



Утверждаю:  
заведующий МКДОУ  
«ЦРР-детский сад №22»  
М.Ф.Швоева

Меню - раскладка  
для организации горячего питания детей от 1,5 лет до 3 лет; от 3 лет до 7 лет в  
МКДОУ «ЦРР-детский сад №22» Левокумского муниципального округа Ставропольского края  
на 2023-2024 уч.год

с.Левокумское

## 1 день ( сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Омлет натуральный	1/65/5	5,75	10,29	1,15	120,0	0	0	0	0,4	22,2	11,3	91,1	2,4	215	2011
Икра кабачковая	1/40	0,56	1,92	2,04	19,87	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44		
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	0	0	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
<b>Итого</b>		<b>7,6</b>	<b>12,37</b>	<b>21,14</b>	<b>217,84</b>	<b>0</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>23,1</b>	<b>19,3</b>	<b>92,8</b>	<b>2,6</b>		
Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/180	5,31	4,14	12,35	108,00	0,08	19,74	-	-	22,41	18,61	55,3	0,84	77	2011
Котлета из говядины	1/70	8,46	9,29	7,53	147,88	0,1	6	0,2	0,4	21	56,7	54	0,9	282	2011
Капуста тушеная	1/130	4,94	4,28	31,86	186,0	0,13	0	40	0	36,66	36,1	156	2,65	165	2011
Кисель из сока фруктового	1/180	0,57	0,06	30,2	123,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>23,63</b>	<b>18,43</b>	<b>106,63</b>	<b>688,48</b>	<b>0,38</b>	<b>42,11</b>	<b>0,67</b>	<b>1,61</b>	<b>99,83</b>	<b>153,91</b>	<b>181,25</b>	<b>5,46</b>		
Кофейный напиток с молоком	1/180	3,16	0,08	19,32	94,0	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8	395	2011
Булочка школьная	1/30	2,51	0,96	16,79	89,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	472	2011
<b>Итого</b>		<b>5,67</b>	<b>1,04</b>	<b>36,11</b>	<b>183,0</b>	<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>2,31</b>	<b>0,79</b>	<b>27,7</b>	<b>20,2</b>	<b>71,8</b>	<b>1,49</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>36,9</b>	<b>31,84</b>	<b>163,88</b>	<b>1089,32</b>	<b>0,53</b>	<b>42,14</b>	<b>2,98</b>	<b>2,8</b>	<b>150,63</b>	<b>193,41</b>	<b>345,85</b>	<b>9,55</b>		

1 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Омлет натуральный	1/65/5	5,75	10,29	1,15	120,0	0	0	0	0,4	22,2	11,3	91,1	2,4	215	2011
Икра кабачковая	1/40	0,56	1,92	2,04	19,87	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44		
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>7,57</b>	<b>12,36</b>	<b>18,14</b>	<b>205,84</b>	<b>0</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>22,9</b>	<b>18,3</b>	<b>92,7</b>	<b>2,59</b>		
Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/150	3,98	3,11	9,27	81,00	0,03	19,74	-	-	18,67	15,51	46,08	0,7	77	2011
Котлета из говядины	1/50	5,88	6,6	4,86	102,5	0,1	6	0,2	0,4	21	31,67	54	0,9	282	2011
Капуста тушеная	1/100	1,98	3,71	9,49	79,0	0,13	0	40	0	36,66	36,1	156	2,65	165	2011
Кисель из сока фруктового	1/150	0,43	0,04	22,88	93,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>16,62</b>	<b>14,12</b>	<b>66,33</b>	<b>479,1</b>	<b>0,33</b>	<b>42,11</b>	<b>0,67</b>	<b>1,61</b>	<b>99,83</b>	<b>153,91</b>	<b>181,25</b>	<b>5,46</b>		
Кофейный напиток с молоком	1/150	3,16	0,08	19,32	94,0	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8	395	2011
Булочка школьная	1/30	2,51	0,96	16,79	89,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	472	2011
<b>Итого</b>		<b>5,67</b>	<b>1,04</b>	<b>36,11</b>	<b>183,0</b>	<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>2,31</b>	<b>0,79</b>	<b>27,7</b>	<b>20,2</b>	<b>71,8</b>	<b>1,49</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>29,86</b>	<b>27,52</b>	<b>120,58</b>	<b>867,94</b>	<b>0,48</b>	<b>42,14</b>	<b>2,98</b>	<b>2,8</b>	<b>150,63</b>	<b>193,41</b>	<b>345,85</b>	<b>9,55</b>		

