

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Индивидуальный предприниматель  
Семенов В. А.**

**СОГЛАСОВАНО:**

**Директор МАОУ СОШ № 10  
Акзегитова Е. В.**



**Примерное 10-дневное меню на осенне-зимний период  
для организации питания воспитанников от 1 до 3 лет, от 3 до 7 лет.**

Для составления меню использован Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации. Лечебно-профилактических учреждений.. Уральский региональный центр питания, Пермь 2013 год.

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 1

| № рецептуры                  | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 262                          | Каша манная молочная жидкая              | 180         | 5,69                | 5,44         | 28,71         | 166,50                         | 0,07        | 0,16        | 1,24         | 0,40         | 124,31        | 0,02        | 18,97         | 0,05        | 175,45         | 109,42        | 0,00        | 0,00        | 0,09        |
| 105                          | Масло сливочное                          | 5           | 0,06                | 3,08         | 0,09          | 28,30                          | 0,00        | 0,01        | 0,00         | 0,02         | 1,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 493                          | Чай с сахаром, вареньем, медом           | 150         | 0,15                | 0,04         | 11,28         | 43,77                          | 0,00        | 0,00        | 0,08         | 0,65         | 10,94         | 0,00        | 4,83          | 0,00        | 18,93          | 6,18          | 0,00        | 0,00        | 0,15        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                           | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>360</b>  | <b>7,88</b>         | <b>8,81</b>  | <b>52,15</b>  | <b>291,97</b>                  | <b>0,12</b> | <b>0,17</b> | <b>1,32</b>  | <b>1,53</b>  | <b>142,44</b> | <b>0,02</b> | <b>23,80</b>  | <b>0,05</b> | <b>194,38</b>  | <b>115,60</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,24</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                 | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 1                            | Салат из капусты белокочанной            | 40          | 1,01                | 4,06         | 4,15          | 57,55                          | 0,02        | 0,02        | 23,10        | 0,36         | 26,36         | 0,00        | 8,56          | 0,00        | 157,04         | 17,82         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 147                          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150         | 1,62                | 1,71         | 11,30         | 66,75                          | 0,12        | 0,11        | 13,55        | 2,16         | 22,91         | 0,03        | 22,17         | 0,00        | 421,14         | 97,68         | 0,00        | 0,00        | 0,17        |
| 381                          | Котлеты, биточки, шницели                | 50          | 7,24                | 8,75         | 5,14          | 143,00                         | 0,25        | 0,08        | 0,15         | 0,93         | 19,00         | 0,01        | 11,93         | 0,01        | 139,34         | 80,87         | 0,01        | 0,00        | 0,03        |
