

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 56»

(МАДОУ № 56)

40 лет Победы ул., д. 28а, г. Красноярск, 660132, тел./факс (8-391) 234-55-57,
e-mail: dou56@list.ru, ОГРН 1162468094470, ИНН/КПП 2465149737/246501001



УТВЕРЖДАЮ

**Заведующий МАДОУ №56
Н.М. Зверева**

Приказ от 11.01.2021 № 01-10/10

Циклическое меню МАДОУ № 56 (20 дней)

Г. Красноярск 2021

Расчет продуктов питания (в г граммах) на одну порцию, на одного ребенка

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки , брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо , брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
50	Каша рисовая молочная вязкая					19								4	2			113								
15	Какао с молоком													13				110								
123	Бутерброд горячий с сыром	15																							7	
	Итого	15	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	17	2	0	0	223	0	0	0	0	0	0	7	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
140	Сельдь с луком								5							3										23
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					3		45	21,2						2						10				7	
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	10							5						3		3	10			34					
8	Картофельное пюре							85							4			16								
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40												9	3	3	26	0	0	44	0	23	7	0	0
	Итого	30	40	0	0	3	0	130	31,2	135	0	0	0	0	9	3	3	26	0	0	44	0	23	7	0	0
Усиленный полдник																										
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром						42								5										10	
103	Винегрет овощной							24	92							5										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
9	Компот из сухофруктов											15		10												
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												20													
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	0	0	0	0	42	24	92	0	80	15	20	10	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	65	40	0	0	22	42	154	123,2	135	80	15	20	27	16	8	3	404	0	0	44	0	23	7	17	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
23	Каша вязкая ячневая молочная					19								4	2			113								
76	Чай с молоком													13				72								0,83
16	Бутерброд с маслом	20													7											
	Итого	20	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	17	9	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)								35																	
143	Свекольник с мясом птицы, со сметаной							26	55					0,8	2							19		7		
61	Плов с мясом					36			28						5						65					
ГП	Сок фруктовый									135																
117	Гренки из пшеничного хлеба	23																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	23	40	0	0	36	0	26	118	135	0	0	0	0,8	7	0	0	0	0	0	65	19	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
144	Салат из моркови с курагой								113			8		6												
44	Рыба, запеченная в омлете			2												4	14	6					76			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
54	Компот из свежих фруктов										30			10												
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
17	Коржик молочный			33,7										17	8	0,9	2,9	6								
	Итого	20	0	35,7	0	0	0	0	113	0	110	8	0	33	8	4,9	16,9	12	0	0	0	0	76	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	63	40	35,7	0	55	0	26	231	135	110	8	0	50,8	24	4,9	16,9	352	0	0	65	19	76	7	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
131	Омлет с зеленым горошком								30						6		60	60								
2	Кофейный напиток с молоком													13				110								
86	Бутерброд с повидлом или джемом	20	0	0	0	0	0	0	30	0	10	0	0	13	6	0	60	170	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	30	0	10	0	0	13	6	0	60	170	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
109	Салат из соленых огурцов с луком репчатым								29							2										
116	Суп картофельный, с мясом							65	20							2					10					
98	Оладьи из пчени по-кунцевски			9					6						5		9				40					
90	Рагу из овощей							50	44						3											
120	Кисель из смородины				7						18			10												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	9	7	0	0	115	99	0	18	0	0	10	8	4	9	0	0	0	50	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																										
152	Маринад овощной с томатом								120					4		10										
81	Капуста тушеная с мясом			1,3					135					3	3						47					
9	Компот из чернослива											15		10												
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			32,4										7,5	3,5	0,9	5,1	12	23							
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
	Итого	20	0	33,7	0	0	0	0	255	0	80	15	0	24,5	6,5	10,9	5,1	12	23	0	47	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	60	40	42,7	7	0	0	115	384	0	108	15	0	47,5	20,5	14,9	74,1	337	23	0	97	0	0	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
122	Каша гречневая вязкая					39									4			76								
15	Какао с молоком													13				110								
123	Бутерброд горячий с сыром	15																							7	
	Итого	15	0	0	0	39	0	0	0	0	0	0	0	13	4	0	0	186	0	0	0	0	0	0	7	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
41	Икра кабачковая (промышленного производства)								40																	
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							18	48						2						10			7		
35	Гуляш			0,8					7,8						3						42					
42	Макаронные изделия отварные						25								3											
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	0,8	0	0	25	18	95,8	135	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0	52	0	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
153	Салат из моркови с чесноком								112,6							10										
125	Зразы рубленые с яйцом	5							8							2	9	7			29					
126	Капуста тушеная			2					176					4	5											
120	Кисель из вишни				7						18			10												
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
22	Шанежка наливная			37,7										3,6	2,5	0,9	2,4	21						12		
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
	Итого	25	0	39,7	7	0	0	0	296,6	0	98	0	0	17,6	7,5	12,9	11,4	28	0	0	29	0	0	12	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	60	40	40,5	7	39	25	18	392,4	135	98	0	0	30,6	19,5	12,9	11,4	369	0	0	81	0	0	19	7	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
39	Суп молочный с макаронными изделиями						13							4	0,8			116								
2	Кофейный напиток с молоком													13				110								
86	Бутерброд с повидлом или джемом	20	0	0	0	0	13	0	0	0	10	0	0	17	0,8	0	0	226	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	20	0	0	0	0	13	0	0	0	10	0	0	17	0,8	0	0	226	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
38	Кукуруза консервированная отварная								30																	
67	Суп с рыбными консервами							40	12							2										38
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	7							3						3		3	10				73				
162	Картофельное пюре							102							4			19								
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40												7	2	3	29	0	0	0	73	38	0	0	0
	Итого	27	40	0	0	0	0	142	45	135	0	0	0	0	7	2	3	29	0	0	0	73	38	0	0	0
Усиленный полдник																										
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным			10										8	4		4	15	123							
154	Салат картофельный с солеными огурцами							50	60							11										
13	Чай с сахаром													13												0,83
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												20													
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	0	0	10	0	0	0	50	60	0	80	0	20	21	4	11	4	15	123	0	0	0	0	0	0	0,83
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	47	40	10	0	0	13	192	105	135	90	0	20	38	11,8	13	7	425	123	0	0	73	38	0	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 6

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки , брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо , брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
68	Каша пшеничная молочная вязкая					19								4	2			113								
13	Чай с сахаром													13												0,83
3	Бутерброд с сыром	20																							8	
	Итого	20	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	17	2	0	0	113	0	0	0	0	0	0	8	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
12	Маринад овощной с томатом								31					1		3										
77	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной					6		15	33,2						2						10			7		
64	Тефтели из говядины с рисом			3		4			13							4	2				32					
89	Соус сметанный натуральный			0,5											0,5									15		
79	Картофель отварной							109							4											
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	3,5	0	10	0	124	77,2	135	0	0	0	1	6,5	7	2	0	0	0	42	0	0	22	0	0
Усиленный полдник																										
94	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным					10					12			10	3		12	25	99							
103	Винегрет овощной							24	92							5										
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
54	Компот из свежих фруктов										30			10												
	Итого	0	0	0	0	10	0	24	92	0	122	0	0	20	3	5	12	25	99	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	40	40	3,5	0	39	0	148	169,2	135	122	0	0	38	11,5	12	14	293	99	0	42	0	0	22	8	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 7

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
1	Суп молочный с крупой					9								4	1,6			135								
15	Какао с молоком													13				110								
16	Бутерброд с маслом	20													7											
	Итого	20	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	17	8,6	0	0	245	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
38	Зеленый горошек консервированный отварной								30																	
34	картофелем, с мясом и со сметаной							18	48						2						10			7		
4	Азу							120	35						5						47					
120	Кисель из смородины				7						18			10												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	0	7	0	0	138	113	0	18	0	0	10	7	0	0	0	0	0	57	0	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
127	Оладьи с джемом или повидлом			51							10			2		5	2	51								
144	Салат из моркови с курагой								113			8		6												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
31	Чай с лимоном										4			13												0,83
	Итого	20	0	51	0	0	0	0	113	0	94	8	0	21	0	5	2	51	0	0	0	0	0	0	0	0,83
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	60	40	51	7	9	0	138	226	0	112	8	0	48	15,6	5	2	451	0	0	57	0	0	7	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 8

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
14	Каша "Дружба"					23								4	2			113								
2	Кофейный напиток с молоком													13				110								
86	Бутерброд с повидлом или джемом	20									10															
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	10	0	0	17	2	0	0	223	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
38	Кукуруза консервированная отварная								30																	
30	Суп-лапша домашняя с мясом птицы			15					14,2						2		3					19				
147	Курица в соусе с томатом			1					12						0,5	1,3						50		7		
8	Картофельное пюре							85							4			16								
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	16	0	0	0	85	56,2	135	0	0	0	0	6,5	1,3	3	16	0	0	0	69	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
44	Рыба, запеченная в омлете			2												4	14	6					76			
155	Икра кабачковая (промышленного производства)								100																	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
9	Компот из кураги										15		10													
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем							23						1,7	3,6	0,9	4,8	7								
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	0	30,8	0	0	0	23	100	0	80	15	0	11,7	3,6	4,9	18,8	13	0	0	0	0	76	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	60	40	46,8	0	23	0	108	156,2	135	90	15	0	28,7	12,1	6,2	21,8	407	0	0	0	69	76	7	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
32	Каша манная молочная вязкая					15								4	2			113								
13	Чай с сахаром													13												0,83
16	Бутерброд с маслом	20													7											
	Итого	20	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	17	9	0	0	113	0	0	0	0	0	0	0	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
140	Сельдь с луком							5							3								23			
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					13		30	17,2						2						10					
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	12							4							3	6	7					33			
65	Каша рассыпчатая					26									2											
89	Соус сметанный натуральный			0,5											0,5									15		
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	32	40	0,5	0	39	0	30	26,2	135	0	0	0	0	4,5	6	6	7	0	0	10	0	56	15	0	0
Усиленный полдник																										
118	Вареники ленивые с маслом сливочным			30										12	3		7		90							
156	Салат картофельный с зеленым горошком							64	32							12	11									
9	Компот из сухофруктов											15		10												
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												20													
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	0	0	30	0	0	0	64	32	0	80	15	20	22	3	12	18	0	90	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	52	40	30,5	0	54	0	94	58,2	135	80	15	20	39	16,5	18	24	275	90	0	10	0	56	15	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 10

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
130	Каша "Янтарная"					30					15			4	6			90						6		
15	Какао с молоком													13				110								
3	Бутерброд с сыром	20																							8	
	Итого	20	0	0	0	30	0	0	0	0	15	0	0	17	6	0	0	200	0	0	0	0	0	6	8	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)								35																	
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной							12	58,2					1,5		2					10			7		
146	Кнели из кур с рисом					4									1,5			4				77				
42	Макаронные изделия отварные						25								3											
ГП	Сок фруктовый									135																
117	Гренки из пшеничного хлеба	23																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	23	40	0	0	4	25	12	93,2	135	0	0	0	1,5	4,5	2	0	4	0	0	10	77	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
163	Омлет натуральный с маслом														2		53	49								
157	Зеленый горошек консервированный отварной								100																	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
151	Напиток клюквенный										15			11												
132	Пирожок печеный из дрожжевого теста с мясным фаршем			29,1					3					1,7	4,6	0,9	4,8	7			31					
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	0	29,1	0	0	0	0	103	0	95	0	0	12,7	6,6	0,9	57,8	56	0	0	31	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	63	40	29,1	0	34	25	12	196,2	135	110	0	0	31,2	17,1	2,9	57,8	415	0	0	41	77	0	13	8	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 11

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки , брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо , брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
133	Суп молочный с клецками			11										2	3,3		3	75								
2	Кофейный напиток с молоком													13				110								
123	Бутерброд горячий с сыром	15																							7	
	Итого	15	0	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	3,3	0	3	185	0	0	0	0	0	0	7	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
106	Салат из свеклы с чесноком								28,2							3										
60	Суп картофельный с мясными фрикадельками							52	9						1,5		1,5			24						
134	Тефтели рыбные			5		3			7					4			4	12					38			
8	Картофельное пюре							85							4			16								
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	5	0	3	0	137	44,2	135	0	0	0	4	5,5	3	5,5	28	0	0	24	0	38	0	0	0
Усиленный полдник																										
88	Салат из морской капусты								112							9										
61	Плов с мясом					36			28						5					65						
9	Компот из изюма											15		10												
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
111	Крендель сахарный			29,1		3			2					1,7	4,6	0,9	4,2	7					15			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
	Итого	20	0	29,1	0	39	0	0	142	0	80	15	0	11,7	9,6	9,9	4,2	7	0	0	65	0	15	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	55	40	45,1	0	42	0	137	186,2	135	80	15	0	30,7	18,4	12,9	12,7	375	0	0	89	0	53	0	7	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 12

