4,13	3,29	52,50	256,2	70	4,13	3,29	52,50	256,2			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		190	7,61	6,29	57,54	321	220	8,48	7,04	58,80	337,2			
УЖИН	Макаронные изделия отварные с сыром	150	7,90	6,36	33,69	223,37	180	9,49	7,63	40,43	268,04			
УЖИН	Банан	100	1,50	0,50	21,00	96	100	1,50	0,50	21,00	96			
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44			
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		460	11,96	7,23	77,51	428,83	560	14,41	8,62	91,85	509,98			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1770	48,12	40,02	252,13	1581,31	2265	60,68	50,26	305,62	1943,85			
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1770	48,12	40,02	252,13	1581,31	2265	60,68	50,26	305,62	1943,85			
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1770	48,12	40,02	252,13	1581,31	2265	60,68	50,26	305,62	1943,85			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности														
			12,17	22,78	63,78	1581,31		12,49	23,27	62,89	1943,85			

Категория	Ясли	Детский сад											
		Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 19													
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,74	4,76	21,77	149,49	200	6,32	6,34	29,02	199,32		
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	150	3,04	3,35	12,53	93,1	200	4,06	4,46	16,70	124,14		
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,59	9,49	39,73	280,01	435	11,19	12,18	51,15	360,88		
10:00	Напиток облепиховый	150	0,18	0,81	15,83	72,15	200	0,24	1,08	21,10	96,2		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,18	0,81	15,83	72,15	200	0,24	1,08	21,10	96,2		
ОБЕД	Суп крестьянский на курином бульоне с крупой со сметаной	150	5,15	6,29	12,38	127,41	250	8,58	10,48	20,62	212,35		
ОБЕД	Суфле из мяса кур паровое	60	19,09	5,21	3,79	138,49	80	25,45	6,94	5,06	184,65		
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,30	0,06	14,73	60,14	200	0,40	0,08	19,64	80,18		
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1		
ОБЕД	Картофельное пюре	110	3,02	4,26	17,34	120,31	150	4,12	5,80	23,64	164,06		
ОБЕД	Горошек зеленый	30	6,91	0,98	16,01	96,46	60	13,82	1,95	32,02	192,93		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	37,43	17,23	81,01	630,49	880	56,66	25,88	124,99	959,77		
ПОЛДНИК	Снежок	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0		
ПОЛДНИК	Печенье	10	0,75	1,18	7,49	41,71	10	0,75	1,18	7,49	41,71		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	0,75	1,18	7,49	41,71	160	0,75	1,18	7,49	41,71		
УЖИН	Рагу из овощей	130	4,81	5,29	19,29	143,86	190	7,03	7,73	28,20	210,25		
УЖИН	Чай	150	0,09	0,03	8,57	34,83	200	0,12	0,04	11,42	46,44		
УЖИН	Биточки (котлеты) рыбные	70	11,85	4,51	1,30	93,04	80	13,54	5,15	1,48	106,33		
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5		
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		410	19,22	10,17	43,41	346,36	550	23,99	13,37	60,10	462,52		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1615	66,17	38,88	187,47	1370,72	2225	92,83	53,69	264,83	1921,08		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1615	66,17	38,88	187,47	1370,72	2225	92,83	53,69	264,83	1921,08		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1615	66,17	38,88	187,47	1370,72	2225	92,83	53,69	264,83	1921,08		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			19,31	25,53	54,71	1370,72	19,33	25,15	55,14	1921,08			

Категория	Ясли	Детский сад												
			Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	У			Б	Ж	У	
День 20														
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,70	4,26	22,52	148,1	200	7,60	5,68	30,02	197,46			
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	2,32	2,49	12,20	81,12	200	3,10	3,32	16,26	108,16			
ЗАВТРАК	Батон с маслом	35	0,81	1,38	5,43	37,42	35	0,81	1,38	5,43	37,42			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	8,83	8,13	40,15	266,64	435	11,51	10,38	51,71	343,04			
10:00	Сок	120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,60	0,12	12,12	55,2	120	0,60	0,12	12,12	55,2			
ОБЕД	Свекольник со сметаной	150	4,07	5,25	8,77	98,85	250	6,78	8,75	14,62	164,75			
ОБЕД	Компот из кураги и чернослива	150	0,60	0,06	25,99	106,04	200	0,80	0,08	34,66	141,38			
ОБЕД	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	0,49	0,09	2,51	13,05	60	0,99	0,18	5,01	26,1			
ОБЕД	Плов из мяса кур	170	19,70	7,19	20,96	227,68	230	26,66	9,73	28,36	308,04			
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с	30	0,24	1,03	0,75	13,18	60	0,48	2,06	1,50	26,36			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	27,57	13,96	73,23	533,43	880	39,01	21,25	103,15	766,13			
ПОЛДНИК	Йогурт	120	0,00	0,00	0,00	0	150	0,00	0,00	0,00	0			
ПОЛДНИК	Зефир	7	0,07	0,00	5,70	21,7	7	0,07	0,00	5,70	21,7			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		127	0,07	0,00	5,70	21,7	157	0,07	0,00	5,70	21,7			
УЖИН	Картофель, запеченный в сметане	150	3,49	4,77	12,77	157,48	170	3,96	5,41	14,47	178,48			
УЖИН	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	9,99	41,43	200	0,18	0,04	13,32	55,24			
УЖИН	Ватрушка с творогом	55	9,02	8,92	27,00	226,49	60	9,84	9,73	29,45	247,08			
УЖИН	Хлеб пшеничный (.)	60	2,47	0,34	14,25	74,63	80	3,30	0,45	19,00	99,5			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		415	15,12	14,06	64,01	500,03	510	17,28	15,63	76,24	580,3			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1587	52,19	36,27	195,21	1377	2102	68,47	47,38	248,92	1766,37			
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1587	52,19	36,27	195,21	1377	2102	68,47	47,38	248,92	1766,37			
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1587	52,19	36,27	195,21	1377	2102	68,47	47,38	248,92	1766,37			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности														
			15,16	23,71	56,71	1377		15,51	24,14	56,37	1766,37			