| 248                          | Каша гречневая вязкая                    | 110         | 5,09                | 5,65         | 18,19         | 144,68                         | 0,14        | 0,14        | 0,72         | 1,89         | 73,04         | 0,01        | 7,70          | 0,03        | 80,30          | 49,50         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 453                          | Соус томатный                            | 30          | 0,24                | 1,52         | 1,92          | 22,32                          | 0,01        | 0,01        | 0,82         | 0,06         | 1,05          | 0,00        | 0,15          | 0,00        | 0,02           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов              | 150         | 0,08                | 0,00         | 14,55         | 55,35                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,03         | 6,75          | 0,00        | 1,43          | 0,00        | 0,33           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                           | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                     | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>566</b>  | <b>17,77</b>        | <b>22,10</b> | <b>68,92</b>  | <b>558,07</b>                  | <b>0,61</b> | <b>0,38</b> | <b>38,33</b> | <b>6,79</b>  | <b>159,98</b> | <b>0,05</b> | <b>66,76</b>  | <b>0,04</b> | <b>861,60</b>  | <b>296,31</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,37</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 69                           | Салат овощной с зеленым горошком         | 40          | 2,47                | 3,43         | 7,33          | 69,35                          | 0,08        | 0,05        | 4,14         | 0,96         | 14,32         | 0,01        | 4,52          | 0,07        | 106,72         | 16,58         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 300                          | Яйца вареные                             | 40          | 5,10                | 4,60         | 0,35          | 63,00                          | 0,04        | 0,22        | 0,00         | 1,25         | 27,50         | 0,13        | 6,00          | 1,10        | 70,00          | 96,00         | 0,01        | 0,02        | 0,03        |
| 334                          | Кнели рыбные припущенные                 | 50          | 6,80                | 0,70         | 2,75          | 44,50                          | 0,09        | 0,10        | 0,51         | 0,64         | 44,98         | 0,02        | 36,91         | 0,04        | 288,39         | 167,29        | 0,10        | 0,00        | 0,45        |
| 414                          | Рис отварной                             | 120         | 3,31                | 4,44         | 27,00         | 161,46                         | 0,14        | 0,04        | 0,00         | 0,92         | 18,84         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 515                          | Молоко кипяченое                         | 150         | 4,35                | 3,75         | 7,20          | 81,00                          | 0,06        | 0,23        | 1,95         | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,08        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                           | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                     | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>420</b>  | <b>23,48</b>        | <b>17,14</b> | <b>52,86</b>  | <b>458,77</b>                  | <b>0,45</b> | <b>0,64</b> | <b>6,60</b>  | <b>4,56</b>  | <b>291,24</b> | <b>0,18</b> | <b>74,13</b>  | <b>1,28</b> | <b>708,51</b>  | <b>434,27</b> | <b>0,12</b> | <b>0,02</b> | <b>0,51</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1446</b> | <b>49,63</b>        | <b>48,05</b> | <b>184,03</b> | <b>1351,03</b>                 | <b>1,19</b> | <b>1,20</b> | <b>48,25</b> | <b>14,28</b> | <b>600,66</b> | <b>0,25</b> | <b>168,69</b> | <b>1,37</b> | <b>1884,49</b> | <b>853,19</b> | <b>0,13</b> | <b>0,02</b> | <b>1,13</b> |