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
50	Каша рисовая молочная вязкая					19								4	2			113								
13	Чай с сахаром													13												0,83
16	Бутерброд с маслом	30													7											
	Итого	30	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	17	9	0	0	113	0	0	0	0	0	0	0	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
82	Икра свекольная с морковью							40																		
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					3		45	21,2						2						10			7		
19	Жаркое по-домашнему							89	24,4						4						47					
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		20																							
	Итого	20	20	0	0	3	0	134	85,6	135	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	57	0	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
135	Суфле из кур с рисом					3									4		5									74
156	Салат картофельный с зеленым горошком							64	32							12	11									
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		20																							
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
9	Компот из кураги											15		10												
75	Творожники песочные (сочень)			25							10			9	9	0,9	3		21						1,8	
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	20	25	0	3	0	64	32	0	90	15	0	19	13	12,9	19	0	21	0	0	74	0	1,8	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	70	40	25	0	25	0	198	117,6	135	90	15	0	36	28	12,9	19	268	21	0	57	74	0	8,8	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 13

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
136	Каша манная молочная жидкая с изюмом					21						21		4	2			82								
15	Какао с молоком													13				110								
3	Бутерброд с сыром	20																							8	
	Итого	20	0	0	0	21	0	0	0	0	0	21	0	17	2	0	0	192	0	0	0	0	0	0	8	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
12	Маринад овощной с томатом								31					1		3										
70	Свекольник с мясом, со сметаной							26	55					0,8	2					10				7		
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	10							5						3		3	10			34					
89	Соус сметанный натуральный			0,5											0,5									15		
65	Каша рассыпчатая					26									2											
120	Кисель из вишни				7						18			10												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	30	40	0,5	7	26	0	26	91	0	18	0	0	11,8	7,5	3	3	10	0	0	44	0	0	22	0	0
Усиленный полдник																										
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным			10										8	4		4	15	123							
103	Винегрет овощной							24	92							5										
13	Чай с сахаром													13												0,83
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)											20														
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	0	0	10	0	0	0	24	92	0	80	0	20	21	4	5	4	15	123	0	0	0	0	0	0	0,83
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	50	40	10,5	7	47	0	50	183	0	98	21	20	49,8	13,5	8	7	372	123	0	44	0	0	22	8	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 14

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прокл., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
87	Каша кукурузная молочная вязкая					15								4	2			113								
2	Кофейный напиток с молоком													13				110								
86	Бутерброд с повидлом или джемом	20									10															
	Итого	20	0	0	0	15	0	0	0	0	10	0	0	17	2	0	0	223	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
107	Салат из моркови с чесноком								28,2							3										
148	Суп картофельный с сыром, с мясом							65	20							2					10				3	
35	Гуляш			0,8					7,8						3						42					
42	Макаронные изделия отварные						25								3											
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	0,8	0	0	25	65	56	135	0	0	0	0	6	5	0	0	0	0	52	0	0	0	3	0
Усиленный полдник																										
155	Икра кабачковая (промышленного производства)								100																	
137	Картофельная запеканка с мясом	2,5						117	28						4,7	1,7	3				70					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
9	Компот из сухофруктов											15		10												
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												20													
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	22,5	0	0	0	0	0	117	128	0	80	15	20	10	4,7	1,7	3	0	0	0	70	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	62,5	40	0,8	0	15	25	182	184	135	90	15	20	27	12,7	6,7	3	378	0	0	122	0	0	0	3	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 15

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
68	Каша пшеничная молочная вязкая					19								4	2			113								
13	Чай с сахаром													13												0,83
123	Бутерброд горячий с сыром	15																							7	
	Итого	15	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	17	2	0	0	113	0	0	0	0	0	0	7	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
51	Икра морковная							28,8							3											
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной							29	40,2						2					10				7		
62	Плов с птицей					41			20						4											
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	0	0	41	0	29	89	135	0	0	0	0	6	3	0	0	0	0	10	66	0	7	0	0
Усиленный полдник																										
160	Салат из соленых огурцов с луком репчатым								29							2										
58	Рыба, тушенная в томате с овощами								19						3								92			
161	Картофельное пюре							128							6			24								
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
66	Напиток из шиповника										15		9													
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			41,2							13,2			1,7	3	0,9	2,6	16								
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	0	41,2	0	0	0	128	48	0	93,2	15	0	10,7	12	2,9	2,6	40	0	0	0	0	92	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	55	40	41,2	0	60	0	157	137	135	93,2	15	0	27,7	20	5,9	2,6	308	0	0	10	66	92	7	7	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 16

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая					15								4	2			113								
15	Какао с молоком													13				110								
16	Бутерброд с маслом	30													7											
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	17	9	0	0	223	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
38	Кукуруза консервированная отварная								30																	
52	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы						6	46	14						2							19				
128	Кнели говяжьи с рисом					9									7			11			80					
120	Кисель из смородины				7						18			10												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	0	7	9	6	46	44	0	18	0	0	10	9	0	0	11	0	0	80	19	0	0	0	0
Усиленный полдник																										
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)								60																	
138	Рыба, запеченная с картофелем по-русски							152	22						5							109				
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												20													
13	Чай с сахаром													13												0,83
	Итого	20	0	0	0	0	0	152	82	0	80	0	20	13	5	0	0	0	0	0	0	0	109	0	0	0,83
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	70	40	0	7	24	6	198	126	0	98	0	20	40	23	0	0	389	0	0	80	19	109	0	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 17

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
43	Каша гречневая рассыпчатая					68									5											
13	Чай с сахаром													13												0,83
86	Бутерброд с повидлом или джемом	20									10															
	Итого	20	0	0	0	68	0	0	0	0	10	0	0	13	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
110	Салат из свеклы (моркови) с сыром								28,2							2										3
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной							29	40,2						2						10			7		
81	Капуста тушеная с мясом			1,3					135					3	3						47					
ГП	Сок фруктовый									135																
117	Гренки из пшеничного хлеба	23																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	23	40	1,3	0	0	0	29	203,4	135	0	0	0	3	5	2	0	0	0	0	57	0	0	7	3	0
Усиленный полдник																										
49	Пудинг творожный с молоком сгущенным					10								10	3		12	25	112							
103	Винегрет овощной							24	92							5										
9	Компот из сухофруктов											15		10												
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												20													
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	0	0	0	0	10	0	24	92	0	80	15	20	20	3	5	12	25	112	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	43	40	1,3	0	78	0	53	295,4	135	90	15	20	36	13	7	12	180	112	0	57	0	0	7	3	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 18

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
37	Омлет натуральный с маслом														3		80	73								
15	Какао с молоком													13				110								
3	Бутерброд с сыром	20																							8	
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	3	0	80	183	0	0	0	0	0	0	8	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
38	Зеленый горошек консервированный отварной								20																	
139	Борщ сибирский							6	60,8					1,5	1,5		1,5				17					
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	10							5						3		3	10			34					
8	Картофельное пюре							85							4			16								
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	30	40	0	0	0	0	91	85,8	135	0	0	0	1,5	8,5	0	4,5	26	0	0	51	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																										
155	Икра кабачковая (промышленного производства)								100																	
58	Рыба, тушеная в томате с овощами								19						3								92			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			32,4										7,5	3,5	0,9	5,1	12	23							
146	Компот из вишни										23			10												
	Итого	20	0	32,4	0	0	0	0	119	0	103	0	0	17,5	6,5	0,9	5,1	12	23	0	0	0	92	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	70	40	32,4	0	0	0	91	204,8	135	103	0	0	32	18	0,9	89,6	376	23	0	51	0	92	0	8	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 20

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
1	Суп молочный с крупой					9								4	1,6			135								
13	Чай с сахаром													13												0,83
86	Бутерброд с повидлом или джемом	20									10															
	Итого	20	0	0	0	9	0	0	0	0	10	0	0	17	1,6	0	0	135	0	0	0	0	0	0	0	0,83
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
104	Салат картофельный с солеными огурцами							13	16							3										
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							18	48						2						10			7		
96	Голубцы с мясом и рисом					5			68						3	3					37					
89	Соус сметанный натуральный			0,5											0,5									15		
120	Кисель из вишни				7						18			10												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	20	40	0,5	7	5	0	31	132	0	18	0	0	10	5,5	6	0	0	0	0	47	0	0	22	0	0
Усиленный полдник																										
42	Макаронные изделия отварные						25								3											
158	Салат из свеклы с чесноком								112,6							10										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
54	Компот из свежих фруктов										30			10												
141	Пирожок печеный из дрожжевого теста с курагой			28,8								11		7,7	3,6	0,9	4,8	7								
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	0	28,8	0	0	25	0	112,6	0	110	11	0	17,7	6,6	10,9	4,8	7	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	60	40	29,3	7	14	25	31	244,6	0	138	11	0	44,7	13,7	16,9	4,8	297	0	0	47	0	0	22	0	0,83

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 19

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы бобовые, брутто, гр	Макаронные изд., брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Завтрак																										
23	Каша вязкая ячневая молочная					19								4	2			113								
2	Кофейный напиток с молоком													13				110								
123	Бутерброд горячий с сыром	15																							7	
	Итого	15	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	17	2	0	0	223	0	0	0	0	0	0	7	0
2 завтрак																										
21	Кисломолочный напиток																	155								
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
56	Икра свекольная								28,8							3										
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы			6				26	14,2						2		1,5	9				19				
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	12							4							3	6	7						33		
65	Каша рассыпчатая					26									2											
ГП	Сок фруктовый									135																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																							
	Итого	32	40	6	0	26	0	26	47	135	0	0	0	0	4	6	7,5	16	0	0	0	19	33	0	0	0
Усиленный полдник																										
88	Салат из морской капусты								112							9										
142	Суфле из отварной говядины			1											2,5		10	12			55					
159	Картофель отварной							149							6											
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																								
13	Чай с сахаром													13												0,83
22	Шанежка наливная			37,7										3,6	2,5	0,9	2,4	21						12		
69	Яблоко, груша, банан или др.										80															
	Итого	20	0	38,7	0	0	0	149	112	0	80	0	0	16,6	11	9,9	12,4	33	0	0	55	0	0	12	0	0,83
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 4 гр.																									
	Итого за день	67	40	44,7	0	45	0	175	159	135	80	0	0	33,6	17	15,9	19,9	427	0	0	55	19	33	12	7	0,83

	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы бобовые, брутто, гр	Макаронные изд, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м прод., брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр
	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
Итого за 20 дней	1172,5	800	520,1	42	625	161	2277	3879	2025	1960,2	183	140	736,3	341,9	184,9	402,6	7098	614	0	1049	416	648	175,8	83	9,96
Среднее значение за 20 дней	58,6	40,0	26,0	2,1	31,3	8,1	113,9	194,0	101,3	98,0	9,2	7,0	36,8	17,1	9,2	20,1	354,9	30,7	0,0	52,5	20,8	32,4	8,8	4,2	0,5
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	60,0	40,0	25,0	2,0	30,0	8,0	120,0	205,0	100,0	95,0	9,0	7,0	37,0	18,0	9,0	20,0	390,0	30,0	0,0	50,0	20,0	32,0	9,0	4,3	0,5
Процент удовлетворения норм питания	97,7	100,0	104,0	105,0	104,2	100,6	94,9	94,6	101,3	103,2	101,7	100,0	99,5	95,0	102,7	100,7	91,0	102,3	0,0	104,9	104,0	101,3	97,7	96,5	99,6
Процент отклонения от рекомендуемых норм питания	-2,3	0,0	4,0	5,0	4,2	0,6	-5,1	-5,4	1,3	3,2	1,7	0,0	-0,5	-5,0	2,7	0,7	-9,0	2,3	-100,0	4,9	4,0	1,3	-2,3	-3,5	-0,4

Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
28	29	30
	1,4	
0	1,4	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	1,4	0

Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
28	29	30
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0

	Кофейный напиток, грутто, гр	Какао-порошок, грутто, гр	Дрожжи, грутто, гр
	28	29	30
	3,3		
	3,3	0	0
	0	0	0
	0	0	0
			0,8
	0	0	0,8
	3,3	0	0,8

Кофейный напиток, грутто, гр	Какао-порошок, грутто, гр	Дрожжи, грутто, гр	
28	29	30	
	1,4		
0	1,4	0	
0	0	0	
0	0	0	
		0,8	
0	0	0,8	
0	1,4	0,8	

	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
	28	29	30
	3,3		
	3,3	0	0
	0	0	0
	0	0	0
	0	0	0
	3,3	0	0

Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
28	29	30
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0

	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
	28	29	30
		1,4	
	0	1,4	0
	0	0	0
	0	0	0
			0,8
	0	0	0,8
	0	1,4	0,8

Кофейный напиток, грутто, гр	Какао-порошок, грутто, гр	Дрожжи, грутто, гр
28	29	30
3,3		
3,3	0	0
0	0	0
0	0	0
		0,8
0	0	0,8
3,3	0	0,8

Кофейный напиток, грутто, гр	Какао-порошок, грутто, гр	Дрожжи, грутто, гр
28	29	30
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0

--

Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
28	29	30

	1,4	
0	1,4	0

0	0	0
---	---	---

0	0	0

		0,8

0	0	0,8
---	---	-----

0	1,4	0,8
---	-----	-----

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр
28	29	30
3,3		
3,3	0	0
0	0	0
0	0	0
		0,8
0	0	0,8
3,3	0	0,8

