

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД № 11»



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Детский сад №11»

Е.А. Густовская

» 09 _____ 2020 год.

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

В ДОШКОЛЬНОМ УЧЕРЕЖДЕНИИ «ДЕТСКИЙ САД № 11»

СЕЗОН: осень-зима

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д1 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша ячневая с маслом (ясли)	180	5,40	4,77	27,59	176	0	14/4
ЗАВТРАК	Батон с маслом ясли100	25	1,55	4,20	10,35	85,5	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		362	6,95	8,97	44,93	289,51	0	
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) ясли б/н	100	0,00	0,00	11,50	46	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	0,00	0,00	11,50	46	0	
ОБЕД	Икра кабачковая ясли(217)	15	0,15	1,05	1,05	20,4	0	217
ОБЕД	Щи из св, капусты с картоф., с птицей и смет, ясли(67)	161	3,28	5,04	5,46	80,23	0	67
ОБЕД	Биточки рубл, из птицы (зап,) с соусом мол(на с,м),ясли305/350	65	7,03	7,31	6,07	118,23	0	305
ОБЕД	Каша гречневая(гарнир) ясли171	80	4,88	2,94	25,42	133,32	0	171
ОБЕД	Компот из сушеного изюма ясли(376)	150	0,56	0,12	24,51	98,19	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		503	18,28	16,73	77,93	522,35	0,2	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога со сгущ,м, ясли (237)	100	14,23	3,97	24,56	224,63	0,2	237
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко ясли б/н	150	4,50	5,25	7,05	94,5	0,9	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		280	21,13	9,37	47,51	394,13	1,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1245	46,36	35,07	181,87	1251,99	1,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д1 САД								
ЗАВТРАК	Батон с маслом сад100	35	2,30	4,50	15,49	111,71	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ЗАВТРАК	Каша ячневая с маслом (сад)	200	6,16	7,88	30,30	258	0	14/4
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		425	8,46	12,38	55,75	409,69	0	
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) сад б/н	150	0,00	0,00	18,00	72	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,00	0,00	18,00	72	0	
ОБЕД	Икра кабачковая сад(217)	30	0,30	2,10	2,10	40,8	0	217
ОБЕД	Щи из св, капусты с картоф., с птицей и смет сад(67)	211	3,63	7,09	7,13	106,64	0	67
ОБЕД	Биточки рубл, из птицы (запеч.) с соусом мол(на с,м),сад305/350	100	10,04	10,91	9,13	174,97	0	305
ОБЕД	Каша гречневая (гарнир)сад171	100	6,16	3,69	32,09	168,08	0	171
ОБЕД	Компот из сушеного изюма сад(376)	180	0,67	0,14	29,14	116,77	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		658	23,58	24,22	97,66	691,74	0,2	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога со сгущ,м, сад (237)	125	18,30	6,41	38,80	328,1	0,312	237
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко сад б/н	180	5,40	6,30	8,46	113,4	1,08	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	26,10	12,86	63,16	516,5	1,392	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1568	58,14	49,46	234,57	1689,93	1,592	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д2 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша мол, из овс, хл, "Геркулес" с маслом_3_ясли(182)	180	6,28	5,51	28,37	172,31	0,522	182
ЗАВТРАК	Батон с сыром и маслом ясли97	30	2,70	5,66	10,35	103,61	0	97
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком ясли(395)	150	2,44	2,67	11,67	81,06	0,45	395
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		360	11,42	13,84	50,39	356,98	0,972	
Второй завтрак	Напиток из сушеных яблок(100мл) ясли(388)	100	0,29	0,01	12,66	50,03	0	388
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,29	0,01	18,66	74,03	0	
ОБЕД	Икра овощная с чесноком ясли(55)	30	0,46	1,44	2,18	24,3	0,399	55
ОБЕД	Суп картофель, с горохом, с мясом ясли(81)	156	5,85	4,59	12,62	115,08	0	81