## 2 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Запеканка из творога с молочным соусом	100/30	17,76	12,10	18,37	253,0	0,04	0,12	0,35	2,06	11,1	73,7	105,2	0,35	237	2011
Чай с лимоном	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	393	2011
<b>Итого</b>		<b>17,82</b>	<b>12,12</b>	<b>28,36</b>	<b>293,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,15</b>	<b>0,35</b>	<b>2,06</b>	<b>12,0</b>	<b>81,7</b>	<b>106,9</b>	<b>0,55</b>		
Щи из свежей капусты, картофеля и сметаны	1/180/5	1,39	3,9	6,8	67,8	0,04	13,29	-	0,87	16,02	14,33	34,29	0,57	67	2011
Жаркое по - домашнему	1/150	27,53	7,47	21,95	240,91	0,1	6	0,2	0,4	21	56,7	54	0,9	276	2011
Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>19,2</b>	<b>18,05</b>	<b>96,71</b>	<b>627,38</b>	<b>0,31</b>	<b>19,29</b>	<b>0,49</b>	<b>2,48</b>	<b>74,04</b>	<b>115,83</b>	<b>168,44</b>	<b>5,34</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Печенье пром .произв.	1/шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>2,76</b>	<b>1,67</b>	<b>28,29</b>	<b>237,14</b>	<b>-</b>	<b>2,3</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>20</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,78</b>	<b>31,84</b>	<b>153,36</b>	<b>1157,52</b>	<b>0,34</b>	<b>21,79</b>	<b>1,63</b>	<b>19,04</b>	<b>106,04</b>	<b>242,53</b>	<b>277,73</b>	<b>6,09</b>		

## 2 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Запеканка из творога с молочным соусом	50/15	8,88	6,05	9,19	127,0	0,03	0,12	0,35	2,06	11,1	73,7	105,2	0,35	237	2011
Чай с лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	393	2011
<b>Итого</b>		<b>8,92</b>	<b>6,06</b>	<b>13,18</b>	<b>155,0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,15</b>	<b>0,35</b>	<b>2,06</b>	<b>11,8</b>	<b>80,7</b>	<b>106,8</b>	<b>0,54</b>		
Щи из свежей капусты, картофеля и сметаны	1/150/5	1,04	2,93	5,09	50,85	0,03	11,08	-	0,72	13,35	11,76	28,57	0,48	67	2011
Жаркое по - домашнему	1/100	2080	5,33	18,50	180,68	0,1	6	0,2	0,4	21	31,67	54	0,9	276	2011
Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,33	0,02	20,83	84,75	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>17,28</b>	<b>14,57</b>	<b>82,72</b>	<b>532,1</b>	<b>0,4</b>	<b>16,08</b>	<b>0,67</b>	<b>2,73</b>	<b>57,37</b>	<b>77,23</b>	<b>144,72</b>	<b>5,15</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Печенье пром. л.оизв.	1/шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>2,74</b>	<b>1,66</b>	<b>25,29</b>	<b>225,14</b>	<b>-</b>	<b>2,34</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>20</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,19</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>28,94</b>	<b>22,29</b>	<b>121,19</b>	<b>912,24</b>	<b>0,43</b>	<b>18,57</b>	<b>1,81</b>	<b>19,29</b>	<b>89,17</b>	<b>202,93</b>	<b>253,91</b>	<b>5,88</b>		

## 3 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша вязкая молочная овсяная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,0	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с лимоном	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	393	2011
<b>Итого</b>		<b>5,55</b>	<b>5,02</b>	<b>47,27</b>	<b>255,97</b>	<b>0,11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>3,75</b>	<b>64,5</b>	<b>60,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1,5</b>		
Суп-лапша домашняя	1/180	1,77	4,05	9,54	81,8	0,04	0,4	0	0	21,3	14,33	21,31	0,43	86	2011
Птица отварная	1/70	14,96	11,66	0,96	168,62	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	300	2011
Рис припущенный	1/130	3,64	4,3	36,37	199,95	0	0	0	0,3	27,9	8,9	80,8	0,5	316	2011
Салат из свеклы	1/50	0,71	3,04	4,18	46,95	0,3	16,37	0	0,4	40,4	55,8	19,7	0,75	33	2011
Компот из свежих фруктов	1/180	0,14	0,12	21,49	87,84	0	0,03	0	0	104	11,1	2,8	0,28	373	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>25,57</b>	<b>23,83</b>	<b>97,23</b>	<b>708,16</b>	<b>0,31</b>	<b>10,03</b>	<b>0,77</b>	<b>4,41</b>	<b>199,12</b>	<b>100,53</b>	<b>214,76</b>	<b>5,08</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	0	0	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Вафли пром. производства	1 шт	3,92	2,97	20,43	120,0	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>3,98</b>	<b>2,99</b>	<b>30,42</b>	<b>160,0</b>	<b>0</b>	<b>2,34</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>11,9</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>35,1</b>	<b>31,84</b>	<b>174,92</b>	<b>1124,13</b>	<b>0,42</b>	<b>12,9</b>	<b>1,6</b>	<b>22,66</b>	<b>275,52</b>	<b>207,33</b>	<b>482,25</b>	<b>7,48</b>		