	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
	28	29	30
	0	0	0
	0	0	0
	0	0	0
	0	0	0
	0	0	0

Кофейный напиток, грутто, гр	Какао-порошок, грутто, гр	Дрожжи, грутто, гр
28	29	30
	1,4	
0	1,4	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	1,4	0

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр
28	29	30
3,3		
3,3	0	0
0	0	0
0	0	0
3,3	0	0

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр
28	29	30
0	0	0
0	0	0
0	0	0
		0,8
0	0	0,8
0	0	0,8

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр
28	29	30
	1,4	
0	1,4	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	1,4	0

--

Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
28	29	30

0	0	0

0	0	0
---	---	---

0	0	0

0	0	0

0	0	0

--

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр
28	29	30

	1,4	
0	1,4	0

0	0	0
---	---	---

0	0	0

--	--	--

		0,8

0	0	0,8
0	1,4	0,8

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр	
28	29	30	
0	0	0	
0	0	0	
0	0	0	
		0,8	
0	0	0,8	
0	0	0,8	

Кофейный напиток, brutto, гр	Какао-порошок, brutto, гр	Дрожжи, brutto, гр
28	29	30
3,3		
3,3	0	0
0	0	0
0	0	0
		0,8
0	0	0,8
3,3	0	0,8

Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр
28	29	30
19,8	9,8	8
1,0	0,5	0,4
1,0	0,5	0,4
99,0	98,0	100,0
-1,0	-2,0	0,0

День: (день 1)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
50	Каша рисовая молочная вязкая	150	4,46	5,24	23,16	156,00	1,47
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
123	Бутерброд горячий с сыром	20	2,53	1,89	7,38	57,00	0,04
	Итого	350	10,41	10,86	48,82	333,00	2,94
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
140	Сельдь с луком	30	2,65	3,25	0,45	57,99	0,51
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	50	7,03	5,73	5,11	99,98	0,58
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	16,67	70,00	0,30
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	17,34	17,59	70,22	530,92	15,42
Уплотненный полдник							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	120	6,41	6,63	27,89	201,00	0,06
103	Винегрет овощной	120	2,10	8,24	10,02	124,00	10,92
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
9	Сок фруктовый	125	0,25	0,14	12,64	57,50	2,50
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	485	11,28	16,31	82,03	524,85	21,48
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		43,38	49,56	207,07	1477,27	40,89
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		103,29	105,44	102,00	105,52	90,87

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 3)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
23	Каша вязкая ячневая молочная	150	5,03	5,30	21,54	152,00	1,47
76	Чай с молоком	180	2,03	2,30	16,35	94,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	47	3,03	5,63	21,78	146,34	0,00
	Итого	377	10,09	13,23	59,67	392,34	2,41
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
116	Кукуруза с яйцом и луком	45	3,95	5,37	15,80	169,33	0,80
143	Свекольник с мясом птицы, со сметаной	150	5,37	5,37	7,89	113,00	5,26
62	Плов с птицей	140	8,10	6,63	8,06	208,00	1,45
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	12,67	53,25	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	525	19,78	17,97	64,18	636,38	10,51
Уплотненный полдник							
152	Маринад овощной с томатом	120	1,88	12,00	12,40	173,36	5,36
44	Рыба, запеченная в омлете	80	11,43	2,98	1,25	76,00	0,30
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,25	0,14	12,64	57,50	2,50
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
17	Коржик молочный	60	3,53	5,87	33,11	214,28	0,07
	Итого	485	19,01	21,51	76,88	605,94	16,23
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		53,23	57,51	206,73	1723,16	30,20
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		126,74	122,36	101,84	123,08	67,11

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 2)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
130	Каша "Янтарная"	150	6,26	9,48	29,10	226,80	2,22
2	Кофейный напиток с молоком	180	3,74	3,85	18,47	120,00	1,43
86	Бутерброд с повидлом или джемом	50	2,75	0,27	28,42	124,00	0,03
	Итого	380	12,75	13,60	75,99	470,80	3,68
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
109	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	30	0,73	1,54	2,15	25,00	2,90
116	Суп картофельный, с мясом	150	3,39	2,77	9,33	84,00	6,95
121	Печень по-строгановски	60	8,09	7,33	1,81	108,00	8,05
161	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,01	10,50
120	Кисель из смородины	150	0,19	0,07	16,86	71,00	36,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	580	17,69	17,43	67,97	522,81	64,40
Уплотненный полдник							
156	Салат картофельный с зеленым горошком	120	3,68	13,66	12,98	192,00	16,20
81	Капуста тушеная с мясом	145	8,60	6,51	7,75	130,00	18,14
9	Компот из чернослива	150	0,34	0,00	18,65	76,00	0,45
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	7,79	4,23	25,49	182,00	0,26
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	575	22,33	24,92	82,35	664,80	43,05
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		57,12	60,75	232,31	1746,91	112,18
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		136,00	129,26	114,44	124,78	249,29

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 4)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
122	Каша гречневая вязкая	150	7,00	6,58	25,37	188,00	0,99
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
3А	Бутерброд с маслом и сыром	51	3,37	4,95	9,74	99,00	0,13
	Итого	381	13,79	15,26	53,39	407,00	2,55
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
41	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
35	Гуляш	50	3,75	4,75	1,54	103,00	0,50
42	Макаронные изделия отварные	110	3,98	3,54	23,30	134,94	0,00
120	Кисель из вишни	150	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	13,14	14,60	73,42	521,02	13,02
Уплотненный полдник							
153	Салат из моркови с чесноком	120	1,17	8,43	5,27	93,33	3,53
27	Рагу из овощей	230	3,84	6,18	17,25	163,00	10,76
ГП	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
22	Шанежка наливная	60	4,97	6,41	26,68	196,28	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	635	12,05	21,58	84,14	609,41	25,35
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		43,33	56,24	216,95	1625,93	41,97
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		103,17	119,66	106,87	116,14	93,27

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 5)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,60	4,41	17,87	129,00	0,75
2	Кофейный напиток с молоком	180	3,74	3,85	18,47	120,00	1,43
86	Бутерброд с повидлом или джемом	50	2,75	0,27	28,42	124,00	0,02
	Итого	380	11,09	8,53	64,76	373,00	2,20
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
97	Салат из кукурузы с луком репчатым	30	0,78	3,06	1,90	38,00	2,80
67	Суп с рыбными консервами	150	7,01	3,03	6,08	87,75	4,50
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	50	6,41	5,35	3,94	94,86	0,21
162	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
54	Компот из изюма	150	0,27	0,00	19,88	79,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	19,15	16,11	66,01	506,01	15,91
Уплотненный полдник							
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным	145	23,59	15,31	25,28	346,91	0,38
101	Салат из свеклы с изюмом	120	1,67	6,62	12,47	116,18	4,98
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	545	26,18	23,03	72,56	610,24	13,36
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		60,77	52,47	209,33	1577,75	32,52
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		144,69	111,64	103,12	112,70	72,27

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 6)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
68	Каша пшеничная молочная вязкая	150	5,22	5,28	22,12	156,00	1,47
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
3	Бутерброд с сыром	47	4,62	2,50	19,34	122,00	0,05
	Итого	377	9,84	7,78	54,43	330,00	1,52
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
140	Сельдь с луком	30	2,65	3,25	0,45	57,99	0,51
30	Суп- лапша домашняя с птицей	150	5,42	3,58	8,81	89,25	0,41
147	Курица в соусе с томатом	60	8,60	6,51	7,75	130,00	18,14
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	12,67	53,25	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	21,66	18,47	65,10	546,36	31,16
Уплотненный полдник							
94	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным	155	20,91	14,08	29,93	344,07	0,96
144	Салат из моркови с курагой	120	1,92	0,12	18,12	81,60	4,32
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
	Итого	480	23,30	14,56	73,35	535,27	15,98
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		59,15	45,61	198,88	1500,13	49,71
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		140,83	97,04	97,97	107,15	110,47

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 7)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	150	4,35	5,54	16,62	134,17	0,88
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
16	Бутерброд с маслом	47	3,03	5,63	21,78	146,34	0,00
	Итого	377	10,80	14,90	56,68	400,51	2,31
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
97	Салат из зеленого горошка с луком репчатым	30	0,78	3,06	1,90	38,00	2,80
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной	150	3,47	4,68	5,84	85,00	7,25
4	Азу	150	7,40	9,81	17,61	196,00	10,32
120	Кисель из смородины	150	0,19	0,07	16,86	71,00	36,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	520	14,08	18,10	61,97	482,80	56,37
Уплотненный полдник							
127	Оладьи с джемом или повидлом	100	6,74	6,70	44,58	247,00	0,68
100/1	Салат из моркови и яблок	120	1,80	0,24	26,04	114,00	3,96
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
31	Чай с лимоном	180	0,05	0,00	13,12	54,00	2,00
	Итого	500	10,51	7,46	101,22	499,80	14,64
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		39,74	45,26	225,87	1471,61	74,37
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		94,62	96,30	111,27	105,12	165,27

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
14	Каша "Дружба"	150	5,32	5,58	25,12	170,00	1,47
2	Кофейный напиток с молоком	180	3,74	3,85	18,47	120,00	1,43
86	Бутерброд с повидлом или джемом	50	2,75	0,27	28,42	124,00	0,03
	Итого	380	11,81	9,70	72,01	414,00	2,93
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
107	Салат из моркови с чесноком	30	0,35	2,53	1,58	28,00	1,06
18	Суп "Шахтерский" с мясом	150	3,32	4,83	15,74	115,20	6,50
81	Капуста тушеная с мясом	145	2,44	5,14	9,98	101,76	13,00
9	Компот из сухофруктов	150	0,78	0,00	18,23	75,00	0,60
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	515	9,13	12,98	65,29	412,76	21,16
Уплотненный полдник							
138	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	11,87	5,30	57,60	157,00	13,09
155	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,73	7,73	78,00	9,60
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем	60	3,96	4,35	21,19	150,00	3,49
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	585	19,10	14,94	121,46	541,80	36,88
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		44,39	42,42	264,76	1457,06	62,02
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		105,69	90,26	130,42	104,08	137,82

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 9)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
32	Каша манная молочная вязкая	150	5,62	5,96	23,88	170,00	1,77
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	47	3,03	5,63	21,78	146,34	0,00
	Итого	377	8,65	11,59	58,63	368,34	1,77
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
140	Салат из свеклы с чесноком	30	0,42	2,27	2,28	32,50	2,25
69	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	50	4,88	2,73	17,71	71,25	0,26
65	Каша рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,03	192,86	0,00
89	Соус сметанный натуральный	15	0,40	4,63	1,15	47,00	0,06
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	16,67	70,00	0,30
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	545	16,33	17,90	86,73	595,56	6,49
Уплотненный полдник							
118	Вареники ленивые с маслом сливочным	133	19,05	23,95	40,28	456,00	0,28
100/1	Салат из моркови и яблок	120	1,80	0,24	26,04	114,00	3,96
ГП	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	478	21,92	25,33	105,62	737,15	14,94
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		51,25	59,62	256,98	1789,55	24,25
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		122,02	126,85	126,59	127,83	53,89

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
130	Каша "Янтарная"	150	6,26	9,48	29,10	226,80	2,22
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
3	Бутерброд с сыром	47	4,62	2,50	19,34	122,00	0,05
	Итого	377	14,30	15,71	66,72	468,80	3,70
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
116	Кукуруза с яйцом и луком	45	3,95	5,37	15,80	127,00	0,80
143	Свекольник, с мясом птицы и со сметаной	150	5,37	5,37	7,89	113,00	5,26
146	Кнели из кур с рисом	50	8,63	8,79	3,71	127,86	0,40
42	Макаронные изделия отварные	110	3,98	3,54	23,30	134,94	0,00
151	Напиток клюквенный	150	0,07	0,00	11,55	48,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	545	24,24	23,55	82,01	643,60	8,71
Уплотненный полдник							
163	Омлет натуральный с маслом	100	7,82	8,39	0,02	116,00	0,63
157	Зеленый горошек консервированный отварной	100	5,00	0,20	8,30	55,00	10,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
74	Пирог "Королевский"	60	7,65	9,23	14,73	178,50	0,27
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	485	22,54	18,38	57,99	506,30	21,60
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		65,43	62,44	212,72	1707,20	35,06
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		155,79	132,85	104,79	121,94	77,91

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 11)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
133	Суп молочный с клецками	150	3,57	5,12	13,08	112,00	0,48
2	Кофейный напиток с молоком	180	3,74	3,85	18,47	120,00	1,43
3А	Бутерброд с маслом и сыром	51	3,37	4,95	9,74	99,00	0,13
	Итого	381	10,68	13,92	41,29	331,00	2,04
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
106	Салат из свеклы с чесноком	30	0,42	2,27	2,28	32,50	2,35
60	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3,90	3,18	8,72	100,35	6,32
134	Тефтели рыбные	60	7,48	4,88	7,88	101,22	1,16
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
9	Компот из изюма	150	0,27	0,00	19,88	79,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	16,94	15,34	74,18	528,94	18,93
Уплотненный полдник							
88	Салат из моркови с чесноком	120	1,17	8,43	5,27	93,33	3,53
61	Плов с мясом	150	14,31	13,25	25,37	275,18	2,02
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
111	Крендель сахарный	60	6,27	4,31	20,38	155,00	0,29
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	555	23,94	26,66	82,15	670,41	16,54
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		55,91	60,72	203,62	1618,85	38,56
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		133,12	129,19	100,31	115,63	85,69