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 2

| № рецептуры                  | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | A, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                       |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 301                          | Омлет натуральный                     | 150         | 12,90               | 19,16        | 3,62          | 241,46                         | 0,09        | 0,51        | 0,75         | 2,40         | 123,35        | 0,26        | 19,16         | 2,06        | 213,47         | 229,16        | 0,03        | 0,03        | 0,06        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями         | 12          | 3,12                | 3,18         | 0,42          | 42,67                          | 0,00        | 0,04        | 0,34         | 0,11         | 120,60        | 0,05        | 6,00          | 0,00        | 12,00          | 64,80         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 495                          | Чай с молоком                         | 150         | 1,24                | 0,99         | 13,08         | 64,02                          | 0,02        | 0,06        | 0,57         | 0,69         | 54,24         | 0,02        | 9,71          | 0,02        | 73,68          | 39,93         | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>337</b>  | <b>19,24</b>        | <b>23,58</b> | <b>29,19</b>  | <b>401,55</b>                  | <b>0,16</b> | <b>0,61</b> | <b>1,66</b>  | <b>3,67</b>  | <b>303,94</b> | <b>0,32</b> | <b>34,86</b>  | <b>2,07</b> | <b>299,15</b>  | <b>333,89</b> | <b>0,03</b> | <b>0,03</b> | <b>0,18</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные              | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 119                          | Икра свекольная или морковная         | 40          | 0,81                | 3,24         | 4,80          | 51,71                          | 0,02        | 0,02        | 6,01         | 0,62         | 15,24         | 0,00        | 8,20          | 0,00        | 106,79         | 18,24         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 153                          | Суп с рыбными консервами              | 150         | 5,53                | 4,33         | 9,63          | 99,75                          | 0,08        | 0,05        | 9,36         | 0,56         | 15,53         | 0,00        | 11,54         | 0,00        | 246,96         | 27,15         | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 412                          | Котлеты, биточки, шницели припущенные | 50          | 7,50                | 5,35         | 4,64          | 94,28                          | 0,03        | 0,02        | 0,17         | 0,19         | 17,56         | 0,01        | 1,80          | 0,01        | 18,77          | 11,57         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 429                          | Картофельное пюре                     | 120         | 2,60                | 5,28         | 13,08         | 110,40                         | 0,13        | 0,11        | 20,40        | 0,94         | 33,24         | 0,01        | 25,70         | 0,01        | 598,82         | 74,66         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 507                          | Компот из свежих плодов или ягод      | 150         | 0,12                | 0,12         | 14,17         | 56,73                          | 0,02        | 0,00        | 3,00         | 0,69         | 10,61         | 0,00        | 3,92          | 0,00        | 83,75          | 3,30          | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>546</b>  | <b>19,05</b>        | <b>18,73</b> | <b>59,99</b>  | <b>481,29</b>                  | <b>0,34</b> | <b>0,22</b> | <b>38,93</b> | <b>4,35</b>  | <b>103,05</b> | <b>0,02</b> | <b>65,97</b>  | <b>0,02</b> | <b>1118,53</b> | <b>185,36</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,31</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 313                          | Запеканка из творога                  | 120         | 20,24               | 13,75        | 16,85         | 270,77                         | 0,08        | 0,40        | 0,64         | 0,70         | 190,10        | 0,11        | 26,47         | 0,08        | 135,10         | 254,98        | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 481                          | Молоко сгущенное                      | 20          | 1,44                | 1,70         | 11,10         | 65,60                          | 0,01        | 0,08        | 0,20         | 0,04         | 61,40         | 0,01        | 6,80          | 0,01        | 73,00          | 43,80         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 112                          | Плоды свежие                          | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 516                          | Кефир                                 | 150         | 4,35                | 3,75         | 6,00          | 79,50                          | 0,06        | 0,26        | 1,05         | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,00        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>460</b>  | <b>28,08</b>        | <b>20,02</b> | <b>56,88</b>  | <b>525,83</b>                  | <b>0,24</b> | <b>0,77</b> | <b>16,89</b> | <b>4,83</b>  | <b>461,10</b> | <b>0,15</b> | <b>73,47</b>  | <b>0,09</b> | <b>868,50</b>  | <b>469,68</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,06</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                       | <b>1443</b> | <b>66,87</b>        | <b>62,33</b> | <b>156,16</b> | <b>1450,89</b>                 | <b>0,75</b> | <b>1,60</b> | <b>59,48</b> | <b>14,25</b> | <b>875,09</b> | <b>0,48</b> | <b>178,31</b> | <b>2,18</b> | <b>2406,17</b> | <b>995,92</b> | <b>0,06</b> | <b>0,03</b> | <b>0,55</b> |