ОБЕД	Макаронные изделия отвар, ясли 317	100	3,68	2,92	25,07	143,57	0	317
ОБЕД	Компот из сушеной кураги ясли(376)	150	1,14	0,06	23,19	95,31	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Суфле из печени с соусом молочным 35/350	80/30	16,26	6,47	5,46	145,77	0	35/8
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		546	29,64	15,74	83,34	593,03	0,399	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром- ясли (мол, сух,) 216	80	10,23	16,59	1,62	197,51	0	216
ПОЛДНИК	Горошек зеленый 20	23	0,57	2,91	1,17	33,14	1,711	1/1
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Чай с молоком ясли(394)	150	2,70	3,15	11,22	84,72	0,54	394
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		283	15,90	22,80	29,91	390,37	2,251	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1339	57,25	52,39	182,30	1414,41	3,622	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д2 САД								
ЗАВТРАК	Каша мол, из овс, хл, "Геркулес" с маслом сад(182)	205	7,20	7,42	32,80	208,48	0,594	182
ЗАВТРАК	Батон с сыром и маслом сад97	40	3,45	5,94	15,49	129,8	0	97
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком сад(395)	180	3,01	3,22	15,95	105,44	0,54	395
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		425	13,66	16,58	64,24	443,72	1,134	
Второй завтрак	Напиток из сушеных яблок(150мл) сад(388)	150	0,43	0,01	19,28	76,19	0	388
Второй завтрак	Фрукты св, (яблоко) сад(368)	100	0,40	0,40	9,80	47	0	368
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	0,83	0,41	29,08	123,19	0	
ОБЕД	Икра овощная с чесноком сад(55)	50	0,77	2,58	3,77	42,63	1	55
ОБЕД	Суп картофель с горохом, с мясом- сад(81)	206	7,00	5,69	16,69	145,79	0	81
ОБЕД	Печень по-строгановски 261/354	50/50	13,40	7,69	8,62	157,62	0,324	261
ОБЕД	Макаронные изделия отвар, сад317	150	5,57	4,43	37,96	217,35	0	317
ОБЕД	Компот из сушеной кураги сад(376)	180	1,40	0,09	27,74	114,07	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		681	31,59	20,81	117,55	783,96	1,324	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром сад (мол, сух,) 216	100	12,78	19,83	2,01	238,58	0	216
ПОЛДНИК	Горошек зеленый 20	23	0,57	2,91	1,17	33,14	1,711	1/1
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Чай с молоком сад(394)	180	2,70	3,15	14,20	96,73	0,54	394
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		333	18,45	26,04	33,28	443,45	2,251	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1689	64,53	63,84	244,15	1794,32	4,709	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 ДЗ ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью и маслом ясли	153	3,53	5,80	13,27	120,67	0,444	120
ЗАВТРАК	Бутерброд с джемом и маслом(102)ясли	35	1,55	4,21	16,35	109,5	0	102
ЗАВТРАК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		345	5,08	10,01	36,61	258,18	0,444	
Второй завтрак	Напиток из шиповника ясли(398)	100	0,34	0,00	7,14	31	0	398
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,34	0,00	13,14	55	0	
ОБЕД	Икра морковная ясли(54)	30	0,38	1,53	3,01	24,8	0,501	54
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной ясли	161	3,24	5,04	6,96	86,88	8,404	57
ОБЕД	Кнели куриные с рисом (запеч) ясли	65	8,21	8,24	3,53	122,51	0,299	312/356
ОБЕД	Сложный гарнир ясли 440	50/50	2,31	3,94	12,59	94,74	0,692	440
ОБЕД	Компот из сушеных яблок(150мл) ясли(376)	150	0,75	0,03	32,03	126,56	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		488	17,27	19,05	73,54	527,47	10,096	
ПОЛДНИК	Каша молочная из гречневой крупы с маслом (ясли)	153	7,08	6,59	29,36	194,39	0,627	183
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко ясли б/н	150	4,50	5,25	7,05	94,5	0,9	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		333	13,98	11,99	52,31	363,89	1,527	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1316	36,67	41,05	175,60	1204,54	12,067	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 ДЗ САД								