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 12)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
50	Каша рисовая молочная вязкая	150	4,46	5,24	23,16	156,00	1,47
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	47	3,03	5,63	21,78	92,00	0,00
	Итого	377	7,49	10,87	57,91	300,00	1,47
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
82	Икра свекольная с морковью	30	0,77	2,28	3,69	40,50	4,33
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
19	Жаркое по-домашнему	150	6,99	7,55	14,21	159,00	7,84
9	Компот из кураги	150	0,78	0,00	18,23	75,00	0,60
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	520	13,24	13,91	68,46	454,38	17,70
Уплотненный полдник							
135	Суфле из кур с рисом	42	5,56	4,65	2,02	77,34	0,19
156	Салат картофельный с зеленым горошком	120	3,68	13,66	12,98	192,00	16,20
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
75	Творожники песочные (сочень)	60	5,40	6,80	18,30	185,30	0,11
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	447	16,83	25,78	64,43	601,54	27,20
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		41,91	55,36	196,80	1444,42	47,42
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		99,79	117,79	96,95	103,17	105,38

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 13)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
136	Каша манная молочная жидкая с изюмом	150	4,79	4,26	35,18	197,00	1,07
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
3	Бутерброд с сыром	47	4,62	2,50	19,34	122,00	0,05
	Итого	377	12,83	10,49	72,80	439,00	2,55
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
12	Маринад овощной с томатом	30	0,47	3,00	3,10	43,34	1,34
70	Свекольник, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
80	Бефстроганов	60	11,66	10,89	1,54	150,00	0,22
65	Каша рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,03	192,86	0,00
120	Кисель из вишни	150	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	20,36	23,01	66,16	638,08	10,24
Уплотненный полдник							
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным	145	23,59	15,31	25,28	346,91	0,38
26	Салат из яблок с черносливом	120	1,14	0,54	34,92	149,16	8,78
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	545	25,65	16,95	95,01	643,22	17,16
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		63,19	55,25	239,97	1808,80	31,00
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		150,45	117,55	118,21	129,20	68,89

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 14)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	150	4,35	5,54	16,62	134,14	0,88
2	Кофейный напиток с молоком	180	3,74	3,85	18,47	120,00	1,43
86	Бутерброд с повидлом или джемом	50	2,75	0,27	28,42	124,10	0,03
	Итого	380	10,84	9,66	63,51	378,24	2,34
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
107	Салат из моркови с чесноком	30	0,35	2,53	1,58	28,00	1,06
46	Суп "Харчо", с мясом и со сметаной	150	2,50	3,48	11,78	86,36	4,73
234	Печень, тушенная в соусе	80	11,93	9,19	7,61	167,32	10,50
42	Макаронные изделия отварные	110	3,98	3,54	23,30	134,94	0,00
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	16,67	70,00	0,30
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	21,33	19,22	80,70	579,42	16,59
Уплотненный полдник							
155	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,73	7,73	78,00	9,60
125	Зразы рубленые с яйцом	50	6,14	6,01	0,92	82,14	0,81
59	Рис отварной с овощами	110,00	2,82	5,14	18,70	155,46	4,37
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	395	10,13	12,19	53,78	364,59	21,11
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		46,65	45,87	203,99	1410,75	41,09
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		111,07	97,60	100,49	100,77	91,31

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 15)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
45	Каша пшенная молочная вязкая	150	5,76	5,82	24,37	172,00	1,47
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
123	Бутерброд горячий с сыром	41	3,82	2,17	16,88	107,00	0,04
	Итого	371	9,58	7,99	54,22	331,00	1,51
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
51	Икра морковная	30	0,47	2,44	2,77	35,00	1,10
53	Солянка сборная мясная со сметаной	150	4,05	5,18	7,66	89,25	3,60
62	Плов с птицей	140	8,10	6,63	8,06	208,00	1,45
151	Напиток клюквенный	150	0,07	0,00	11,55	48,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	510	14,93	14,73	49,80	473,05	8,40
Уплотненный полдник							
160	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	30	0,73	1,54	2,15	25,00	2,90
58	Рыба, тушенная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16
161	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,01	10,50
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4,73	3,47	32,61	193,71	0,22
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	545	20,15	15,38	85,35	590,08	25,48
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		49,01	42,90	195,37	1482,63	36,44
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		116,69	91,28	96,24	105,90	80,98

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 16)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	150	4,97	5,98	18,41	147,00	1,47
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
16	Бутерброд с маслом	47	3,03	5,63	21,78	146,34	0,00
	Итого	377	11,42	15,34	58,47	413,34	2,90
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
116	Кукуруза с яйцом и луком	45	3,95	5,37	15,80	127,00	0,80
52	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	150	5,48	3,35	15,05	109,50	4,93
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	50	8,01	6,69	4,93	118,58	0,26
59	Рис отварной с овощами	110	2,82	5,14	17,70	155,46	4,37
120	Кисель из ягод	150	0,19	0,07	16,86	71,00	36,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	545	22,69	21,10	90,10	674,34	46,36
Уплотненный полдник							
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,07	1,51	8,40	6,00
98	Суфле рыбное	70	4,55	7,44	13,30	135,89	2,25
162	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
	Итого	550	9,99	13,00	55,65	452,24	24,65
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		48,45	54,24	210,22	1628,42	74,96
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		115,36	115,40	103,56	116,32	166,58

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 17)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
43	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,50	7,01	38,31	248,34	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,97	52,00	0,00
86	Бутерброд с повидлом или джемом	50	2,75	0,27	28,42	124,00	0,03
	Итого	380	11,25	7,28	79,70	424,34	0,03
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
110	Салат из свеклы (моркови) с сыром	30	0,97	1,95	2,69	32,67	2,46
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной	150	3,47	4,68	5,84	85,00	7,25
81	Капуста тушеная с мясом	145	8,60	6,51	7,75	130,00	18,14
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	16,67	70,00	0,30
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	515	15,61	13,62	52,71	410,47	28,15
Уплотненный полдник							
55	Сырники из творога с молоком сгущенным	160	24,98	19,42	47,37	482,00	0,43
100/1	Салат из моркови и яблок	120	1,80	0,24	26,04	114,00	3,96
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	20	0,60	0,78	14,00	57,55	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	505	27,97	20,91	108,90	753,25	15,09
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		59,18	46,61	247,31	1676,56	44,32
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		140,90	99,17	121,83	119,75	98,49

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 18)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
26	Каша "Рябчик"	150	5,46	5,39	24,08	165,83	1,48
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
3	Бутерброд с сыром	47	4,62	2,50	19,34	122,00	0,05
	Итого	377	13,50	11,62	61,70	407,83	2,96
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
97	Салат из зеленого горошка слуком репчатым	30	0,78	3,06	1,90	38,00	2,80
139	Борщ сибирский	150	6,17	4,03	9,21	109,00	5,87
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	50	7,03	5,73	5,11	99,98	0,58
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
149	компот из вишни	150	0,18	0,05	12,42	52,00	3,45
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	19,03	17,88	64,06	514,85	21,80
Уплотненный полдник							
103	Винегрет овощной	120	2,10	8,24	10,02	124,00	10,92
58	Рыба, тушенная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	7,79	4,23	25,49	182,00	0,26
гп	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
	Итого	485	21,53	17,60	68,04	535,36	23,04
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		58,41	51,90	199,80	1546,54	48,85
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		139,07	110,43	98,42	110,47	108,56

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 20)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	150	4,35	5,54	16,62	134,17	0,88
15	Какао с молоком	180	3,42	3,73	18,28	120,00	1,43
86	Бутерброд с повидлом или джемом	50	2,75	0,27	28,42	124,10	0,03
	Итого	380	10,52	9,54	63,32	378,27	2,34
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
99	Овощи натуральные соленые	35	0,28	0,04	0,88	4,90	3,50
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
71	Голубцы ленивые	60	4,93	3,82	3,59	68,26	7,48
8	Картофельное пюре	130	2,03	3,49	12,04	94,67	7,00
89	Соус сметанный натуральный	15	0,40	4,63	1,15	47,00	0,06
120	Кисель из вишни	150	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	580	12,57	16,40	63,15	466,71	26,72
Уплотненный полдник							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	120	6,41	6,63	27,89	201,00	0,06
158	Салат из свеклы с чесноком	120	1,66	9,08	9,10	130,00	9,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	12,67	53,25	3,00
141	Пирожок печеный из дрожжевого теста с курагой	60	4,21	3,46	28,22	174,00	0,53
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	550	14,32	19,81	95,36	643,05	20,59
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		41,76	50,55	227,83	1576,53	50,70
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		99,43	107,55	112,23	112,61	112,67

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 19)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
23	Каша вязкая ячневая молочная	150	5,03	5,30	21,54	152,00	1,47
2	Кофейный напиток с молоком	180	3,74	3,85	18,47	120,00	1,43
3	Бутерброд с маслом и сыром	51	3,37	4,95	9,74	99,00	0,13
	Итого	381	12,14	14,10	49,75	371,00	3,03
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
Обед							
56	Икра свекольная	30	0,53	2,42	3,03	36,67	3,20
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	3,09	4,22	11,35	104,70	3,18
33	Котлеты куриные	50	8,01	6,69	4,93	118,58	0,26
63	Горошница	100	8,00	3,14	20,50	159,00	0,00
9	Компот из сухофруктов	150	0,78	0,00	18,23	75,00	0,60
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	520	22,65	16,95	77,80	586,75	7,24
Уплотненный полдник							
152	Маринад овощной с томатом	120	1,88	12,00	12,40	173,36	5,36
37	Омлет натуральный с маслом	150	11,73	12,59	0,03	174,00	0,95
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
31	Чай с лимоном	180	0,05	0,00	13,12	54,00	2,00
78	Булочка домашняя	60	5,05	3,18	31,03	187,71	0,22
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	610	20,63	28,29	74,06	673,87	16,53
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		59,77	64,14	207,61	1720,12	27,85
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		142,31	136,47	102,27	122,87	61,89

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 1,5-3 лет					
	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
	Б	Ж	У		
Итого за 20 дней	1042,03	1059,42	4364,12	31990,19	944,36
Итого за 1 дней	52,10	52,97	218,21	1599,51	47,22
Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
Процент удовлетворения суточной потребности	124,05	112,70	107,49	114,25	104,93

Расчет продуктов питания (в граммах), на одну порцию, на одного ребенка

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

		День 1																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Круны, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Нанитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, %ж, продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изделия, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
50	Каша рисовая молочная вязкая					23									5	2			136													
15	Какао с молоком														15				122											1,7		
123	Бутерброд горячий с сыром	20																								12						
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	20	2	0	0	258	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0	1,7	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
140	Сельдь с луком								5								3															
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					4	60	28								3						13			8							
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	10						5								3		3	10			34										
8	Картофельное пюре							111								5			20													
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	35	50	0	0	4	0	171	38	200	0	0	0	0	11	3	3	30	0	0	47	0	23	8	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром						53									6																
103	Винегрет овощной							24	92								5															
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
9	Компот из сухофруктов												18		13																	
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)													60																		
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
	Итого	40	0	0	0	0	53	24	92	0	0	80	18	60	13	6	5	0	0	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	1,7	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	95	50	0	0	27	53	195	130	200	0	80	18	60	33	19	8	3	473	0	0	47	0	23	8	25	0	0	1,7	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