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 3

| № рецептуры                  | Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.        | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | Р, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |   |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 267                          | Каша пшеничная молочная жидкая                        | 180         | 7,13                | 8,50         | 33,35         | 255,24                         | 0,20        | 0,18        | 1,31          | 1,10         | 134,39        | 0,02        | 14,62         | 0,05        | 147,29         | 90,72         | 0,00        | 0,00        | 0,07        |
| 95                           | Повидло   | 20          | 0,00                | 0,00         | 12,20         | 48,80                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 496                          | Какао с молоком (1-й вариант)                         | 150         | 2,71                | 2,21         | 18,79         | 103,86                         | 0,03        | 0,12        | 0,98          | 0,62         | 97,04         | 0,02        | 20,90         | 0,05        | 143,90         | 82,25         | 0,00        | 0,00        | 0,11        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>375</b>  | <b>11,82</b>        | <b>10,96</b> | <b>76,41</b>  | <b>461,30</b>                  | <b>0,28</b> | <b>0,30</b> | <b>2,29</b>   | <b>2,19</b>  | <b>237,17</b> | <b>0,03</b> | <b>35,51</b>  | <b>0,10</b> | <b>291,19</b>  | <b>172,97</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,18</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                              | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00          | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>   | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 10                           | Салат из моркови с изюмом                             | 40          | 0,54                | 0,06         | 9,10          | 37,98                          | 0,03        | 0,02        | 1,60          | 0,37         | 12,28         | 0,00        | 1,85          | 0,00        | 37,96          | 5,68          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 159                          | Суп-пюре из картофеля                                 | 150         | 2,91                | 3,87         | 14,85         | 105,75                         | 0,11        | 0,14        | 12,86         | 0,66         | 74,40         | 0,02        | 21,98         | 0,03        | 417,45         | 82,05         | 0,02        | 0,00        | 0,11        |
| 391                          | Фрикадельки мясные паровые                            | 50          | 7,49                | 6,92         | 3,65          | 105,17                         | 0,04        | 0,06        | 0,00          | 1,15         | 5,78          | 0,00        | 8,21          | 0,00        | 120,62         | 69,56         | 0,01        | 0,00        | 0,03        |
| 423                          | Капуста тушеная                                       | 120         | 4,44                | 4,32         | 4,68          | 75,60                          | 0,06        | 0,07        | 59,40         | 0,96         | 64,88         | 0,00        | 21,17         | 0,00        | 390,71         | 43,24         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов                           | 150         | 0,08                | 0,00         | 14,55         | 55,35                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,03         | 6,75          | 0,00        | 1,43          | 0,00        | 0,33           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00          | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 17          | 1,34                | 0,17         | 8,21          | 36,31                          | 0,03        | 0,00        | 0,00          | 0,32         | 3,91          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>553</b>  | <b>18,50</b>        | <b>15,65</b> | <b>63,88</b>  | <b>463,22</b>                  | <b>0,31</b> | <b>0,31</b> | <b>73,86</b>  | <b>4,66</b>  | <b>176,58</b> | <b>0,02</b> | <b>69,44</b>  | <b>0,03</b> | <b>1030,51</b> | <b>250,96</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,29</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 106                          | Овощи натуральные (огурцы)                            | 40          | 0,32                | 0,04         | 1,00          | 5,60                           | 0,01        | 0,02        | 4,00          | 0,24         | 9,20          | 0,00        | 5,60          | 0,00        | 56,40          | 16,80         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 354                          | Запеканка картофельная с печеню                       | 120         | 8,80                | 2,97         | 10,89         | 105,60                         | 0,23        | 0,85        | 32,72         | 3,42         | 15,91         | 2,94        | 30,86         | 0,44        | 694,70         | 174,46        | 0,01        | 0,01        | 0,11        |
| 442                          | Соус сметанный  | 40          | 0,64                | 3,62         | 1,35          | 41,40                          | 0,01        | 0,02        | 0,09          | 0,06         | 18,88         | 0,02        | 2,02          | 0,02        | 23,20          | 12,20         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 543                          | Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем (яблочным) | 60          | 3,26                | 1,96         | 28,63         | 146,36                         | 0,13        | 0,13        | 2,31          | 0,89         | 4,81          | 0,01        | 2,50          | 0,03        | 66,38          | 8,12          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 515                          | Молоко кипяченое                                      | 150         | 4,35                | 3,75         | 7,20          | 81,00                          | 0,06        | 0,23        | 1,95          | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,08        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00          | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>420</b>  | <b>18,03</b>        | <b>12,46</b> | <b>52,47</b>  | <b>398,06</b>                  | <b>0,46</b> | <b>1,26</b> | <b>41,07</b>  | <b>5,20</b>  | <b>232,10</b> | <b>3,00</b> | <b>67,69</b>  | <b>0,57</b> | <b>1084,09</b> | <b>365,98</b> | <b>0,03</b> | <b>0,01</b> | <b>0,17</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |   | <b>1448</b> | <b>48,85</b>        | <b>39,07</b> | <b>202,86</b> | <b>1364,80</b>                 | <b>1,06</b> | <b>1,88</b> | <b>119,22</b> | <b>13,45</b> | <b>652,86</b> | <b>3,05</b> | <b>176,64</b> | <b>0,69</b> | <b>2525,79</b> | <b>796,91</b> | <b>0,05</b> | <b>0,02</b> | <b>0,65</b> |