## 3 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша вязкая молочная овсяная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,0	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	393	2011
<b>Итого</b>		<b>5,53</b>	<b>5,01</b>	<b>44,27</b>	<b>243,97</b>	<b>0,11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>3,75</b>	<b>64,5</b>	<b>60,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1,49</b>		
Суп-лапша домашняя	1/150	1,33	3,04	7,15	61,35	0,03	0,3	0	0	17,49	11,76	17,49	0,35	86	2011
Птица отварная	1/50	10,7	9,5	0,7	131,0	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	300	2011
Рис припущенный	1/100	2,43	2,9	24,44	133,3	0	0	0	0,3	27,9	8,9	80,8	0,5	316	2011
Салат из свеклы	1/50	0,71	3,04	4,18	46,95	0,3	16,37	0	0,4	40,4	55,8	19,7	0,75	33	2011
Компот из свежих фруктов	1/150	0,12	0,12	17,91	73,2	0	0,03	0	0	104	11,1	2,8	0,28	373	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>19,64</b>	<b>19,26</b>	<b>79,07</b>	<b>568,83</b>	<b>0,31</b>	<b>10,03</b>	<b>0,77</b>	<b>4,41</b>	<b>195,31</b>	<b>97,96</b>	<b>210,94</b>	<b>5,0</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Пряник пром. производства	1 шт	3,92	2,97	20,43	120,0	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>3,96</b>	<b>2,98</b>	<b>27,42</b>	<b>148,0</b>	<b>0</b>	<b>2,34</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>11,7</b>	<b>45</b>	<b>2,29</b>	<b>0,19</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>29,13</b>	<b>27,25</b>	<b>150,76</b>	<b>960,8</b>	<b>0,42</b>	<b>12,9</b>	<b>1,6</b>	<b>22,66</b>	<b>271,51</b>	<b>203,76</b>	<b>478,33</b>	<b>6,68</b>		

## 4 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Макароны отварные	1/130	7,57	4,63	36,31	278,0	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	205	2011
Икра кабачковая	1/40	0,56	1,92	2,04	19,87	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44		
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
<b>Итого</b>		<b>9,41</b>	<b>6,71</b>	<b>56,3</b>	<b>375,84</b>	<b>0,13</b>	<b>2,83</b>	<b>0,04</b>	<b>0,85</b>	<b>28,3</b>	<b>80,3</b>	<b>96,6</b>	<b>1,94</b>		
Борщ с капустой и картофелем	1/180	1,61	4,37	11,32	91,11	0,02	2,53	0	0	19,34	27,9	36,6	0,6	57	2011
Рагу из птицы	1/70/130	16,84	20,36	23,0	342,6	0,25	19,6	10,3	4,7	30,6	38,8	83,7	2,1	289	2005
Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>23,2</b>	<b>25,41</b>	<b>84,0</b>	<b>658,41</b>	<b>0,89</b>	<b>22,13</b>	<b>10,77</b>	<b>5,51</b>	<b>65,96</b>	<b>89,5</b>	<b>146,45</b>	<b>5,67</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Выпечка пром. производства	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>3,81</b>	<b>1,67</b>	<b>31,82</b>	<b>219,0</b>	<b>0</b>	<b>2,39</b>	<b>0,8</b>	<b>14,9</b>	<b>12,2</b>	<b>45,6</b>	<b>2,49</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>36,42</b>	<b>33,79</b>	<b>172,12</b>	<b>1253,25</b>	<b>1,02</b>	<b>27,35</b>	<b>11,61</b>	<b>21,26</b>	<b>106,46</b>	<b>215,4</b>	<b>245,54</b>	<b>7,81</b>		