ЗАВТРАК	Суп мол, с вермишелью и маслом сад(120)	205	4,74	8,47	17,42	166,54	0,594	120
ЗАВТРАК	Бутерброд с джемом и маслом(102)сад	45	2,30	4,50	21,49	135,7	0	102
ЗАВТРАК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		440	7,04	12,97	48,87	342,22	0,594	
Второй завтрак	Напиток из шиповника сад(398)	150	0,51	0,00	10,21	44,52	0	398
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,51	0,00	10,21	44,52	0	
ОБЕД	Икра морковная сад(54)	50	0,63	2,56	5,07	41,33	0,8	54
ОБЕД	Борщ с капустой, карт, птицей и смет, сад(57)	211	1,75	3,38	5,15	58,21	5,781	57
ОБЕД	Кнели куриные с рисом (запеч,) сад	100	11,59	11,81	5,80	218	0,6	312
ОБЕД	Компот из сушеных яблок(180мл) сад(376)	180	0,88	0,04	37,57	148,41	0	376
ОБЕД	Сложный гарнир сад 440	150	6,89	10,20	37,72	269,33	103,755	440
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		728	24,52	28,28	109,38	819,76	111,136	
ПОЛДНИК	Каша мол, из гречневой крупы с маслом сад 180гр(183)	185	8,53	8,60	35,95	242,33	0,758	183
ПОЛДНИК	Молоко сад б/н	180	5,40	6,30	8,46	113,4	1,08	б/н
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		395	16,33	15,05	60,31	430,73	1,838	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1713	48,40	56,30	228,77	1637,23	113,568	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д4 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша молочная из пшеничной крупы с маслом ясли	180	5,31	5,67	30,22	186,08	0,522	182
ЗАВТРАК	Батон с сыром ясли97	30	3,80	3,48	10,28	88,6	0	97
ЗАВТРАК	Чай с лимоном ясли(377)	164	0,03	0,00	11,05	45,03	1,197	377
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		374	9,14	9,15	51,55	319,71	1,719	
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
Второй завтрак	Напиток из сушеных яблок(100мл) ясли(388)	100	0,29	0,01	12,66	50,03	0	388
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,29	0,01	18,66	74,03	0	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	30	0,67	0,49	3,37	20,8	0	245
ОБЕД	Уха с крупой ясли(181)	170	3,77	2,53	10,11	79,22	7,82	181
ОБЕД	Биточки рыбные запечённые с соусом мол.(горбуша) ясли	50/15	9,10	6,00	4,79	112,11	0	255/350
ОБЕД	Рис припущенный- ясли316	100	3,21	3,00	22,11	211,47	0	316
ОБЕД	Кисель из сока ясли(359)	150	0,00	0,00	26,35	105,6	0	359
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	0,00	0,00	0,00	0	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		532	18,02	12,15	74,71	567,43	8,02	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с яблоками со сгущённым молоком ясли)	100	10,50	3,99	22,74	193,76	0,2	240
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко ясли б/н	150	4,50	5,25	7,05	94,5	0,9	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		280	17,28	9,48	44,55	358,76	1,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1336	44,73	30,79	189,47	1319,93	10,839	

Н1 Д4 САД								
ЗАВТРАК	Каша мол, из пшеничной крупы с маслом сад(182)	205	5,99	7,59	34,15	220,91	0,594	182
ЗАВТРАК	Батон с сыром сад97	40	4,55	3,77	15,42	114,8	0	97
ЗАВТРАК	Чай с лимоном сад(377)	199	0,04	0,00	14,11	57,73	1,99	377
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		444	10,58	11,36	63,68	393,44	2,584	
Второй завтрак	Напиток из сушеных яблок(150мл) сад(388)	150	0,43	0,01	19,28	76,19	0	388
Второй завтрак	Фрукты св, (яблоко) сад(368)	100	0,40	0,40	9,80	47	0	368
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	0,83	0,41	29,08	123,19	0	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	30	0,67	0,49	3,37	20,8	0	245
ОБЕД	Уха с крупой сад(181)	220	4,51	3,15	15,40	108,83	9,988	181
ОБЕД	Биточки из рыбы запечённые с соусом молочным(горбуша) сад	95	11,47	10,67	10,22	185,67	0	255/350
ОБЕД	Рис припущенный- сад316	150	4,82	4,47	33,19	211,32	0	316