		День 3																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто, гр	Хлеб ржаной, грунто, гр	Мука пшеничная, грунто, гр	Крахмал, грунто, гр	Круны, бобовые, грунто, гр	Макаронные изделия, грунто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, грунто, гр	Напитки витаминизированные, грунто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, грунто, гр	Кондитерские изделия, грунто, гр	Сахар, грунто, гр	Масло сливочное, грунто, гр	Масло растительное, грунто, гр	Яйца, грунто, гр	Молоко, %м, продукты, грунто, гр	Творог, грунто, гр	Колбасные изделия, грунто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, грунто, гр	Сыр, грунто, гр	Чай, грунто, гр	Кофейный напиток, грунто, гр	Какао-порошок, грунто, гр	Дрожжи, грунто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
23	Каша вязкая ячневая молочная					23									5	2			136													
76	Чай с молоком														15				80								1					
16	Бутерброд с маслом	25														7																
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	20	9	0	0	216	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)								60																							
143	Свекольник с мясом птицы, со сметаной						34	73							1	3						25			8							
61	Плов с мясом					48		87								5,5					87											
ГП	Сок фруктовый									200																						
117	Гренки из пшеничного хлеба	23																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	23	50	0	0	48	0	34	220	200	0	0	0	0	1	8,5	0	0	0	0	0	87	25	0	8	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
144	Салат из моркови с курагой							113					8		6																	
44	Рыба, запеченная в омлете			2													4	14	6					76								
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
54	Компот из свежих фруктов											40			13																	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
17	Коржик молочный			39											20	9	1	3,4	7													
	Итого	40	0	41	0	0	0	113	0	0	0	120	8	0	39	9	5	17,4	13	0	0	0	0	76	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	88	50	41	0	71	0	34	333	200	0	120	8	0	60	26,5	5	17,4	414	0	0	87	25	76	8	0	1	0	0	0	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, %м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
131	Омлет с зеленым горошком								60							12		120	120													
2	Кофейный напиток с молоком														15				122									4				
86	джемом	25										10																				
	Итого	25	0	0	0	0	0	0	60	0	0	10	0	0	15	12	0	120	242	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0		
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
109	Салат из соленых огурцов с луком репчатым								58								3															
116	Суп картофельный, с мясом							87	16								3					13										
98	Оладьи из печени по-кунцевски			9					6									9				40										
90	Рагу из овощей							60	53																							
120	Кисель из смородины				10							24			13																	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	25	50	9	10	0	0	147	133	0	0	24	0	0	13	8,5	6	9	0	0	0	53	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
152	Маринад овощной с томатом								120						4		10															
81	Капуста тушеная с мясом			1,6					168						4	3,5						58										
9	Компот из чернослива											18			13																	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			38											9	4	1	6	14	26											1	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
	Итого	40	0	39,6	0	0	0	0	288	0	0	80	18	0	30	7,5	11	6	14	26	0	58	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	90	50	48,6	10	0	0	147	481	0	0	114	18	0	58	28	17	135	441	26	0	111	0	0	0	0	0	4	0	1		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

		День 4																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто, гр	Хлеб ржаной, грунто, гр	Мука пшеничная, грунто, гр	Крахмал, грунто, гр	Крупы, бобовые, грунто, гр	Макаронные изделия, грунто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, грунто, гр	Напитки витаминизированные, грунто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, грунто, гр	Кондитерские изделия, грунто, гр	Сахар, грунто, гр	Масло сливочное, грунто, гр	Масло растительное, грунто, гр	Яйца, грунто, гр	Молоко, %жм продукты, грунто, гр	Творог, грунто, гр	Колбасные изд., грунто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, грунто, гр	Сыр, грунто, гр	Чай, грунто, гр	Кофейный напиток, грунто, гр	Какао-порошок, грунто, гр	Дрожжи, грунто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
122	Каша гречневая вязкая					47										5			91													
15	Какао с молоком														15				122											1,7		
123	Бутерброд горячий с сыром	20																									12					
	Итого	20	0	0	0	47	0	0	0	0	0	0	0	0	15	5	0	0	213	0	0	0	0	0	0	12	0	0	1,7	0		
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
41	Икра кабачковая (промышленного производства)								60																							
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной						24	63								3						13			8							
35	Гуляш			0,8				7,8								3						42										
42	Макаронные изделия отварные						43									5																
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	25	50	0,8	0	0	43	24	130,8	200	0	0	0	0	0	11	0	0	0	0	0	55	0	0	8	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
153	Салат из моркови с чесноком							112,6									10															
113	Колбасные изделия отварные																				71											
126	Капуста тушеная			3				258							5	5,5																
120	Кисель из вишни				10							24			13																	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
22	Шанежка наливная			44											4,7	3	1	2,8	24						14							1
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
	Итого	40	0	47	10	0	0	370,6	0	0	0	104	0	0	22,7	8,5	11	2,8	24	0	71	0	0	0	14	0	0	0	0	1	1	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	85	50	47,8	10	47	43	24	501,4	200	0	104	0	0	37,7	24,5	11	2,8	422	0	71	55	0	0	22	12	0	0	1,7	1		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Круны, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, %ж, продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
39	Суп молочный с макаронными изделиями						15								5	0,9			139												
2	Кофейный напиток с молоком														15				122									4			
86	Бутерброд с повидлом или джемом	25										10																			
	Итого	25	0	0	0	0	15	0	0	0	0	10	0	0	20	0,9	0	0	261	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
38	Кукуруза консервированная отварная							60																							
67	Суп с рыбными консервами						67	20								4								63							
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	7							3						3			3	10				73								
162	Картофельное пюре						102								4				19												
ГП	Сок фруктовый									200																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	32	50	0	0	0	169	83	200	0	0	0	0	0	7	4	3	29	0	0	0	73	63	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																															
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным			14											11	6		5	20	165											
154	Салат картофельный с солеными огурцами						50	60									11														
13	Чай с сахаром														15												1				
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												60																		
69	Яблоко, груша, банан или др.										80	0	60																		
	Итого	0	0	14	0	0	50	60	0	0	80	0	60	26	6	11	5	20	165	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	57	50	14	0	0	15	219	143	200	0	90	0	60	46	13,9	15	8	495	165	0	0	73	63	0	0	1	4	0	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

		День 6																															
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто, гр	Хлеб ржаной, грунто, гр	Мука пшеничная, грунто, гр	Крахмал, грунто, гр	Крупы, бобовые, грунто, гр	Макаронные изделия, грунто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, грунто, гр	Напитки витаминизированные, грунто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, грунто, гр	Кондитерские изделия, грунто, гр	Сахар, грунто, гр	Масло сливочное, грунто, гр	Масло растительное, грунто, гр	Яйца, грунто, гр	Молоко, %м, продукты, грунто, гр	Творог, грунто, гр	Колбасные изделия, грунто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, грунто, гр	Сыр, грунто, гр	Чай, грунто, гр	Кофейный напиток, грунто, гр	Какао-порошок, грунто, гр	Дрожжи, грунто, гр			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
Завтрак																																	
68	Каша пшеничная молочная вязкая					23									5	2			137														
13	Чай с сахаром														15													1					
3	Бутерброд с сыром	25																															
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	20	2	0	0	137	0	0	0	0	0	0	13	1	0	0	0	0	0	
2 завтрак																																	
21	Кисломолочный напиток																		185														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																	
12	Маринад овощной с томатом								59,9						2		6																
77	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной					8		20	44							3						13											
64	Тефтели из говядины с рисом			3		4			13								4	2				32											
89	Соус сметанный натуральный			0,7												0,7																	
79	Картофель отварной							109								4																	
ГП	Сок фруктовый									200																							
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																															
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																														
	Итого	25	50	3,7	0	12	0	129	116,9	200	0	0	0	0	2	7,7	10	2	0	0	0	45	0	0	33	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																	
94	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным					15						19			15	5		18	25	152													
103	Винегрет овощной							24	92								5																
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																					
54	Компот из свежих фруктов											40			13																		
	Итого	0	0	0	0	15	0	24	92	0	0	139	0	0	28	5	5	18	25	152	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																																
	Итого за день	50	50	3,7	0	50	0	153	208,9	200	0	139	0	0	50	14,7	15	20	347	152	0	45	0	0	33	13	1	0	0	0	0	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

		День 7																																
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Круны, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, %м, продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
Завтрак																																		
1	Суп молочный с крупой					11									5	2			162															
15	Какао с молоком														15				122											1,7				
16	Бутерброд с маслом	25														7																		
	Итого	25	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0	0	0	20	9	0	0	284	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0			
2 завтрак																																		
21	Кисломолочный напиток																		185															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																																		
38	Зеленый горошек консервированный отварной								60																									
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							24	63							3						13								8				
4	Азу							160	47							5,5						63												
120	Кисель из смородины				10							24			13																			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																																
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																															
	Итого	25	50	0	10	0	0	184	170	0	0	24	0	0	13	8,5	0	0	0	0	0	76	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																																		
127	Оладьи с джемом или повидлом			51								10			2		5	2	51															1
144	Салат из моркови с курагой								113				8		6																			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																																
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																						
31	Чай с лимоном											5			15																1			
	Итого	40	0	51	0	0	0	113	0	0	95	8	0	23	0	5	2	51	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																																	
	Итого за день	90	50	51	10	11	0	184	283	0	0	119	8	0	56	17,5	5	2	520	0	0	76	0	0	8	0	1	0	1,7	1				

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 8																															
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто, гр	Хлеб ржаной, грунто, гр	Мука пшеничная, грунто, гр	Крахмал, грунто, гр	Круны, бобовые, грунто, гр	Макаронные изделия, грунто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, грунто, гр	Напитки витаминизированные, грунто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, грунто, гр	Кондитерские изделия, грунто, гр	Сахар, грунто, гр	Масло сливочное, грунто, гр	Масло растительное, грунто, гр	Яйца, грунто, гр	Молоко, %ж, продукты, грунто, гр	Творог, грунто, гр	Колбасные изд., грунто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, грунто, гр	Сыр, грунто, гр	Чай, грунто, гр	Кофейный напиток, грунто, гр	Какао-порошок, грунто, гр	Дрожжи, грунто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
14	Каша "Дружба"					28									5	2			136												
2	Кофейный напиток с молоком														15				122									4			
86	Бутерброд с повидлом или джемом	25										10																			
	Итого	25	0	0	0	28	0	0	0	0	0	10	0	0	20	2	0	0	258	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
38	Кукуруза консервированная отварная								60																						
30	Суп-лапша домашняя с мясом птицы			19					19							3		4						25							
147	Курица в соусе с томатом			1					13,5							5							92		5						
8	Картофельное пюре							111								5			20												
ГП	Сок фруктовый									200																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	25	50	20	0	0	0	111	92,5	200	0	0	0	0	13	0	4	20	0	0	0	117	0	5	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																															
44	Рыба, запеченная в омлете			2													4	14	6											76	
155	Икра кабачковая (промышленного производства)								100																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																													
9	Компот из кураги											18		13																	
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем			33								21		8	4	1	5,5	8												1	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																			
	Итого	40	0	35	0	0	0	100	0	0	0	101	18	0	21	4	5	19,5	14	0	0	0	0	76	0	0	0	0	0	1	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	90	50	55	0	28	0	111	192,5	200	0	111	18	0	41	19	5	23,5	477	0	0	0	117	76	5	0	0	4	0	1	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто, гр	Хлеб ржаной, грунто, гр	Мука пшеничная, грунто, гр	Крахмал, грунто, гр	Круны, бобовые, грунто, гр	Макаронные изделия, грунто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, грунто, гр	Напитки витаминизированные, грунто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, грунто, гр	Кондитерские изделия, грунто, гр	Сахар, грунто, гр	Масло сливочное, грунто, гр	Масло растительное, грунто, гр	Яйца, грунто, гр	Молоко, %ж, продукты, грунто, гр	Творог, грунто, гр	Колбасные изд., грунто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, грунто, гр	Сыр, грунто, гр	Чай, грунто, гр	Кофейный напиток, грунто, гр	Какао-порошок, грунто, гр	Дрожжи, грунто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
32	Каша манная молочная вязкая					18									5	2			136													
13	Чай с сахаром														15												1					
16	Бутерброд с маслом	25														7																
	Итого	25	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	20	9	0	0	136	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
140	Сельдь с луком							5									3															
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					17	40	22								3					13											
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	20						7									5	9	11													
65	Каша рассыпчатая					52										4																
89	Соус сметанный натуральный			0,7												0,7										25						
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	45	50	0,7	0	69	0	40	34	200	0	0	0	0	7,7	8	9	11	0	0	13	0	76	25	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
118	Вареники ленивые с маслом сливочным			35											14	5		8		114												
156	Салат картофельный с зеленым горошком						64	34								12	11															
9	Компот из сухофруктов											18			13																	
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												60																			
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
	Итого	0	0	35	0	0	64	34	0	0	0	80	18	60	27	17	11	8	0	114	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	70	50	35,7	0	87	0	104	68	200	0	80	18	60	47	33,7	19	17	332	114	0	13	0	76	25	0	1	0	0	0	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 10

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Круны, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, %ж, продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
130	Каша "Янтарная"					36						18			5	7			108						7						
15	Какао с молоком														15				122											1,7	
3	Бутерброд с сыром	25																								13					
	Итого	25	0	0	0	36	0	0	0	0	0	18	0	0	20	7	0	0	230	0	0	0	0	0	7	13	0	0	1,7	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)								60																						
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной						16	77							2		3					13			8						
146	Кнели из кур с рисом					4										1,5			4				77								
42	Макаронные изделия отварные						43									5															
ГП	Сок фруктовый									200																					
117	Гренки из пшеничного хлеба	23																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	23	50	0	0	4	43	16	137	200	0	0	0	0	2	6,5	3	0	4	0	0	13	77	0	8	0	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																															
163	Омлет натуральный с маслом															3		80	73												
157	Зеленый горошек консервированный отварной							100																							
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																													
151	Напиток клюквенный									20			15																		
132	Пирожок печеный из дрожжевого теста с мясным фаршем			33,4					3,5						2	5,2	1	5,5	8			36									1
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																			
	Итого	40	0	33,4	0	0	0	0	103,5	0	20	80	0	15	2	8,2	1	85,5	81	0	0	36	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	88	50	33,4	0	40	43	16	240,5	200	20	98	0	15	24	21,7	4	85,5	500	0	0	49	77	0	15	13	0	0	1,7	1	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 11