4 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Макароны отварные	1/100	5,68	4,36	27,25	171,0	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	165	2011
Икра кабачковая	1/40	0,56	1,92	2,04	19,87	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44		
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>7,5</b>	<b>6,43</b>	<b>44,24</b>	<b>256,84</b>	<b>0,13</b>	<b>2,83</b>	<b>0,04</b>	<b>0,85</b>	<b>28,1</b>	<b>79,3</b>	<b>96,5</b>	<b>1,93</b>		
Борщ с капустой и картофелем	1/150	1,09	2,95	7,65	61,5	0,02	2,53	0	0	19,34	27,9	36,6	0,6	57	2011
Рагу из птицы	1/50/100	13,4	16,2	18,3	272,6	0,25	19,6	10,3	4,7	30,6	38,8	83,7	2,1	289	2005
Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,33	0,02	20,83	84,75	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>19,17</b>	<b>19,83</b>	<b>71,47</b>	<b>541,85</b>	<b>0,44</b>	<b>22,13</b>	<b>10,77</b>	<b>5,51</b>	<b>65,96</b>	<b>89,5</b>	<b>146,45</b>	<b>5,67</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Выпечка пром. производства	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>3,81</b>	<b>1,67</b>	<b>31,82</b>	<b>219,0</b>	<b>0</b>	<b>2,39</b>	<b>0,8</b>	<b>14,9</b>	<b>12,2</b>	<b>45,6</b>	<b>2,49</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>30,48</b>	<b>27,93</b>	<b>147,53</b>	<b>1017,69</b>	<b>0,57</b>	<b>27,35</b>	<b>11,61</b>	<b>21,26</b>	<b>99,46</b>	<b>215,4</b>	<b>245,54</b>	<b>7,81</b>		

## 5 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи с повидлом	1/120/20	9,84	3,07	52,30	276,22	0,11	0,88	20	5	19,4	22,7	62,7	1,2	448/449	2011
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	
<b>Итого</b>		<b>9,9</b>	<b>3,09</b>	<b>62,29</b>	<b>316,22</b>	<b>0,11</b>	<b>0,91</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>20,3</b>	<b>30,7</b>	<b>64,4</b>	<b>1,4</b>		
Суп картофельный с крупой	1/180	2,14	2,24	13,71	83,6	0,23	6,6	-	0,81	18,18	16,76	45,49	0,64	80	2011
Рыба тушеная в томате с овощами	1/80	16,73	6,53	8,26	190,19	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	229	2005
Картофельное пюре	1/130	3,62	4,16	17,72	118,95	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	321	2011
Кисель из сока фруктового	1/180	0,57	0,06	30,2	123,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>27,41</b>	<b>13,65</b>	<b>94,58</b>	<b>639,34</b>	<b>0,48</b>	<b>32,7</b>	<b>0,91</b>	<b>6,27</b>	<b>95,96</b>	<b>120,26</b>	<b>344,54</b>	<b>7,28</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Печенье пром. производства	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>3,81</b>	<b>1,67</b>	<b>31,82</b>	<b>219,0</b>	<b>0</b>	<b>2,39</b>	<b>0,8</b>	<b>14,9</b>	<b>12,2</b>	<b>45,6</b>	<b>2,49</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>41,12</b>	<b>18,41</b>	<b>188,69</b>	<b>1174,56</b>	<b>0,59</b>	<b>36,0</b>	<b>21,71</b>	<b>26,17</b>	<b>128,46</b>	<b>196,56</b>	<b>411,43</b>	<b>8,88</b>		

5 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи с повидлом	1/60/10	4,56	4,06	27,75	166,0	0,1	0	12	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	448/449	2011
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>4,6</b>	<b>4,07</b>	<b>34,74</b>	<b>194,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,03</b>	<b>12</b>	<b>0,8</b>	<b>8,4</b>	<b>17,2</b>	<b>43,2</b>	<b>0,99</b>		
Суп картофельный с крупой	1/150	1,60	1,68	10,28	62,7	0,11	4,95	-	-	14,92	14,40	37,34	0,53	80	2011
Рыба тушеная в томате с овощами	1/60	12,54	4,9	6,2	142,64	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	229	2005
Картофельное пюре	1/100	3,06	3,52	14,99	100,65	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	321	2011
Кисель из сока фруктового	1/150	0,43	0,04	22,88	93,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>21,98</b>	<b>10,44</b>	<b>79,04</b>	<b>522,59</b>	<b>0,36</b>	<b>31,05</b>	<b>0,91</b>	<b>5,46</b>	<b>92,7</b>	<b>117,9</b>	<b>336,39</b>	<b>7,17</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Печенье пром. производства	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>3,81</b>	<b>1,67</b>	<b>31,82</b>	<b>219,0</b>	<b>0</b>	<b>2,39</b>	<b>0,8</b>	<b>14,9</b>	<b>12,2</b>	<b>45,6</b>	<b>2,39</b>	<b>0,19</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>30,39</b>	<b>16,18</b>	<b>145,6</b>	<b>935,59</b>	<b>0,46</b>	<b>33,47</b>	<b>13,71</b>	<b>21,16</b>	<b>113,3</b>	<b>180,7</b>	<b>381,98</b>	<b>8,35</b>		