ОБЕД	Кисель из сока сад(359)	180	0,00	0,00	31,63	126,72	0	359
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,52	0,16	9,84	47	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	0,00	0,00	0,00	0	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		712	23,12	18,95	104,25	703,32	10,188	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с ябл, со сг,м, сад (240)	125	13,22	5,16	29,04	246,92	0,25	240
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко сад б/н	180	5,40	6,30	8,46	113,4	1,08	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	20,90	11,70	52,26	430,82	1,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1741	55,43	42,42	249,27	1650,77	14,102	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д5 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша мол, из манной крупы с маслом ясли_3_(181)	180	5,56	5,67	27,22	184,41	0,558	181
ЗАВТРАК	Батон с маслом ясли100	25	1,55	4,20	10,35	85,5	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		362	7,11	9,87	44,56	297,92	0,558	
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) ясли б/н	100	0,00	0,00	11,50	46	0	б/н
Второй завтрак	Вафли (607)	16	0,51	0,45	12,98	54,72	0	607
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		116	0,51	0,45	24,48	100,72	0	
ОБЕД	Свекла отварная (дольками) ясли(24)	20	0,32	0,03	1,35	8,6	0	24
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой и птицей ясли(98)	156	3,34	5,12	6,21	74,12	11,7	98
ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью с сметан,/луком соусом ясли	100	2,39	2,39	17,97	87,08	19,51	291
ОБЕД	Компот из сушеной кураги ясли(376)	150	1,14	0,06	23,19	95,31	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		458	9,57	7,87	64,14	337,09	31,41	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный_3_(460)	100	8,00	12,39	62,33	391,31	0	460
ПОЛДНИК	Снежок 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	77	0	б/н
ПОЛДНИК	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	10,80	14,89	79,33	492,31	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1186	27,99	33,08	212,51	1228,04	31,968	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н1 Д5 САД								
ЗАВТРАК	Каша молочная из манной крупы с маслом сад	205	6,40	7,63	32,64	279,82	0,287	181
ЗАВТРАК	Батон с маслом сад100	35	2,30	4,50	15,49	111,71	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	8,70	12,13	58,09	431,51	0,287	
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) сад б/н	150	0,00	0,00	18,00	72	0	б/н
Второй завтрак	Вафли (607)	16	0,51	0,45	12,98	54,72	0	607
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		166	0,51	0,45	30,98	126,72	0	
ОБЕД	Свекла отварная (дольками) сад(24)	40	0,64	0,07	2,70	17,2	0	24
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой и птицей сад(98)	206	3,83	6,37	8,53	136,02	7,787	98
ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью с сметан/луком соусом сад	150	2,44	2,47	18,32	89,37	19,62	291
ОБЕД	Компот из сушеной кураги сад(376)	180	1,40	0,09	27,74	114,07	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		613	11,09	9,29	75,36	441,14	27,607	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный_3_(460)	100	8,00	12,39	62,33	391,31	0	460
ПОЛДНИК	Снежок 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	77	0	б/н
ПОЛДНИК	Фрукты св, (яблоко) сад(368)	100	0,40	0,40	9,80	47	0	368
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		300	11,20	15,29	83,13	515,31	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1509	31,50	37,16	247,56	1514,68	27,894	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д1 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша мол, из гречневой крупы с маслом ясли(183)	180	8,26	7,36	34,31	223,96	0,738	183
ЗАВТРАК	Батон с маслом ясли100	25	1,55	4,20	10,35	85,5	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		362	9,81	11,56	51,65	337,47	0,738	