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 4

| № рецептуры                  | Наименование блюда                                     | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 255                          | Каша ячневая вязкая                                    | 180         | 5,76                | 10,26        | 32,18         | 244,06                         | 0,14        | 0,20        | 1,28         | 0,85         | 155,57        | 0,02        | 34,33         | 0,05        | 226,46         | 226,17        | 0,00        | 0,00        | 0,11        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями                          | 12          | 3,12                | 3,18         | 0,42          | 42,67                          | 0,00        | 0,04        | 0,34         | 0,11         | 120,60        | 0,05        | 6,00          | 0,00        | 12,00          | 64,80         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 501                          | Кофейный напиток с молоком                             | 150         | 2,70                | 2,42         | 11,64         | 78,23                          | 0,03        | 0,12        | 0,98         | 0,11         | 94,28         | 0,02        | 11,40         | 0,05        | 109,73         | 67,50         | 0,00        | 0,00        | 0,11        |
| 108                          | Хлеб пшеничный   | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>367</b>  | <b>13,56</b>        | <b>16,11</b> | <b>56,31</b>  | <b>418,36</b>                  | <b>0,23</b> | <b>0,35</b> | <b>2,59</b>  | <b>1,53</b>  | <b>376,20</b> | <b>0,08</b> | <b>51,73</b>  | <b>0,10</b> | <b>348,18</b>  | <b>358,47</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,21</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                               | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 73                           | Салат картофельный с кукурузой, маринованным огурчиком | 40          | 1,98                | 3,57         | 5,42          | 61,14                          | 0,04        | 0,05        | 3,00         | 0,62         | 10,72         | 0,02        | 4,18          | 0,18        | 90,72          | 25,08         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 142                          | Щи из свежей капусты с картофелем                      | 150         | 1,05                | 2,98         | 4,66          | 49,80                          | 0,05        | 0,05        | 18,78        | 0,50         | 30,74         | 0,02        | 11,45         | 0,00        | 209,70         | 26,88         | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 370                          | Плов из отварной свинины                               | 160         | 12,01               | 11,90        | 31,48         | 281,60                         | 0,43        | 0,13        | 1,44         | 1,95         | 27,34         | 0,00        | 13,34         | 0,00        | 158,94         | 88,74         | 0,00        | 0,00        | 0,03        |
| 453                          | Соус томатный  | 30          | 0,24                | 1,52         | 1,92          | 22,32                          | 0,01        | 0,01        | 0,82         | 0,06         | 1,05          | 0,00        | 0,15          | 0,00        | 0,02           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 503                          | Кисель из концентрата плодового или ягодного           | 150         | 0,00                | 0,00         | 7,48          | 28,43                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,03         | 6,65          | 0,00        | 1,43          | 0,00        | 0,23           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 108                          | Хлеб пшеничный   | 15          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                   | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>571</b>  | <b>17,77</b>        | <b>20,38</b> | <b>64,63</b>  | <b>511,71</b>                  | <b>0,60</b> | <b>0,26</b> | <b>24,04</b> | <b>4,51</b>  | <b>87,37</b>  | <b>0,04</b> | <b>45,36</b>  | <b>0,18</b> | <b>523,04</b>  | <b>191,14</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> | <b>0,32</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 343                          | Рыба, тушенная в томате с овощами                      | 100         | 9,50                | 5,14         | 4,50          | 102,14                         | 0,09        | 0,09        | 3,36         | 0,77         | 33,35         | 0,01        | 35,58         | 0,00        | 278,54         | 154,94        | 0,09        | 0,00        | 0,44        |
| 429                          | Картофельное пюре                                      | 120         | 2,60                | 4,18         | 17,39         | 117,90                         | 0,13        | 0,11        | 20,40        | 0,94         | 33,24         | 0,01        | 25,70         | 0,01        | 598,82         | 74,66         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 112                          | Фрукты свежие  | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 515                          | Молоко кипяченое                                       | 150         | 4,35                | 3,75         | 7,20          | 81,00                          | 0,06        | 0,23        | 1,95         | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,08        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 108                          | Хлеб пшеничный   | 14          | 0,74                | 0,09         | 4,50          | 19,93                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,17         | 2,14          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                   | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>544</b>  | <b>18,45</b>        | <b>13,88</b> | <b>51,69</b>  | <b>409,57</b>                  | <b>0,37</b> | <b>0,46</b> | <b>40,71</b> | <b>5,78</b>  | <b>276,03</b> | <b>0,05</b> | <b>101,48</b> | <b>0,09</b> | <b>1537,76</b> | <b>400,50</b> | <b>0,12</b> | <b>0,00</b> | <b>0,52</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1582</b> | <b>50,28</b>        | <b>50,37</b> | <b>182,73</b> | <b>1381,86</b>                 | <b>1,20</b> | <b>1,08</b> | <b>69,34</b> | <b>13,22</b> | <b>746,60</b> | <b>0,17</b> | <b>202,57</b> | <b>0,36</b> | <b>2528,99</b> | <b>957,11</b> | <b>0,12</b> | <b>0,01</b> | <b>1,06</b> |