## 6 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша манная жидкая молочная	1/150	2,40	3,82	21,04	128,0	0	1,3	0	0,3	35,2	61,8	108	0,5	185	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>3,68</b>	<b>3,98</b>	<b>38,99</b>	<b>205,97</b>	<b>0,01</b>	<b>1,33</b>	<b>0,04</b>	<b>0,35</b>	<b>45,5</b>	<b>75,5</b>	<b>135,0</b>	<b>1,19</b>		
Суп картофельный с клецками	1/180	4,18	5,02	23,2	154,7	0,03	2,9	1	1	11,8	55,7	35,6	1,43	108	2005
Котлета из рыбы	1/70	9,28	2,99	9,68	103,0	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	239	2005
Каша гречневая рассыпчатая	1/130	8,86	5,98	39,81	248,0	0,12	0	0,46	0,4	29	42	54	10,9	165	2011
Кисель из повидла	1/180	0,14	0,12	21,49	87,84	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	383	2005
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>26,81</b>	<b>14,77</b>	<b>118,87</b>	<b>716,54</b>	<b>0,32</b>	<b>25,1</b>	<b>2,13</b>	<b>3,51</b>	<b>84,22</b>	<b>175,0</b>	<b>193,65</b>	<b>16,6</b>		
Какао с молоком	1/180	3,15	2,72	12,96	89,0	0,04	1,2	18,0	0,74	16,7	115	95,5	0,41	397	2011
Булочка с повидлом	1/35	2,23	1,49	22,06	111,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	453/458	2011
<b>Итого</b>		<b>5,38</b>	<b>4,21</b>	<b>35,02</b>	<b>200,0</b>	<b>0,13</b>	<b>1,2</b>	<b>20,31</b>	<b>1,53</b>	<b>31,2</b>	<b>126,0</b>	<b>132,5</b>	<b>1,1</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>35,87</b>	<b>22,91</b>	<b>192,88</b>	<b>1122,51</b>	<b>0,46</b>	<b>27,63</b>	<b>22,48</b>	<b>5,39</b>	<b>160,92</b>	<b>376,5</b>	<b>461,15</b>	<b>18,89</b>		

6 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша манная жидкая молочная	1/150	2,40	3,82	21,04	128,0	0	1,3	0	0,3	35,2	61,8	108	0,5	185	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>3,66</b>	<b>3,97</b>	<b>35,99</b>	<b>193,97</b>	<b>0,01</b>	<b>1,33</b>	<b>0,04</b>	<b>0,35</b>	<b>45,5</b>	<b>75,5</b>	<b>135,0</b>	<b>1,19</b>		
Суп картофельный с клецками	1/150	3,14	3,77	17,4	116,09	0,03	2,9	1	1	11,8	55,7	35,6	1,43	108	2005
Котлета из рыбы	1/50	7,07	2,04	7,55	77,0	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	239	2005
Каша гречневая рассыпчатая	1/100	5,9	3,99	26,54	165,33	0,12	0	0,46	0,4	29	42	54	10,9	165	2011
Кисель из повидла	1/150	0,12	0,12	17,91	73,2	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	383	2005
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>20,58</b>	<b>10,58</b>	<b>94,09</b>	<b>554,62</b>	<b>0,32</b>	<b>25,1</b>	<b>2,13</b>	<b>3,51</b>	<b>84,22</b>	<b>175,0</b>	<b>193,65</b>	<b>16,6</b>		
Какао с молоком	1/150	3,15	2,72	12,96	89,0	0,04	1,2	18,0	0,74	16,7	115	95,5	0,41	397	2011
Булочка с повидлом	1/35	2,23	1,49	22,06	111,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	453/458	2011
<b>Итого</b>		<b>5,38</b>	<b>4,21</b>	<b>35,02</b>	<b>200,0</b>	<b>0,13</b>	<b>1,2</b>	<b>20,31</b>	<b>1,53</b>	<b>31,2</b>	<b>126,0</b>	<b>132,5</b>	<b>1,1</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>29,62</b>	<b>18,76</b>	<b>165,1</b>	<b>948,59</b>	<b>0,46</b>	<b>27,63</b>	<b>22,48</b>	<b>5,39</b>	<b>160,92</b>	<b>376,5</b>	<b>461,15</b>	<b>18,89</b>		