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) ясли б/н	100	0,00	0,00	11,50	46	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,00	0,00	17,50	70	0	
ОБЕД	Икра кабачковая ясли(217)	15	0,15	1,05	1,05	20,4	0	217
ОБЕД	Рассольник ленинградский ясли(76)	161	3,70	5,39	11,03	107,74	10,529	76
ОБЕД	Котлеты из птицы (запеч.) с соусом мол(на с,м), ясли305/350	65	7,52	7,36	9,62	134,73	0	305
ОБЕД	Макаронные изделия отвар, ясли 317	100	3,68	2,92	25,07	143,57	0	317
ОБЕД	Кисель из сока ясли(359)	150	0,00	0,00	26,35	105,6	0	359
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		523	17,43	16,99	88,54	584,02	10,729	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые с маслом ясли (229)	83	10,88	2,27	12,67	142,41	0	229
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко ясли б/н	150	4,50	5,25	7,05	94,5	0,9	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		263	17,78	7,67	35,62	311,91	0,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1298	45,02	36,22	193,31	1303,4	12,367	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д1 САД								
ЗАВТРАК	Каша мол, из гречневой крупы с маслом сад(183)	205	9,45	9,53	39,83	268,53	0,84	183
ЗАВТРАК	Батон с маслом сад100	35	2,30	4,50	15,49	111,71	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	11,75	14,03	65,28	420,22	0,84	
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) сад б/н	150	0,00	0,00	18,00	72	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,00	0,00	18,00	72	0	
ОБЕД	Икра кабачковая сад(217)	30	0,30	2,10	2,10	40,8	0	217
ОБЕД	Рассольник ленинградский сад	211	7,13	9,24	15,28	181,5	6,9	76
ОБЕД	Котлеты из птицы (запеч.) с соусом мол(на с,м),сад305/350	100	10,74	10,98	14,10	198,07	0	305
ОБЕД	Макаронные изделия отвар, сад317	150	5,57	4,43	37,96	217,35	0	317
ОБЕД	Кисель из сока сад(359)	180	0,00	0,00	31,63	126,72	0	359
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		708	26,52	27,04	119,14	848,92	7,1	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые с маслом сад (229)	105	13,64	3,74	15,91	186,7	0	229
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко сад б/н	180	5,40	6,30	8,46	113,4	1,08	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		315	21,44	10,19	40,27	375,1	1,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1603	59,71	51,26	242,69	1716,24	9,02	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д2 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша мол, из кукурузной крупы с маслом-3_ясли(182)	180	4,91	5,58	28,49	180,95	0,522	182
ЗАВТРАК	Батон с сыром и маслом ясли97	30	2,70	5,66	10,35	103,61	0	97
ЗАВТРАК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		367	7,61	11,24	45,83	312,57	0,522	
Второй завтрак	Напиток из шиповника ясли(398)	100	0,34	0,00	7,14	31	0	398
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,34	0,00	13,14	55	0	
ОБЕД	Икра свекольная с чесноком ясли(54)	30	0,49	1,55	3,11	28,1	0,399	54
ОБЕД	Щи из св, капусты с картоф., с птицей и смет, ясли(67)	161	3,28	5,04	5,46	80,23	0	67
ОБЕД	Суфле из печени с соусом сметанным 3	80/30	21,11	9,98	12,17	223,57	1,21	35/354/352
ОБЕД	Пюре картоф, с морковью-(м, с,)ясли322	100	2,05	3,20	13,29	89,94	13,8	322
ОБЕД	Компот из сушеной кураги ясли(376)	150	1,14	0,06	23,19	95,31	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		551	30,32	20,09	72,04	586,15	15,409	
ПОЛДНИК	Макароны запеченные с сыром ясли	110	6,16	6,41	26,28	190,72	0	207
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Чай с молоком ясли(394)	150	2,70	3,15	11,22	84,72	0,54	394
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		290	11,26	9,71	53,40	350,44	0,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1358	49,53	41,04	184,41	1304,16	16,471	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д2 САД								