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 5

| № рецептуры                  | Наименование блюда                   | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                      |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                      |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 165                          | Суп молочный с макаронными изделиями | 150         | 4,27                | 3,94         | 14,23         | 109,50                         | 0,06        | 0,17        | 1,37         | 2,04         | 134,37        | 0,03        | 15,15         | 0,06        | 153,33         | 94,50         | 0,02        | 0,00        | 0,06        |
| 300                          | Яйца вареные                         | 20          | 2,55                | 2,30         | 0,15          | 31,50                          | 0,02        | 0,11        | 0,00         | 0,63         | 13,75         | 0,07        | 3,00          | 0,55        | 35,00          | 48,00         | 0,01        | 0,01        | 0,01        |
| 495                          | Чай с молоком                        | 150         | 1,24                | 0,99         | 13,08         | 64,02                          | 0,02        | 0,06        | 0,57         | 0,69         | 54,24         | 0,02        | 9,71          | 0,02        | 73,68          | 39,93         | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                       | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                      | <b>345</b>  | <b>10,04</b>        | <b>7,48</b>  | <b>39,53</b>  | <b>258,42</b>                  | <b>0,14</b> | <b>0,34</b> | <b>1,94</b>  | <b>3,83</b>  | <b>208,11</b> | <b>0,11</b> | <b>27,86</b>  | <b>0,63</b> | <b>262,01</b>  | <b>182,43</b> | <b>0,02</b> | <b>0,01</b> | <b>0,19</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                      |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные             | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                      | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                      |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 7                            | Салат из моркови                     | 40          | 0,46                | 4,03         | 3,63          | 52,83                          | 0,02        | 0,02        | 1,76         | 0,25         | 9,54          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,04           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 134                          | Рассольник Ленинградский             | 150         | 1,23                | 3,15         | 9,75          | 72,75                          | 0,09        | 0,09        | 10,26        | 1,22         | 20,16         | 0,03        | 18,86         | 0,00        | 341,07         | 101,48        | 0,00        | 0,00        | 0,06        |
| 401                          | Печень, тушеная в соусе              | 60          | 7,98                | 4,62         | 3,30          | 86,40                          | 0,14        | 0,96        | 14,14        | 3,01         | 18,12         | 3,58        | 9,02          | 0,52        | 135,40         | 142,91        | 0,01        | 0,02        | 0,10        |
| ТТК № 1                      | Отварная капуста с маслом            | 120         | 1,36                | 5,00         | 4,19          | 68,05                          | 0,02        | 0,04        | 29,56        | 0,50         | 36,86         | 0,00        | 11,76         | 0,00        | 204,38         | 24,72         | 0,00        | 0,00        | 0,05        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов          | 150         | 0,08                | 0,00         | 14,55         | 55,35                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,03         | 6,75          | 0,00        | 1,43          | 0,00        | 0,33           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                 | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                       | 15          | 1,19                | 0,15         | 7,24          | 32,04                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,29         | 3,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                      | <b>561</b>  | <b>14,00</b>        | <b>17,26</b> | <b>51,50</b>  | <b>414,48</b>                  | <b>0,36</b> | <b>1,13</b> | <b>55,71</b> | <b>6,46</b>  | <b>103,46</b> | <b>3,61</b> | <b>55,88</b>  | <b>0,52</b> | <b>744,66</b>  | <b>319,55</b> | <b>0,01</b> | <b>0,02</b> | <b>0,35</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                      |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 76                           | Винегрет овощной                     | 40          | 0,74                | 4,05         | 2,89          | 51,05                          | 0,02        | 0,01        | 3,16         | 0,38         | 9,04          | 0,00        | 4,18          | 0,00        | 77,76          | 13,56         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| ТТК № 3                      | Картофель, тушенный с луком          | 160         | 4,05                | 9,28         | 10,24         | 180,26                         | 0,18        | 0,18        | 26,46        | 1,31         | 66,98         | 0,02        | 35,81         | 0,02        | 777,09         | 115,81        | 0,02        | 0,00        | 0,05        |
| 590                          | Печенье                              | 60          | 4,50                | 7,08         | 44,94         | 250,26                         | 0,05        | 0,05        | 0,00         | 0,60         | 12,00         | 0,00        | 7,80          | 0,00        | 54,00          | 41,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 517                          | Йогурт                               | 150         | 7,50                | 4,80         | 5,25          | 102,00                         | 0,06        | 0,30        | 0,90         | 0,15         | 183,00        | 0,03        | 22,50         | 0,00        | 220,50         | 144,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                 | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                       | 14          | 1,11                | 0,14         | 6,76          | 29,90                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,27         | 3,22          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                      | <b>434</b>  | <b>18,56</b>        | <b>25,47</b> | <b>73,48</b>  | <b>631,57</b>                  | <b>0,35</b> | <b>0,55</b> | <b>30,52</b> | <b>3,16</b>  | <b>277,54</b> | <b>0,05</b> | <b>75,99</b>  | <b>0,02</b> | <b>1153,75</b> | <b>334,17</b> | <b>0,03</b> | <b>0,00</b> | <b>0,08</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                      | <b>1440</b> | <b>43,10</b>        | <b>50,21</b> | <b>174,61</b> | <b>1346,69</b>                 | <b>0,86</b> | <b>2,02</b> | <b>90,17</b> | <b>14,86</b> | <b>596,11</b> | <b>3,77</b> | <b>163,73</b> | <b>1,16</b> | <b>2280,42</b> | <b>843,15</b> | <b>0,06</b> | <b>0,03</b> | <b>0,64</b> |