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соусы, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, %м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изделия, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
133	Суп молочный с клецками			13											2,5	4,1		4	90												
2	Кофейный напиток с молоком														15				122									4			
123	Бутерброд горячий с сыром	20																								12					
	Итого	20	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	17,5	4,1	0	4	212	0	0	0	0	0	0	12	0	4	0	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток								0	0									185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
106	Салат из свеклы с чесноком								56,3								5														
60	Суп картофельный с мясными фрикадельками						69	13								2		3				32									
134	Тефтели рыбные			5		3		7							4			4	12									38			
8	Картофельное пюре							111								5			20												
ГП	Сок фруктовый									200																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	25	50	5	0	3	0	180	76,3	200	0	0	0	0	4	7	5	7	32	0	0	32	0	0	38	0	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																															
88	Салат из морской капусты								112								9														
61	Плов с мясом					48		87								5,5					87										
9	Компот из изюма											18		13																	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																			
111	Крендель сахарный			33,4		3,5		3						2	5,2	1	5,5	8						17						1	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																													
	Итого	40	0	33,4	0	51,5	0	0	202	0	0	80	18	0	15	10,7	10	5,5	8	0	0	87	0	17	0	0	0	0	0	1	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	85	50	51,4	0	54,5	0	180	278,3	200	0	80	18	0	36,5	21,8	15	16,5	437	0	0	119	0	55	0	12	0	4	0	1	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 12

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изделия, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
50	Каша рисовая молочная вязкая					23									5	2			136													
13	Чай с сахаром														15												1					
16	Бутерброд с маслом	25													7																	
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	20	9	0	0	136	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
82	Икра свекольная с морковью							60																								
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					4	60	28							3							13										
19	Жаркое по-домашнему						119	32,9							4,5							63										
8	Картофельное пюре						111								5			20														
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		25																													
	Итого	25	25	0	0	4	0	290	120,9	200	0	0	0	0	12,5	0	0	20	0	0	76	0	0	8	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
135	Суфле из кур с рисом					3									4		5															
156	Салат картофельный с зеленым горошком						64	34							12	11																
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		25																													
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
9	Компот из кураги											18			13																	
75	Творожники песочные (сочень)			28											11	10,5	1	3,5		24												
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
	Итого	40	25	28	0	3	0	64	34	0	0	80	18	0	24	26,5	12	8,5	0	24	0	0	74	0	2	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	90	50	28	0	30	0	354	154,9	200	0	80	18	0	44	48	12	8,5	341	24	0	76	74	0	10	0	1	0	0	0	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 13

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
136	Каша манная молочная жидкая с изюмом					25							25		5	2			99													
15	Какао с молоком														15				122												1,7	
3	Бутерброд с сыром	25																								13						
	Итого	25	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	25	0	20	2	0	0	221	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	1,7	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
12	Маринад овощной с томатом							59,9							2		6															
67	Суп с рыбными консервами							67	20								4															
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	10							5										3		3	10			34							
89	Соус сметанный натуральный			0,7															0,7													
65	Каша рассыпчатая					52													4													
120	Кисель из вишни					10						24			13																	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	35	50	0,7	10	52	0	67	84,9	0	0	24	0	0	15	7,7	10	3	10	0	0	34	0	63	25	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным			14											11	6		5	20	165												
103	Винегрет овощной							24	92																							
13	Чай с сахаром														15																1	
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												60																			
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
	Итого	0	0	14	0	0	0	24	92	0	0	80	0	60	26	6	5	5	20	165	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	60	50	14,7	10	77	0	91	176,9	0	0	104	25	60	61	15,7	15	8	436	165	0	34	0	63	25	13	1	0	1,7	0		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 14

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная , брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия , брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Нашинки витамин.брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) суше, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи , брутто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
87	Каша кукурузная молочная вязкая					18									5	2			136												
2	Кофейный напиток с молоком														15				122									4			
86	Бутерброд с повидлом или джемом	25										10																			
	Итого	25	0	0	0	18	0	0	0	0	0	10	0	0	20	2	0	0	258	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
107	Салат из моркови с чесноком							56,3								5															
148	Суп картофельный с сыром, с мясом						87	16								3						13				4					
35	Гуляш			0,8				7,8								3						42									
42	Макаронные изделия отварные						43									5															
ГП	Сок фруктовый								200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	25	50	0,8	0	0	43	87	80,1	200	0	0	0	0	0	8	8	0	0	0	0	55	0	0	0	4	0	0	0	0	
Усиленный полдник																															
155	Икра кабачковая (промышленного производства)							100																							
137	Картофельная запеканка с мясом	2,5					117	28							4,7	1,7	3				70										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	30																													
9	Компот из сухофруктов											18		13																	
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												60																		
69	Яблоко, груша, банан или др.										80																				
	Итого	32,5	0	0	0	0	117	128	0	0	80	18	60	13	4,7	1,7	3	0	0	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	82,5	50	0,8	0	18	43	204	208,1	200	0	90	18	60	33	14,7	9,7	3	443	0	0	125	0	0	0	4	0	4	0	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 15

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
68	Каша пшеничная молочная вязкая					23									5	2			137													
13	Чай с сахаром														15												1					
123	Бутерброд горячий с сыром	20																								12						
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	20	2	0	0	137	0	0	0	0	0	0	12	1	0	0	0	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
51	Икра морковная							56,5									5															
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной						38	48								3						13			8							
62	Плов с птицей					53		26							4,5								85									
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	25	50	0	0	53	0	38	130,5	200	0	0	0	0	7,5	5	0	0	0	0	13	85	0	8	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
160	Салат из соленых огурцов с луком репчатым								116								6															
58	Рыба, тушенная в томате с овощами							19								3							92									
161	Картофельное пюре						128									6		24														
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
66	Напиток из шиповника											20			13																	
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			46,5								16,3			2	4	1	3	18												1	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
	Итого	40	0	46,5	0	0	128	135	0	0	0	96,3	20	0	15	13	7	3	42	0	0	0	0	92	0	0	0	0	0	1		
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	85	50	46,5	0	76	0	166	265,5	200	0	96,3	20	0	35	22,5	12	3	364	0	0	13	85	92	8	12	1	0	0	1		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 16

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Нашинки витами.брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) суше, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Касо-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая					18									5	2			136												
15	Какао с молоком														15				122										1,7		
16	Бутерброд с маслом	25														7															
	Итого	25	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	20	9	0	0	258	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
38	Кукуруза консервированная отварная							60																							
52	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы						8	59	23							3							25								
128	Кнели говяжьи с рисом					9										7			11			80									
120	Кисель из смородины				10							24			13																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	25	50	0	10	9	8	59	83	0	0	24	0	0	13	10	0	0	11	0	0	80	25	0	0	0	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																															
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)							100																							
138	Рыба, запеченная с картофелем порусски							152	22							5							109								
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																													
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																			
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												60																		
13	Чай с сахаром													15														1			
	Итого	40	0	0	0	0	0	152	122	0	0	80	0	60	15	5	0	0	0	0	0	0	0	109	0	0	1	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	90	50	0	10	27	8	211	205	0	0	104	0	60	48	24	0	0	454	0	0	80	25	109	0	0	1	0	1,7	0	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 17

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто, гр	Хлеб ржаной, грунто, гр	Мука пшеничная, грунто, гр	Крахмал, грунто, гр	Крупы, бобовые, грунто, гр	Макаронные изделия, грунто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, грунто, гр	Напитки витамин. грунто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) суше, грунто, гр	Кондитерские изд., грунто, гр	Сахар, грунто, гр	Масло сливочное, грунто, гр	Масло растительное, грунто, гр	Яйцо, грунто, гр	Молоко, к/м продукты, грунто, гр	Творог, грунто, гр	Колбасные изд., грунто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, грунто, гр	Сыр, грунто, гр	Чай, грунто, гр	Кофейный напиток, грунто, гр	Какао-порошок, грунто, гр	Дрожжи, грунто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
43	Каша гречневая рассыпчатая					75										8															
13	Чай с сахаром														15												1				
86	Бутерброд с повидлом или джемом	25										10																			
	Итого	25	0	0	0	75	0	0	0	0	0	10	0	0	15	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
110	Салат из свеклы (моркови) с сыром								55,3							5										3					
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной							38	48							3						13			8						
81	Капуста тушеная с мясом			1,6					168						4	3,5						58									
ГП	Сок фруктовый									200																					
117	Гренки из пшеничного хлеба	23																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	23	50	1,6	0	0	0	38	271,3	200	0	0	0	0	4	6,5	5	0	0	0	0	71	0	0	8	3	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																															
49	Пудинг творожный с молоком сгущенным					15									15	5		18	35	171											
103	Винегрет овощной							24	92							5															
9	Компот из сухофруктов												18		13																
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)													60																	
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																			
	Итого	0	0	0	0	15	0	24	92	0	0	80	18	60	28	5	5	18	35	171	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	48	50	1,6	0	90	0	62	363,3	200	0	90	18	60	47	19,5	10	18	220	171	0	71	0	0	8	3	1	0	0	0	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 18

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витамин. брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) суше, брутто, гр	Кондитерские изд., брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
37	Омлет натуральный с маслом															3,5		87	81													
15	Какао с молоком														15				122											1,7		
3	Бутерброд с сыром	25																								13						
	Итого	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	3,5	0	87	203	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	1,7	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
38	Зеленый горошек консервированный отварной								60																							
139	Борщ сибирский						6	60,8							1,5	1,5		1,5														
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	10							5							3		3	10				34									
8	Картофельное пюре							111								5			20													
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	35	50	0	0	0	0	117	125,8	200	0	0	0	0	1,5	9,5	0	4,5	30	0	0	51	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
155	Икра кабачковая (промышленного производства)								100																							
58	Рыба, тушенная в томате с овощами								19							3								92								
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			38											9	4	1	6	14	26											1	
146	Компот из вишни											30			13																	
	Итого	40	0	38	0	0	0	0	119	0	0	110	0	0	22	7	1	6	14	26	0	0	0	92	0	0	0	0	0	0	1	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	100	50	38	0	0	0	117	244,8	200	0	110	0	0	38,5	20	1	97,5	432	26	0	51	0	92	0	13	0	0	1,7	1		

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 20

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изделия, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Завтрак																															
1	Суп молочный с крупой					11									5	2			162												
13	Чай с сахаром														15												1				
86	Бутерброд с повидлом или джемом	25										10																			
	Итого	25	0	0	0	11	0	0	0	0	0	10	0	0	20	2	0	0	162	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																		185												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
104	Салат картофельный с соевыми огурцами							25	30								6														
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							24	63							3						13									
96	Голубцы с мясом и рисом					5			68							3	3					37									
89	Соус сметанный натуральный			0,7												0,7										25					
120	Кисель из вишни				10							24			13																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																												
	Итого	25	50	0,7	10	5	0	49	161	0	0	24	0	0	13	6,7	9	0	0	0	0	50	0	0	33	0	0	0	0	0	0
Усиленный полдник																															
158	Салат из свеклы с чесноком								112,6								10														
113	Колбасные изделия отварные																				71										
42	Макаронные изделия отварные						43									5															
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																													
54	Компот из свежих фруктов										40			13																	
141	Пирожок печеный из дрожжевого теста с курагой			33								13		9	4	1	5,5	8													1
69	Яблоко, груша, банан или др.										80																				
	Итого	40	0	33	0	0	43	0	112,6	0	0	120	13	0	22	9	11	5,5	8	0	71	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																														
	Итого за день	90	50	33,7	10	16	43	49	273,6	0	0	154	13	0	55	17,7	20	5,5	355	0	71	50	0	0	33	0	1	0	0	1	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

День 19

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная, брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Крупы, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия, брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витаминизированные, брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изделия, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйца, брутто, гр	Молоко, к/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изделия, брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи, брутто, гр		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Завтрак																																
23	Каша вязкая ячневая молочная					23									5	2			136													
2	Кофейный напиток с молоком														15				122									4				
123	Бутерброд горячий с сыром	20																								12						
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	20	2	0	0	258	0	0	0	0	0	0	12	0	4	0	0	0	
2 завтрак																																
21	Кисломолочный напиток																		185													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																
56	Икра свекольная							56,5									5															
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы			8				35	19							2,6		2	12				25									
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	20							7																							
65	Каша рассыпчатая					52										4																
ГП	Сок фруктовый									200																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
	Итого	45	50	8	0	52	0	35	82,5	200	0	0	0	0	0	6,6	10	11	23	0	0	0	25	53	0	0	0	0	0	0	0	
Усиленный полдник																																
88	Салат из морской капусты							112									9															
142	Суфле из отварной говядины			1												2,5		10	12			55										
159	Картофель отварной							149								6																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40																														
13	Чай с сахаром														15													1				
22	Шанежка наливная			44											4,7	3	1	2,8	24						14							
69	Яблоко, груша, банан или др.											80																				
	Итого	40	0	45	0	0	0	149	112	0	0	80	0	0	19,7	11,5	10	12,8	36	0	0	55	0	0	14	0	1	0	0	0	1	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 6 гр.																															
	Итого за день	105	50	53	0	75	0	184	194,5	200	0	80	0	0	39,7	20,1	20	23,8	502	0	0	55	25	53	14	12	1	4	0	1		