ЗАВТРАК	Каша молочная из кукурузной крупы с маслом сад	205	5,68	7,67	33,03	255,22	0,287	182
ЗАВТРАК	Батон с сыром и маслом сад97	40	3,45	5,94	15,49	129,8	0	97
ЗАВТРАК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		435	9,13	13,61	58,48	425	0,287	
Второй завтрак	Напиток из шиповника сад(398)	150	0,51	0,00	10,21	44,52	0	398
Второй завтрак	Фрукты св, (яблоко) сад(368)	100	0,40	0,40	9,80	47	0	368
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	0,91	0,40	20,01	91,52	0	
ОБЕД	Икра свекольная с чесноком сад(54)	50	0,80	2,58	5,15	46,4	0,7	54
ОБЕД	Щи из св, капусты с картоф., с птицей и смет сад(67)	211	3,63	7,09	7,13	106,64	0	67
ОБЕД	Суфле из печени с соусом сметанным 3	80/30	21,11	9,98	12,17	223,57	1,21	35/354/352
ОБЕД	Пюре картоф, с морковью- (м,с,)сад322	150	3,10	4,63	20,03	133,95	20,805	322
ОБЕД	Компот из сушеной кураги сад(376)	180	1,40	0,09	27,74	114,07	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		706	32,69	24,65	89,69	706,13	22,715	
ПОЛДНИК	Макароны запечённые с сыром сад	160	8,13	8,11	39,20	266,85	0	207
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Чай с молоком сад(394)	180	2,70	3,15	14,20	96,73	0,54	394
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		370	13,23	11,41	69,30	438,58	0,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1761	55,96	50,07	237,48	1661,23	23,542	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 ДЗ ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша мол, из рисовой крупы с маслом_3_ясли(182)	180	5,08	5,62	25,85	184,46	0,522	182
ЗАВТРАК	Бутерброд с джемом и маслом(102)ясли	35	1,55	4,21	16,35	109,5	0	102
ЗАВТРАК	Чай с лимоном ясли(377)	164	0,03	0,00	11,05	45,03	1,197	377
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		379	6,66	9,83	53,25	338,99	1,719	
Второй завтрак	Напиток из сушеных яблок(100мл) ясли(388)	100	0,29	0,01	12,66	50,03	0	388
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,29	0,01	18,66	74,03	0	
ОБЕД	Икра морковная ясли(54)	30	0,38	1,53	3,01	24,8	0,501	54
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей ясли	156	3,90	3,70	12,54	99,37	9,61	82
ОБЕД	Биточки рубленые из говядины запеченные ясли	50	6,88	4,85	6,43	96,89	0	282
ОБЕД	Капуста тушеная- ясли336	100	2,06	3,24	9,43	75,1	75,1	336
ОБЕД	Компот из сушеного изюма ясли(376)	150	0,56	0,12	24,51	98,19	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		518	16,16	13,71	71,34	466,33	85,411	
ПОЛДНИК	Картофельные оладьи с сыром и соусом молочным ясли	130	5,73	7,75	19,29	170,35	14,196	150/350
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Снежок 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	77	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		260	10,93	10,40	46,19	322,35	14,196	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1307	34,04	33,95	189,44	1201,7	101,326	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 ДЗ САД								
ЗАВТРАК	Каша мол, из рисовой крупы с маслом сад(182)	205	5,80	7,52	29,91	222,42	0,594	182
ЗАВТРАК	Бутерброд с джемом и маслом(102)сад	45	2,30	4,50	21,49	135,7	0	102
ЗАВТРАК	Чай с лимоном сад(377)	199	0,04	0,00	14,11	57,73	1,99	377
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		449	8,14	12,02	65,51	415,85	2,584	
Второй зав	Напиток из сушеных яблок(150мл) сад(388)	150	0,43	0,01	19,28	76,19	0	388
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,43	0,01	19,28	76,19	0	
ОБЕД	Икра морковная сад(54)	50	0,63	2,56	5,07	41,33	0,8	54
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей сад	206	4,45	4,28	16,71	123,7	12,793	82
ОБЕД	Биточки рубленые из говядины запечённые сад	70	8,77	6,95	7,99	129,58	0	282
ОБЕД	Капуста тушеная- сад336	150	3,09	4,86	14,10	113		336