## 7 день(сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша рисовая вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,0	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром и лимоном	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
<b>Итого</b>		<b>5,55</b>	<b>5,02</b>	<b>47,27</b>	<b>255,97</b>	<b>0,11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>3,75</b>	<b>64,5</b>	<b>60,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1,5</b>		
Суп катофельный с бобами	1/180	4,39	4,22	13,06	107,8	0,17	4,65	-	-	25,67	27,69	63,4	2,6	81	2011
Пельмени отварные с маслом сливочным	1/130	21,10	12,45	36,05	341,0	0,13	0,13	15,34	6,9	30,04	21,79	117,56	1,09	439/440	2011
Компот из свежих фруктов	1/180	0,14	0,12	21,49	87,84	0	0,03	0	0	104	11,1	2,8	0,28	373	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>29,98</b>	<b>17,45</b>	<b>95,29</b>	<b>659,64</b>	<b>0,37</b>	<b>4,81</b>	<b>15,81</b>	<b>7,01</b>	<b>170,03</b>	<b>77,98</b>	<b>209,91</b>	<b>5,74</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Выпечка пром. пр-ва	шт.	2,51	0,96	16,79	89,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	472	2011
<b>Итого</b>		<b>2,57</b>	<b>0,98</b>	<b>26,78</b>	<b>129,0</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>2,31</b>	<b>0,79</b>	<b>15,4</b>	<b>19</b>	<b>5,4</b>	<b>0,89</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>38,1</b>	<b>23,45</b>	<b>169,34</b>	<b>1044,61</b>	<b>0,57</b>	<b>5,37</b>	<b>18,16</b>	<b>11,55</b>	<b>249,93</b>	<b>157,78</b>	<b>480,41</b>	<b>8,13</b>		

## 7 день ( ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо- ды	Энергитичес- кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша рисовая вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,0	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром и лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	393	2011
<b>Итого</b>		<b>5,53</b>	<b>5,01</b>	<b>44,27</b>	<b>243,97</b>	<b>0,11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>3,75</b>	<b>64,5</b>	<b>60,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1,49</b>		
Суп катофельный с бобами	1/150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,14	3,49	-	-	21,07	22,73	52,04	1,21	81	2011
Пельмени отварные с маслом сливочным	1/100	15,85	9,35	27,08	256,17	0,1	0,1	11,8	5,3	23,11	16,76	90,43	0,84	439/44 0	2011
Компот из свежих фруктов	1/150	0,12	0,12	17,91	73,2	0	0,03	0	0	104	11,1	2,8	0,28	373	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>23,61</b>	<b>13,29</b>	<b>79,47</b>	<b>533,22</b>	<b>0,31</b>	<b>3,62</b>	<b>12,27</b>	<b>5,41</b>	<b>158,5</b>	<b>67,99</b>	<b>171,42</b>	<b>4,1</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Выпечка пром. пр-ва	шт.	2,51	0,96	16,79	89,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	472	
<b>Итого</b>		<b>2,55</b>	<b>0,97</b>	<b>23,78</b>	<b>117,0</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>2,31</b>	<b>0,79</b>	<b>15,2</b>	<b>18</b>	<b>5,3</b>	<b>0,88</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>31,69</b>	<b>19,27</b>	<b>147,52</b>	<b>894,19</b>	<b>0,51</b>	<b>4,18</b>	<b>16,62</b>	<b>9,95</b>	<b>238,2</b>	<b>146,79</b>	<b>441,82</b>	<b>6,47</b>		

## 8 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо- ды	Энергитичес- кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша пшенная вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,00	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65	1,7	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром и лимоном	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	393	2011
<b>Итого</b>		<b>5,55</b>	<b>5,02</b>	<b>47,27</b>	<b>255,97</b>	<b>0,01</b>	<b>1,63</b>	<b>0,04</b>	<b>0,55</b>	<b>24,9</b>	<b>19,8</b>	<b>92,0</b>	<b>2,39</b>		
Суп-лапша домашняя	1/180	1,77	4,05	9,54	81,8	0,04	0,4	0	0	21,3	14,33	21,31	0,43	86	2011
Птица отварная	1/70	14,96	11,66	0,96	168,62	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	300	2011
Макароны отварные	1/130	7,57	4,63	36,31	278,0	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	205	2011
Свекла тушеная в сметане	1/50	2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	0,35	-	-	14,7	20,4	0,03	0,83	134	2011
Кисель из сока фруктового	1/180	0,57	0,06	30,2	123,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>31,37</b>	<b>23,33</b>	<b>115,41</b>	<b>858,82</b>	<b>7,11</b>	<b>10,35</b>	<b>0,77</b>	<b>5,61</b>	<b>94,62</b>	<b>117,33</b>	<b>193,29</b>	<b>7,13</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Печенье пром. производства	1 шт	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>2,76</b>	<b>1,67</b>	<b>28,29</b>	<b>237,14</b>	<b>-</b>	<b>2,3</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>11,9</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,68</b>	<b>30,02</b>	<b>190,97</b>	<b>1351,93</b>	<b>7,12</b>	<b>11,98</b>	<b>1,6</b>	<b>20,66</b>	<b>131,42</b>	<b>182,13</b>	<b>287,68</b>	<b>9,72</b>		