	Хлеб пшеничный, брутто, гр	Хлеб ржаной, брутто, гр	Мука пшеничная , брутто, гр	Крахмал, брутто, гр	Круны, бобовые, брутто, гр	Макаронные изделия , брутто, гр	Картофель, нетто, гр*	Овощи, зелень, нетто, гр	Соки, брутто, гр	Напитки витамин.брутто, гр	Фрукты (плоды) свежие, нетто, гр	Фрукты (плоды) сухие, брутто, гр	Кондитерские изд, брутто, гр	Сахар, брутто, гр	Масло сливочное, брутто, гр	Масло растительное, брутто, гр	Яйцо, брутто, гр	Молоко, %/м продукты, брутто, гр	Творог, брутто, гр	Колбасные изд., брутто, гр	Мясо, нетто, гр*	Птица, нетто, гр*	Рыба, нетто, гр*	Сметана, брутто, гр	Сыр, брутто, гр	Чай, брутто, гр	Кофейный напиток, брутто, гр	Какао-порошок, брутто, гр	Дрожжи , брутто, гр
3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Итого за 20 дней	1639	1000	597,9	60	824,5	248	2805	4946,2	3000	20	2043,3	218	435	890,4	442,5	218,7	498	8405	843	142	1157	501	778	222	132	12	24	11,9	10
Среднее значение за 20 дней	81,9	50,0	29,9	3,0	41,2	12,4	140,3	247,3	150,0	1,0	102,2	10,9	21,8	44,5	22,1	10,9	24,9	420,3	42,2	7,1	57,9	25,1	38,9	11,1	6,6	0,6	1,2	0,6	0,5
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	80,0	50,0	29,0	3,0	43,0	12,0	140,0	260,0	150,0	0,0	100,0	11,0	20,0	47,0	21,0	11,0	24,0	450,0	40,0	7,0	55,0	24,0	37,0	11,0	6,4	0,6	1,2	0,6	0,5
Процент удовлетворения норм питания	102,4	100,0	103,1	100,0	95,9	103,3	100,2	95,1	100,0	0,0	102,2	99,1	108,8	94,7	105,4	99,4	103,8	93,4	105,4	101,4	105,2	104,4	105,1	100,9	103,1	100,0	100,0	99,2	100,0
Процент отклонения от рекомендуемых норм питания	2,4	0,0	3,1	0,0	-4,1	3,3	0,2	-4,9	0,0	-100,0	2,2	-0,9	8,8	-5,3	5,4	-0,6	3,8	-6,6	5,4	1,4	5,2	4,4	5,1	0,9	3,1	0,0	0,0	-0,8	0,0

День: (день 1)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
50	Каша рисовая молочная вязкая	180	5,39	6,01	28,15	187,00	1,77
15	Какао с молоком	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
123	Бутерброд горячий с сыром	56	5,85	3,74	21,27	147,00	0,08
	Итого	436	15,01	13,84	70,20	469,00	3,41
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
140	Сельдь с луком	30	2,65	3,25	0,45	57,99	0,51
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	7,03	5,73	5,11	99,98	0,58
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
9	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	21,00	88,00	0,36
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	680	18,79	18,91	83,68	601,15	17,12
Уплотненный полдник							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	8,01	8,29	34,86	251,25	0,08
103	Винегрет овощной	120	2,10	8,24	10,02	124,00	10,92
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	650	15,38	19,28	123,75	729,77	23,00
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		54,40	57,79	284,83	1906,12	44,79
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		100,74	96,32	109,13	105,90	89,58

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 3)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
23	Каша вязкая ячневая молочная	180	6,07	6,08	26,19	182,00	1,77
76	Чай с молоком (с сахаром)	200	2,25	2,56	18,73	107,00	1,04
16	Бутерброд с маслом	57	3,77	5,77	26,98	171,34	0,00
	Итого	437	12,09	14,41	71,90	460,34	2,81
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
116	Кукуруза с яйцом и луком	60	5,27	7,16	21,07	169,33	1,07
143	Свекольник с мясом птицы, со сметаной	200	7,16	7,16	10,52	150,67	7,01
62	Плов с птицей	180	10,41	8,52	10,36	267,43	1,86
54	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	16,89	71,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	690	25,80	23,60	83,54	774,43	13,94
Уплотненный полдник							
152	Маринад овощной с томатом	120	1,88	12,00	12,40	173,36	5,36
44	Рыба, запеченная в омлете	80	11,43	2,98	1,25	76,00	0,30
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
17	Коржик молочный	70	4,11	6,85	38,63	250,00	0,09
	Итого	590	21,34	22,78	99,63	723,36	17,75
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		64,45	66,55	262,27	2064,33	35,76
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		119,35	110,92	100,49	114,69	71,52

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 2)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
130	Каша "Янтарная"	180	7,51	11,38	34,92	272,16	2,66
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,22	4,30	21,10	136,00	1,59
86	Бутерброд с повидлом или джемом	70	3,90	0,40	38,36	170,00	0,04
	Итого	450	15,63	16,08	94,38	578,16	4,29
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
109	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	60	1,46	3,08	4,29	50,00	5,80
116	Суп картофельный, с мясом	200	4,52	3,69	12,44	112,00	9,27
121	Печень по-строгановски	70	9,44	8,55	2,11	126,00	9,39
161	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,01	10,50
120	Кисель из смородины	200	0,25	0,10	22,68	96,00	48,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	730	21,52	21,26	84,28	642,01	82,96
Уплотненный полдник							
156	Салат картофельный с зеленым горошком	120	3,68	13,66	12,98	192,00	16,20
81	Капуста тушеная с мясом	180	11,06	8,37	9,96	167,14	23,32
9	Компот из чернослива	200	0,41	0,00	23,37	96,00	0,54
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
28	Ватрушка створогом из дрожжевого теста	70	9,09	4,94	30,40	215,00	0,30
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
	Итого	690	27,76	27,69	103,83	802,14	48,36
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		70,13	70,79	289,69	2128,51	136,87
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		129,87	117,98	110,99	118,25	273,74

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 4)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
122	Каша гречневая вязкая	180	8,40	7,90	30,44	225,60	1,19
15	Какао с молоком (со сгущенным)	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
3А	Бутерброд с маслом и сыром	66	5,06	7,02	14,61	144,00	0,19
	Итого	446	17,23	19,01	65,83	504,60	2,94
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
41	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,84	4,64	46,80	5,76
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
35	Гуляш	70	3,75	4,75	1,54	103,00	0,50
42	Макаронные изделия отварные	130	4,70	4,18	27,54	159,47	0,00
120,00	Кисель из вишни	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	15,75	17,80	89,68	633,38	18,23
Уплотненный полдник							
153	Салат из моркови с чесноком	120	1,17	8,43	5,27	93,33	3,53
27	Рагу из овощей	230	3,84	6,18	17,25	163,00	10,76
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
22	Шанежка наливная	70	5,79	7,47	31,12	229,00	0,42
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
	Итого	740	14,72	23,03	100,99	709,33	26,71
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		52,92	65,60	263,70	1953,51	49,14
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		98,00	109,33	101,03	108,53	98,28

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 5)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,52	5,29	21,44	154,80	0,90
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,22	4,30	21,10	136,00	1,59
86	Бутерброд с повидлом или джемом	70	3,90	0,40	38,36	170,00	0,04
	Итого	450	13,64	9,99	80,90	460,80	2,53
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
97	Салат из кукурузы с луком репчатым	60	1,16	6,20	5,98	84,00	3,20
67	Суп с рыбными консервами (Суп-уха)	200	11,68	5,05	10,14	146,25	7,50
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	70	6,41	5,35	3,94	94,86	0,21
162	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
54	Компот из изюма	200	0,32	0,00	24,85	99,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	25,00	21,73	85,27	663,18	20,01
Уплотненный полдник							
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным (Сырники с молоком сгущ.)	195	31,76	20,61	34,03	467,00	0,51
101	Салат из свеклы с изюмом	120	1,67	6,62	12,47	116,18	4,98
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	655	35,10	29,35	100,83	812,30	13,49
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		78,96	66,83	274,20	2042,48	37,29
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		146,22	111,38	105,06	113,47	74,58

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 6)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
68	Каша пшеничная молочная вязкая	180	6,27	6,03	26,84	185,00	1,75
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
3	Бутерброд с сыром	62	6,90	4,44	26,55	178,00	0,08
	Итого	442	13,17	10,47	68,36	424,00	1,83
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
140	Сельдь с луком	30	2,65	3,25	0,45	57,99	0,51
30	Суп- лапша домашняя с птицей	200	7,22	4,77	11,75	119,00	0,55
147	Курица в соусе с томатом	70	11,06	8,37	9,96	167,14	23,32
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
54	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	16,89	71,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	680	26,52	21,68	79,41	654,20	37,48
Уплотненный полдник							
94	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным	235	32,30	21,53	47,44	533,00	1,50
144	Салат из моркови с курагой	120	1,92	0,12	18,12	81,60	4,32
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	Итого	635	34,94	22,20	93,63	744,20	17,82
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		79,85	60,11	248,60	1928,60	58,39
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		147,87	100,18	95,25	107,14	116,78

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 7)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	180	5,22	6,65	19,94	161,00	1,05
15	Какао с молоком	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
16	Бутерброд с маслом	57	3,77	5,77	26,98	171,34	0,00
	Итого	437	12,76	16,51	67,70	467,34	2,61
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
97	Салат из зеленого горошка с луком репчатым	60	1,56	6,12	3,80	76,00	5,60
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной	200	4,63	6,24	7,79	113,33	9,67
4	Азу	200	9,87	13,08	23,48	261,33	13,76
120	Кисель из смородины	200	0,25	0,10	22,68	96,00	48,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	19,11	26,14	82,45	662,66	77,03
Уплотненный полдник							
127	Оладьи с джемом или повидлом	100	6,74	6,70	44,58	247,00	0,68
100/1	Салат из моркови и яблок	120	1,80	0,24	26,04	114,00	3,96
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
31	Чай с лимоном	200	0,05	0,00	15,12	63,00	2,00
	Итого	540	12,11	7,66	112,86	556,00	14,64
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		49,20	56,07	270,21	1792,20	95,54
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		91,11	93,45	103,53	99,57	191,08

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
14	Каша "Дружба"	180	6,44	6,43	30,62	205,00	1,77
2	Кофейный напиток с молоком (сгущенным)	200	4,22	4,30	21,10	136,00	1,59
86	Бутерброд с повидлом или джемом	70	3,90	0,40	38,36	170,00	0,04
	Итого	450	14,56	11,13	90,08	511,00	3,40
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
107	Салат из моркови с чесноком	60	0,69	5,05	3,16	56,00	2,12
18	Суп "Шахтерский" с мясом	200	4,15	6,04	19,67	144,00	7,87
81	Капуста тушеная с мясом	180	3,05	6,43	12,48	127,20	16,25
9	Компот из сухофруктов	200	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	690	12,69	18,37	72,06	502,20	26,24
Уплотненный полдник							
138	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	250	14,84	6,63	72,00	196,25	16,36
155	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,73	7,73	78,00	9,60
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем	70	4,62	5,08	24,72	175,00	4,07
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	740	24,58	17,39	151,80	673,25	42,03
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		57,05	52,65	321,14	1792,65	72,93
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		105,65	87,75	123,04	99,59	145,86

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 9)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
32	Каша манная молочная вязкая	180	5,60	6,70	22,60	172,80	1,80
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
16	Бутерброд с маслом (горячий)	57	3,77	5,77	26,98	171,34	0,00
	Итого	437	9,37	12,47	64,55	405,14	1,80
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
106	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	4,54	4,55	65,00	4,50
69	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы	200	6,34	4,12	17,51	118,87	4,83
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	7,80	4,36	28,33	114,00	0,41
65	Каша рассыпчатая (Рис отварной с овощами)	160	4,80	6,83	23,36	280,53	0,00
89	Соус сметанный натуральный	25	0,67	7,72	1,92	78,33	0,10
9	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	21,00	88,00	0,36
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	775	23,64	28,17	121,37	860,73	10,20
Уплотненный полдник							
118	Вареники ленивые с маслом сливочным	155	19,05	23,95	40,28	456,00	0,28
100/1	Салат из моркови и яблок	120	1,80	0,24	26,04	114,00	3,96
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	615	22,92	26,54	125,91	830,12	16,24
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		61,15	72,94	319,03	2202,19	29,50
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		113,24	121,57	122,23	122,34	59,00