ОБЕД	Компот из сушеного изюма сад(376)	180	0,67	0,14	29,14	116,77	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		693	20,39	19,08	91,08	608,86	13,793	
ПОЛДНИК	Картофельные оладьи с сыром и соусом молочным сад350	180	10,64	12,53	34,92	295,85	26,406	150/350
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Снежок 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	77	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		310	15,84	15,18	61,82	447,85	26,406	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1602	44,80	46,29	237,69	1548,75	42,783	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д4 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью и маслом ясли	153	3,53	5,80	13,27	120,67	0,444	120
ЗАВТРАК	Батон с сыром ясли97	30	3,80	3,48	10,28	88,6	0	97
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком ясли(395)	150	2,44	2,67	11,67	81,06	0,45	395
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		333	9,77	11,95	35,22	290,33	0,894	
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) ясли б/н	100	0,00	0,00	11,50	46	0	б/н
Второй завтрак	Печенье ясли	30	2,25	2,94	22,30	125	0	609
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	2,25	2,94	39,80	195	0	
ОБЕД	Свекла отварная (дольками) ясли(24)	20	0,32	0,03	1,35	8,6	0	24
ОБЕД	Борщ из св, капусты с картоф,, мясом и сметаной ясли(57)	161	3,03	4,15	6,96	78,05	8,404	57
ОБЕД	Биточки рыбные запечённые с соусом мол,(горбуша) ясли	50/15	9,10	6,00	4,79	112,11	0	255/350
ОБЕД	Пюре картоф, с маслом(м, с,) ясли	105	2,32	7,75	14,85	138,6	17,105	321
ОБЕД	Кисель из сока ясли(359)	150	0,00	0,00	26,35	105,6	0	359
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	0,00	0,00	0,00	0	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		518	16,04	18,06	62,28	481,19	25,709	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром- ясли (мол, сух,) 216	80	10,23	16,59	1,62	197,51	0	216
ПОЛДНИК	Икра кабачковая ясли(217)	15	0,15	1,05	1,05	20,4	0	217
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	б/н
ПОЛДНИК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		282	12,66	17,88	24,42	316,42	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1313	40,72	50,83	161,72	1282,94	26,603	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1313	40,72	50,83	161,72	1282,94	26,603	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
И2 Д4 САД								
ЗАВТРАК	Суп мол, с вермишелью и маслом сад(120)	205	4,74	8,47	17,42	166,54	0,594	120
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком сад(395)	180	3,01	3,22	15,95	105,44	0,54	395
ЗАВТРАК	Батон с сыром сад97	40	4,55	3,77	15,42	114,8	0	97
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		425	12,30	15,46	48,79	386,78	1,134	
Второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный) сад б/н	150	0,00	0,00	18,00	72	0	б/н
Второй завтрак	Печенье сад	45	3,38	4,41	33,50	188	0	609
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		195	3,38	4,41	51,50	260	0	
ОБЕД	Свекла отварная (дольками) сад(24)	40	0,64	0,07	2,70	17,2	0	24
ОБЕД	Борщ из св, капусты с картоф., мясом и сметаной сад(57)	211	3,35	5,21	9,28	98,45	11,204	57
ОБЕД	Биточки из рыбы запечённые с соусом томат,- сметан(горбуша) сад	65/30	11,18	6,83	6,57	134,83	0	255/350
ОБЕД	Пюре картоф, с маслом-(м,с,) сад321	155	3,49	10,37	22,38	196,99	25,807	321
ОБЕД	Кисель из сока сад(359)	180	0,00	0,00	31,63	126,72	0	359
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,52	0,16	9,84	47	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	0,00	0,00	0,00	0	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		688	20,31	22,65	83,00	624,17	37,211	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром сад (мол, сух,) 216	100	12,78	19,83	2,01	238,58	0	216
ПОЛДНИК	Икра кабачковая сад(217)	30	0,30	2,10	2,10	40,8	0	217