## 8 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша пшенная вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,00	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65	1,7	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром и лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	393	2011
<b>Итого</b>		<b>5,53</b>	<b>5,01</b>	<b>44,27</b>	<b>243,97</b>	<b>0,01</b>	<b>1,63</b>	<b>0,04</b>	<b>0,55</b>	<b>24,9</b>	<b>19,8</b>	<b>92,0</b>	<b>2,39</b>		
Суп-лапша домашняя	1/150	1,33	3,04	7,15	61,35	0,03	0,3	0	0	17,49	11,76	17,49	0,35	86	2011
Птица отварная	1/50	10,7	9,5	0,7	131,0	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	300	2011
Макароны отварные	1/100	5,68	4,36	27,25	171,0	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	165	2011
Свекла тушеная в сметане	1/30	1,61	1,7	10,28	62,85	6,6	0,35	-	-	14,7	20,4	0,03	0,83	134	2011
Кисель из сока фруктового	1/150	0,43	0,04	22,88	93,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>24,1</b>	<b>19,3</b>	<b>92,95</b>	<b>642,8</b>	<b>7,11</b>	<b>10,35</b>	<b>0,77</b>	<b>5,61</b>	<b>94,62</b>	<b>117,33</b>	<b>193,29</b>	<b>7,13</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Печенье пром. производства	1/шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>2,74</b>	<b>1,66</b>	<b>25,29</b>	<b>225,14</b>	<b>-</b>	<b>2,34</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>20</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,19</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>32,37</b>	<b>25,97</b>	<b>162,51</b>	<b>1111,91</b>	<b>7,12</b>	<b>14,32</b>	<b>1,6</b>	<b>20,66</b>	<b>139,52</b>	<b>182,13</b>	<b>287,68</b>	<b>9,71</b>		

## 9 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Вареники ленивые отварные с маслом сливочным	1/130/7	21,76	10,69	21,28	267,8	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65	1,7	229	2011
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>21,82</b>	<b>10,71</b>	<b>31,27</b>	<b>307,8</b>	<b>0,01</b>	<b>1,63</b>	<b>0,04</b>	<b>0,55</b>	<b>24,9</b>	<b>19,8</b>	<b>92,0</b>	<b>2,39</b>		
Суп картофеля с бобами	1/180	4,39	4,22	13,06	107,8	0,17	4,65	-	-	25,67	27,69	63,4	2,6	81	2011
Биточки из птицы	1/80	11,93	12,62	8,09	194,0	0,03	0,24	34	-	17,49	10,8	85,5	0,92	306	2011
Каша ячневая рассыпчатая	1/130	4,94	4,28	31,86	186,0	0,03	16,37	0	0,4	40,4	55,8	19,7	0,75	336	2011
Компот из сухофруктов	1/180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>26,01</b>	<b>21,8</b>	<b>102,69</b>	<b>712,5</b>	<b>0,37</b>	<b>0,64</b>	<b>74,47</b>	<b>0,81</b>	<b>91,47</b>	<b>84,03</b>	<b>315,06</b>	<b>6,97</b>		
Кисель из сока фруктового	1/180	0,57	0,06	30,2	123,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Крендель сахарный	1/50	3,54	6,57	27,87	185,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>4,11</b>	<b>6,63</b>	<b>58,07</b>	<b>308,6</b>	<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>2,31</b>	<b>1,49</b>	<b>20,2</b>	<b>16,4</b>	<b>63,1</b>	<b>1,89</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>51,94</b>	<b>39,14</b>	<b>192,03</b>	<b>1328,9</b>	<b>0,57</b>	<b>2,27</b>	<b>76,82</b>	<b>2,85</b>	<b>136,57</b>	<b>120,23</b>	<b>470,16</b>	<b>11,25</b>		