Категория: дети 1-3 года  
Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
День: 6

| № рецептуры                  | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 264                          | Каша молочная пшеничная жидкая   | 180         | 7,20                | 5,42         | 34,06         | 206,95                         | 0,11        | 0,32        | 1,17         | 0,83         | 201,29        | 0,02        | 31,03         | 0,05        | 238,46         | 170,10        | 0,02        | 0,00        | 0,07        |
| 105                          | Масло сливочное                  | 5           | 0,06                | 3,08         | 0,09          | 28,30                          | 0,00        | 0,01        | 0,00         | 0,02         | 1,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 501                          | Кофейный напиток с молоком       | 150         | 2,70                | 2,42         | 11,64         | 78,23                          | 0,03        | 0,12        | 0,98         | 0,11         | 94,28         | 0,02        | 11,40         | 0,05        | 109,73         | 67,50         | 0,00        | 0,00        | 0,11        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                   | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>360</b>  | <b>11,94</b>        | <b>11,17</b> | <b>57,86</b>  | <b>366,88</b>                  | <b>0,19</b> | <b>0,45</b> | <b>2,15</b>  | <b>1,42</b>  | <b>302,77</b> | <b>0,03</b> | <b>42,43</b>  | <b>0,10</b> | <b>348,19</b>  | <b>237,60</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,18</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные         | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 2                            | Салат витаминный                 | 40          | 0,46                | 4,06         | 4,25          | 55,42                          | 0,01        | 0,02        | 8,52         | 0,35         | 11,83         | 0,00        | 3,28          | 0,00        | 70,30          | 5,84          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 156                          | Суп-лапша домашняя               | 150         | 1,53                | 3,34         | 10,00         | 79,92                          | 0,08        | 0,12        | 1,32         | 0,84         | 15,78         | 0,03        | 9,12          | 0,06        | 84,54          | 68,64         | 0,00        | 0,00        | 0,20        |
| 372                          | Голубцы ленивые                  | 50          | 4,25                | 4,15         | 2,00          | 62,50                          | 0,13        | 0,05        | 13,80        | 0,60         | 18,17         | 0,00        | 10,02         | 0,00        | 152,25         | 43,84         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 237                          | Каша гречневая рассыпчатая       | 110         | 6,38                | 4,70         | 28,53         | 182,30                         | 0,22        | 0,11        | 0,00         | 3,38         | 14,82         | 0,00        | 0,75          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,08        |
| 442                          | Соус сметанный                   | 30          | 0,48                | 2,72         | 1,07          | 31,05                          | 0,01        | 0,02        | 0,07         | 0,04         | 14,16         | 0,02        | 1,52          | 0,01        | 17,40          | 9,15          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов      | 150         | 0,08                | 0,00         | 14,55         | 55,35                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,03         | 6,75          | 0,00        | 1,43          | 0,00        | 0,33           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный             | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                   | 19          | 1,50                | 0,19         | 9,18          | 40,58                          | 0,04        | 0,00        | 0,00         | 0,36         | 4,37          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>575</b>  | <b>16,38</b>        | <b>19,47</b> | <b>78,42</b>  | <b>554,18</b>                  | <b>0,53</b> | <b>0,33</b> | <b>23,71</b> | <b>6,77</b>  | <b>94,45</b>  | <b>0,05</b> | <b>40,93</b>  | <b>0,07</b> | <b>388,26</b>  | <b>177,91</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,45</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 337                          | Рыба, запеченная в омете         | 100         | 15,90               | 7,80         | 3,20          | 147,00                         | 0,15        | 0,26        | 0,62         | 1,46         | 61,50         | 0,08        | 52,92         | 0,58        | 420,60         | 270,12        | 0,14        | 0,01        | 0,63        |
| 69                           | Салат овощной с зеленым горошком | 40          | 1,12                | 2,84         | 3,64          | 44,40                          | 0,08        | 0,05        | 4,14         | 0,96         | 14,32         | 0,01        | 4,52          | 0,07        | 106,72         | 16,58         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 550                          | Манник                           | 80          | 4,43                | 4,12         | 24,86         | 154,46                         | 0,05        | 0,12        | 0,21         | 0,58         | 47,61         | 0,04        | 9,40          | 0,27        | 88,14          | 68,22         | 0,01        | 0,01        | 0,02        |
| 515                          | Молоко кипяченое                 | 150         | 4,35                | 3,75         | 7,20          | 81,00                          | 0,06        | 0,23        | 1,95         | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,08        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                   | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный             | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>390</b>  | <b>27,25</b>        | <b>18,73</b> | <b>47,13</b>  | <b>466,32</b>                  | <b>0,38</b> | <b>0,66</b> | <b>6,92</b>  | <b>3,79</b>  | <b>309,03</b> | <b>0,16</b> | <b>93,54</b>  | <b>1,00</b> | <b>858,86</b>  | <b>509,33</b> | <b>0,16</b> | <b>0,02</b> | <b>0,69</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                  | <b>1425</b> | <b>56,07</b>        | <b>49,37</b> | <b>193,51</b> | <b>1429,60</b>                 | <b>1,11</b> | <b>1,45</b> | <b>34,77</b> | <b>13,39</b> | <b>713,25</b> | <b>0,24</b> | <b>180,90</b> | <b>1,17</b> | <b>1715,31</b> | <b>931,84</b> | <b>0,18</b> | <b>0,02</b> | <b>1,32</b> |