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	б/н
ПОЛДНИК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	15,36	22,17	28,83	389,86	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1658	51,35	64,69	212,12	1660,81	38,345	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1658	51,35	64,69	212,12	1660,81	38,345	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д5 ЯСЛИ								
ЗАВТРАК	Каша молочная из пшениной крупы с маслом ясли	180	3,20	3,42	15,14	223,52	0,288	182
ЗАВТРАК	Батон с маслом ясли100	25	1,55	4,20	10,35	85,5	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром ясли(392)	157	0,00	0,00	6,99	28,01	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		362	4,75	7,62	32,48	337,03	0,288	
Второй завтрак	Напиток из кураги ясли(388)	100	0,68	0,04	11,62	47,95	0	388
Второй завтрак	Пюре фруктовое (яблочное)	50	0,00	0,00	6,00	24	0	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,68	0,04	17,62	71,95	0	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	30	0,67	0,49	3,37	20,8	0	245
ОБЕД	Суп из овощей и птицы, с смет(конс гор), ясли(99)	161	3,24	5,07	6,30	83,82	11,978	99
ОБЕД	Биточки рубл, из птицы (зап.) с соусом молочным, ясли305/350	65	6,94	7,22	5,93	116,51	0	305
ОБЕД	Рис припущенный ясли_3_316	100	3,21	3,00	22,11	140,98	0	316
ОБЕД	Компот из сушеных яблок(150мл) ясли(376)	150	0,75	0,03	32,03	126,56	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный ясли б/н	15	1,20	0,08	7,95	37,5	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной ясли б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		538	17,19	16,08	85,16	560,65	12,178	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога (на с, м,) с морковью со сг, м, ясли(238)	95	9,40	4,82	27,77	211,54	0,152	238
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод ясли б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко ясли б/н	150	4,50	5,25	7,05	94,5	0,9	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		275	16,30	10,22	50,72	381,04	1,052	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1325	38,92	33,96	185,98	1350,67	13,518	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Н2 Д5 САД								
ЗАВТРАК	Каша молочная из пшенной крупы с маслом сад(182)	205	6,66	8,32	31,61	222,42	0,287	182
ЗАВТРАК	Батон с маслом сад100	35	2,30	4,50	15,49	111,71	0	100
ЗАВТРАК	Чай с сахаром сад(392)	190	0,00	0,00	9,96	39,98	0	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	8,96	12,82	57,06	374,11	0,287	
Второй завтрак	Напиток из кураги сад(388)	150	1,03	0,06	17,67	72,99	0	388
Второй завтрак	Фрукты св, (яблоко 60 гр) сад(368)	60	0,24	0,24	5,88	28,2	0	368
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		210	1,27	0,30	23,55	101,19	0	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	30	0,67	0,49	3,37	20,8	0	245
ОБЕД	Суп из овощей и птицы с смет(конс гор), сад(99)	216	3,59	6,11	8,40	103,05	15,984	99
ОБЕД	Плов из птицы сад304	200	32,28	30,62	29,36	535,5	0,86	304
ОБЕД	Компот из сушеных яблок(180мл) сад(376)	180	0,88	0,04	37,57	148,41	0	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный йодированный сад б/н	20	1,60	0,10	10,60	50	0	б/н
ОБЕД	Хлеб ржаной сад б/н	15	1,05	0,18	6,87	31,5	0	б/н
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,2	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		663	40,20	37,55	96,77	892,24	17,044	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога (на с м.) с морковью со сг,м сад(238)	120	11,86	6,34	35,63	271,44	0,204	238
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный йод сад б/н	30	2,40	0,15	15,90	75	0	б/н
ПОЛДНИК	Молоко сад б/н	180	5,40	6,30	8,46	113,4	1,08	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		330	19,66	12,79	59,99	459,84	1,284	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1633	70,09	63,46	237,37	1827,38	18,615	