9 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Вареники ленивые отварные с маслом сливочным	1/110/5	18,41	9,04	18,00	226,6	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65	1,7	229	2011
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>18,41</b>	<b>9,05</b>	<b>24,99</b>	<b>254,6</b>	<b>0,01</b>	<b>1,63</b>	<b>0,04</b>	<b>0,55</b>	<b>24,9</b>	<b>19,8</b>	<b>92,0</b>	<b>2,39</b>		
Суп катофельный с бобами	1/150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,14	3,49	-	-	21,07	22,73	52,04	1,21	81	2011
Биточки из птицы	1/60	8,95	9,46	6,07	145,5	0,06	0	7	-	16,9	8,4	84,7	0,99	306	2011
Каша ячневая рассыпчатая	1/100	3,29	2,85	21,24	124,00	0,03	16,37	0	0,4	40,4	55,8	19,7	0,75	336	2011
Компот из сухофруктов	1/150	0,33	0,02	20,83	84,75	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>216,23</b>	<b>16,15</b>	<b>82,62</b>	<b>558,1</b>	<b>0,39</b>	<b>0,3</b>	<b>47,47</b>	<b>0,81</b>	<b>87,07</b>	<b>79,06</b>	<b>310,44</b>	<b>6,96</b>		
Кисель из сока фруктового	1/150	0,43	0,04	22,88	93,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Крендель сахарный	1/50	3,54	6,57	27,87	185,00	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>3,97</b>	<b>6,61</b>	<b>50,75</b>	<b>278,6</b>	<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>2,31</b>	<b>1,49</b>	<b>20,2</b>	<b>16,4</b>	<b>63,1</b>	<b>1,89</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>238,61</b>	<b>31,81</b>	<b>158,36</b>	<b>1091,3</b>	<b>0,59</b>	<b>1,93</b>	<b>49,82</b>	<b>2,85</b>	<b>132,17</b>	<b>115,26</b>	<b>465,54</b>	<b>11,24</b>		

10 день (сад)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборн ик рецепт ур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи со сгущенным молоком	1/120/20	9,06	8,11	55,15	330,0	0,1	0	0	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	448/449	2011
Чай с сахаром и лимоном	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
<b>Итого</b>		<b>9,12</b>	<b>8,13</b>	<b>65,14</b>	<b>370,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>8,6</b>	<b>18,2</b>	<b>42,3</b>	<b>1,0</b>		
Суп картофельный с вермишелью	1/180	2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	0,35	-	-	14,7	20,4	0,03	0,83	82	2011
Плов из говядины	50/130	25,8	9,9	50,7	422,8	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	265	2005
Кисель из повидла	1/180	0,14	0,12	21,49	87,84	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	383	2005
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>32,44</b>	<b>12,95</b>	<b>110,59</b>	<b>717,44</b>	<b>6,85</b>	<b>4,25</b>	<b>0,71</b>	<b>3,16</b>	<b>65,08</b>	<b>69,4</b>	<b>247,28</b>	<b>6,17</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Вафли пр. пр-ва	1 шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>2,76</b>	<b>1,67</b>	<b>28,29</b>	<b>237,14</b>	<b>-</b>	<b>2,3</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>11,9</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,2</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>44,32</b>	<b>22,75</b>	<b>204,02</b>	<b>1324,58</b>	<b>6,95</b>	<b>6,58</b>	<b>1,5</b>	<b>18,46</b>	<b>85,58</b>	<b>132,6</b>	<b>291,97</b>	<b>7,37</b>		

10 день (ясли)

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборн ик рецепт ур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи со сгущенным молоком	1/60/10	4,56	4,06	27,75	166,0	0,1	0	0	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	448/449	2011
Чай с сахаром и лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	393	2011
<b>Итого</b>		<b>4,6</b>	<b>4,07</b>	<b>34,74</b>	<b>194,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>8,6</b>	<b>18,2</b>	<b>42,3</b>	<b>1,0</b>		
Суп картофельный с вермишелью	1/150	1,61	1,7	10,28	62,85	4,95	6,0	-	-	19,64	17,89	48,47	0,79	82	2011
Плов из говядины	40/100	22,35	7,35	41,4	358,5	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	265	2005
Кисель из повидла	1/150	0,12	0,12	17,91	73,2	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	383	2005
Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
<b>Итого</b>		<b>28,43</b>	<b>9,83</b>	<b>94,28</b>	<b>617,55</b>	<b>5,2</b>	<b>9,9</b>	<b>0,71</b>	<b>3,16</b>	<b>65,08</b>	<b>69,4</b>	<b>247,28</b>	<b>6,17</b>		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Вафли пр. пр-ва	1шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
<b>Итого</b>		<b>2,74</b>	<b>1,66</b>	<b>25,29</b>	<b>225,14</b>	<b>-</b>	<b>2,34</b>	<b>0,79</b>	<b>14,5</b>	<b>20</b>	<b>45</b>	<b>2,39</b>	<b>0,19</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>35,77</b>	<b>15,56</b>	<b>154,31</b>	<b>1036,69</b>	<b>5,3</b>	<b>12,27</b>	<b>1,5</b>	<b>18,46</b>	<b>85,58</b>	<b>132,6</b>	<b>291,97</b>	<b>7,37</b>		