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
130	Каша "Янтарная"	180	7,51	11,38	34,92	272,16	2,66
15	Какао с молоком	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
3	Бутерброд с сыром	62	6,90	4,44	26,55	178,00	0,08
	Итого	442	18,18	19,91	82,25	585,16	4,30
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
116	Кукуруза с яйцом и луком	60	5,27	7,16	21,07	169,33	1,07
143	Свекольник с мясом птицы и со сметаной	200	7,16	7,16	10,52	150,67	7,01
146	Кнели из кур с рисом	70	12,09	12,30	5,20	179,00	0,70
42	Макаронные изделия отварные	130	4,70	4,18	27,54	159,47	0,00
151	Напиток клюквенный	200	0,09	0,00	15,40	64,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	32,11	31,40	104,43	838,47	11,78
Уплотненный полдник							
163	Омлет натуральный с маслом	165	12,90	13,85	0,03	191,40	1,05
157	Зеленый горошек консервированный отварной	100	5,00	0,20	8,30	55,00	10,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
ГП	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
74	Пирог "Королевский"	100	12,75	15,38	24,55	297,50	0,45
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	610	34,32	30,19	77,46	747,90	22,20
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		89,83	87,26	271,34	2277,73	39,54
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		166,35	145,43	103,96	126,54	79,08

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 11)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
133	Суп молочный с клецками	180	4,28	6,14	15,70	134,40	0,58
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,22	4,30	21,10	136,00	1,59
3А	Бутерброд с маслом и сыром	66	5,06	7,02	14,61	144,00	0,19
	Итого	446	13,56	17,46	51,41	414,40	2,36
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
106	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	4,54	4,55	65,00	4,50
60	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42
134	Тефтели рыбные	70	8,73	5,69	9,19	118,09	1,35
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
9	Компот из изюма	200	0,32	0,00	24,85	99,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	20,51	19,60	90,57	654,96	23,37
Уплотненный полдник							
88	Салат из моркови с чесноком	120	1,17	8,43	5,27	93,33	3,53
61	Плов с мясом	200	19,08	17,67	33,83	366,90	2,69
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
111	Крендель сахарный	70	7,32	5,03	23,78	180,83	0,34
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
	Итого	710	31,49	32,08	110,23	865,06	18,56
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		70,78	74,90	259,41	2040,62	45,55
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		131,07	124,83	99,39	113,37	91,10

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 12)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
50	Каша рисовая молочная вязкая	180	5,39	6,01	28,15	187,00	1,77
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	57	3,77	5,77	26,98	171,34	0,00
	Итого	437	9,16	11,78	70,10	419,34	1,77
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
82	Икра свекольная с морковью	60	1,54	4,55	7,38	81,00	8,66
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
19	Жаркое по-домашнему	200	9,32	10,07	18,95	212,00	10,45
9	Компот из кураги	200	0,94	0,00	22,87	94,00	0,72
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	17,88	20,02	90,66	619,11	26,40
Уплотненный полдник							
135	Суфле из кур с рисом	42	5,56	4,65	2,02	77,34	0,19
156	Салат картофельный с зеленым горошком	120	3,68	13,66	12,98	192,00	16,20
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
ГП	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
75	Творожники песочные (сочень)	70	6,30	7,93	21,35	216,18	0,13
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	552	19,46	27,19	83,70	709,52	28,52
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		51,72	64,75	251,66	1854,17	57,95
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		95,78	107,92	96,42	103,01	115,90

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 13)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
136	Каша манная молочная жидкая с изюмом	180	5,73	4,85	42,30	234,00	1,29
15	Какао с молоком	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
3	Бутерброд с сыром	62	6,90	4,44	26,55	178,00	0,08
	Итого	442	16,40	13,38	89,63	547,00	2,93
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
12	Маринад овощной с томатом	60	0,93	6,03	6,20	86,67	2,69
70	Свекольник, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
80	Бефстроганов	90	17,49	16,33	2,32	225,00	0,34
65	Каша рассыпчатая	160	4,80	6,83	23,36	280,53	0,00
120	Кисель из вишни	200	0,20	0,05	23,47	97,00	3,60
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	760	29,60	35,04	91,08	921,31	14,60
Уплотненный полдник							
145	Запеканка из творога с молоком сгущенным	195	31,76	20,61	34,03	467,00	0,51
26	Салат из яблок с черносливом	120	1,14	0,54	34,92	149,16	8,78
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	655	34,57	23,27	123,28	845,28	17,29
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		85,79	77,45	311,19	2419,79	36,08
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		158,87	129,08	119,23	134,43	72,16

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 14)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	180	5,22	6,65	19,94	161,00	1,05
2	Кофейный напиток с молоком (со сгущ. молоком)	200	4,22	4,30	21,10	136,00	1,59
86	Бутерброд с повидлом или джемом	70	3,90	0,40	38,36	170,00	0,04
	Итого	450	13,34	11,35	79,40	467,00	2,68
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
107	Салат из моркови с чесноком	60	0,69	5,05	3,16	56,00	2,12
46	Суп "Харчо", с мясом и со сметаной	200	3,33	4,64	15,70	115,15	6,30
234	Печень, тушеная в соусе	90	13,92	10,72	8,88	195,21	12,25
42	Макаронные изделия отварные	130	4,70	4,18	27,54	159,47	0,00
ГП	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	21,00	88,00	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	755	27,84	25,44	113,03	788,83	21,03
Уплотненный полдник							
155	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,73	7,73	78,00	9,60
125	Зразы рубленые с яйцом	80	9,82	9,61	1,47	131,43	1,29
59	Рис отварной с овощами	150	3,86	7,00	25,60	212,00	5,95
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
9	Сок фруктовый	125	0,15	0,04	17,46	72,00	2,70
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	485	16,04	16,90	85,30	543,95	21,59
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		62,44	59,45	284,93	1905,98	46,56
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		115,63	99,08	109,17	105,89	93,12

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 15)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
45	Каша пшеничная молочная вязкая	180	7,00	6,73	29,78	206,00	1,78
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
123	Бутерброд горячий с сыром	56	5,85	3,74	21,27	147,00	0,08
	Итого	436	12,85	10,47	66,02	414,00	1,86
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
51	Икра морковная	60	0,93	4,88	5,53	70,00	2,20
53	Солянка сборная мясная со сметаной	200	5,40	6,91	10,21	119,00	4,80
62	Плов с птицей	180	10,41	8,52	10,36	267,43	1,86
151	Напиток клюквенный	200	0,09	0,00	15,40	64,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	690	19,63	20,91	66,20	636,43	11,86
Уплотненный полдник							
160	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	120	2,92	6,16	8,58	100,00	11,60
58	Рыба, тушеная в томате с овощами (Рыба , тушеная в сметанном соусе)	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16
161	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,01	10,50
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
31	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	70	5,52	4,05	38,04	226,00	0,26
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	665	24,73	20,78	106,85	744,57	34,22
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		62,43	57,92	246,27	1901,20	49,20
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		115,61	96,53	94,36	105,62	98,40

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 16)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	180	5,38	6,90	22,30	173,00	1,77
15	Какао с молоком	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
16	Бутерброд с маслом	57	3,03	5,63	21,78	146,34	0,00
	Итого	437	12,18	16,62	64,86	454,34	3,33
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
116	Кукуруза с яйцом и луком	60	5,27	7,16	21,08	169,33	1,07
52	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	200	7,30	4,46	20,07	146,00	6,57
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	70	11,22	9,36	6,90	166,00	0,37
59	Рис отварной с овощами	150	3,86	7,00	25,60	212,00	5,95
120	Кисель из ягод	200	0,25	0,10	22,68	96,00	48,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	730	30,70	28,68	121,03	905,33	61,96
Уплотненный полдник							
99	Овощи натуральные соленые (или свежие)	100	0,80	0,11	2,51	14,00	10,00
98	Суфле рыбное	80	9,58	12,16	8,06	179,89	0,05
162	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
	Итого	710	18,30	20,03	102,24	659,42	18,05
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		66,40	71,09	295,33	2125,29	84,60
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		122,96	118,48	113,15	118,07	169,20

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 17)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	180	5,22	6,65	19,94	161,00	1,05
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
86	Бутерброд с повидлом или джемом	70	3,90	0,40	38,36	170,00	0,04
	Итого	450	9,12	7,05	73,27	392,00	1,09
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
110	Салат из свеклы (моркови) с сыром	60	1,93	3,89	5,37	65,33	4,92
59	Суп из овощей с мясом и со сметаной	200	4,63	6,24	7,79	113,33	9,67
81	Капуста тушеная с мясом	180	3,05	6,43	12,48	127,20	16,25
9	Компот из сухофруктов	200	0,33	0,00	16,67	70,00	0,30
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	690	12,74	17,16	67,01	491,86	31,14
Уплотненный полдник							
55	Сырники из творога с молоком сгущенным	160	24,98	19,42	47,37	482,00	0,43
100/1	Салат из моркови и яблок	120	1,80	0,24	26,04	114,00	3,96
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	60	1,35	1,80	31,52	130,52	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	545	28,72	21,93	126,42	826,22	15,09
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		55,80	51,90	273,90	1816,28	48,58
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		103,33	86,50	104,94	100,90	97,16

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 18)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
26	Каша "Рябчик"	180	6,55	6,47	28,90	199,00	1,77
15	Какао с молоком	200	3,77	4,09	20,78	135,00	1,56
3	Бутерброд с сыром	62	6,90	4,44	26,55	178,00	0,08
	Итого	442	17,22	15,00	76,23	512,00	3,41
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
97	Салат из зеленого горошка с луком репчатым	60	1,56	6,12	3,80	76,00	5,60
139	Борщ сибирский	200	8,23	5,37	12,28	145,33	7,83
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	7,03	5,73	5,11	99,98	0,58
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
149	Компот из вишни	200	0,24	0,06	16,15	68,00	4,50
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	22,49	22,41	77,70	628,38	27,61
Уплотненный полдник							
103	Винегрет овощной	120	2,10	8,24	10,02	124,00	10,92
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	9,09	4,94	30,40	215,00	0,30
ГП	Сок фруктовый	125	0,27	0,15	13,65	62,10	2,70
	Итого	515	24,43	18,51	82,59	615,56	23,08
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		69,36	61,68	243,72	1862,14	55,36
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		128,44	102,80	93,38	103,45	110,72

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 20)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	180	5,22	6,65	19,94	161,00	1,05
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	61,00	0,00
86	Бутерброд с повидлом или джемом	70	3,90	0,40	38,26	170,00	0,04
	Итого	450	9,12	7,05	73,17	392,00	1,09
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
99	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,07	1,51	8,40	6,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
71	Голубцы ленивые	70	5,75	4,45	4,19	79,63	8,72
8	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
89	Соус сметанный натуральный	25	0,67	7,72	1,92	78,33	0,10
120	Кисель из вишни	200	0,20	0,05	23,47	97,00	3,60
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	735	15,91	22,62	82,48	618,54	35,49
Уплотненный полдник							
158	Салат из свеклы с чесноком	120	1,66	9,08	9,10	130,00	9,00
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	8,01	8,29	34,86	251,25	0,08
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
54	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	16,89	71,00	4,00
141	Пирожок печеный из дрожжевого теста с курагой	70	4,91	4,04	32,92	203,00	0,62
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	660	18,26	22,29	120,89	787,25	21,70
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		48,51	57,72	283,74	1903,99	59,54
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		89,83	96,20	108,71	105,78	119,08

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: (день 19)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
23	Каша вязкая ячневая молочная	180	6,07	6,08	26,19	182,00	1,77
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,22	4,30	21,10	136,00	1,59
3	Бутерброд с маслом и сыром	66	5,06	7,02	14,61	144,00	0,19
	Итого	446	15,35	17,40	61,90	462,00	3,55
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
Обед							
56	Икра свекольная	60	1,05	4,84	6,05	73,33	6,40
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	200	4,12	5,63	15,13	139,60	4,24
33	Котлеты куриные	70	11,22	9,36	6,90	166,00	0,37
63	Горошница	150	12,00	4,71	30,75	238,50	0,00
9	Компот из сухофруктов	200	0,94	0,00	22,87	94,00	0,72
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	730	32,13	25,14	106,40	827,43	11,73
Уплотненный полдник							
152	Маринад овощной с томатом	120	1,88	12,00	12,40	173,36	5,36
37	Омлет натуральный с маслом	150	11,73	12,59	0,03	174,00	0,95
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	0,00
31	Чай с лимоном	200	0,05	0,00	15,12	63,00	2,00
78	Булочка домашняя	70	3,71	36,20	219,00	0,26	0,42
69	Яблоко, груша, банан или др.	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
	Итого	660	20,89	61,51	273,67	542,62	16,73
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		73,59	109,81	449,17	1938,25	33,27
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		136,28	183,02	172,10	107,68	66,54

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 3-7 лет

	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
	Б	Ж	У		
Итого за 20 дней	1304,76	1343,26	5704,33	39856,03	1116,44
Итого за 1 дней	65,24	67,16	285,22	1992,80	55,82
Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
Процент удовлетворения суточной потребности	120,81	111,94	109,28	110,71	111,64

81	92,5714
79	90,2857
116	132,571
106	121,143
95	108,571
5	5,71429
9	10,2857
2	2,28571
4	4,57143
150	220
6	8,8
60	88
6	8,8
8	11,7333
16	23,4667
11	16,1333
11	16,1333
4	5,86667
60	88
180	264
180	264
3	4,4
140	205,333
2	2,93333
2	2,93333
2	2,93333
27	39,6
20	29,3333
	0

0,56	0,14	5,25	26,6
0,64	0,16	6,00	30,40

$$\frac{26,6}{30,40}$$