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 7

| № рецептуры                  | Наименование блюда              | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                 |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 301                          | Омлет натуральный               | 150         | 12,90               | 19,16        | 3,62          | 241,46                         | 0,09        | 0,51        | 0,75         | 2,40         | 123,35        | 0,26        | 19,16         | 2,06        | 213,47         | 229,16         | 0,03        | 0,03        | 0,06        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями   | 10          | 2,60                | 2,65         | 0,35          | 35,56                          | 0,00        | 0,03        | 0,28         | 0,09         | 100,50        | 0,04        | 5,00          | 0,00        | 10,00          | 54,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 495                          | Чай с молоком                   | 150         | 1,24                | 0,99         | 13,08         | 64,02                          | 0,02        | 0,06        | 0,57         | 0,69         | 54,24         | 0,02        | 9,71          | 0,02        | 73,68          | 39,93          | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                  | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>335</b>  | <b>18,72</b>        | <b>23,05</b> | <b>29,12</b>  | <b>394,44</b>                  | <b>0,16</b> | <b>0,60</b> | <b>1,60</b>  | <b>3,66</b>  | <b>283,84</b> | <b>0,31</b> | <b>33,86</b>  | <b>2,07</b> | <b>297,15</b>  | <b>323,09</b>  | <b>0,03</b> | <b>0,03</b> | <b>0,18</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные        | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 52                           | Салат из свеклы с изюмом        | 40          | 0,64                | 2,46         | 6,09          | 48,20                          | 0,02        | 0,02        | 3,32         | 0,61         | 16,12         | 0,00        | 9,32          | 0,00        | 136,90         | 20,47          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 154                          | Суп крестьянский с крупой       | 150         | 1,27                | 3,06         | 8,73          | 67,50                          | 0,06        | 0,09        | 12,68        | 1,04         | 32,67         | 0,03        | 17,87         | 0,00        | 236,82         | 100,20         | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 367                          | Гуляш из свинины                | 50          | 8,58                | 9,19         | 1,75          | 123,70                         | 0,22        | 0,07        | 1,70         | 0,80         | 5,38          | 0,00        | 10,46         | 0,00        | 124,83         | 68,84          | 0,01        | 0,00        | 0,03        |
| 414                          | Рис отварной                    | 110         | 3,04                | 4,07         | 24,75         | 148,01                         | 0,13        | 0,03        | 0,00         | 0,85         | 17,27         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 507                          | Компот из свежих плодов (яблок) | 150         | 0,12                | 0,12         | 14,17         | 56,73                          | 0,02        | 0,00        | 3,00         | 0,69         | 10,61         | 0,00        | 3,92          | 0,00        | 83,75          | 3,30           | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный            | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                  | 16          | 1,26                | 0,16         | 7,73          | 34,18                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,30         | 3,68          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>542</b>  | <b>16,61</b>        | <b>19,37</b> | <b>72,06</b>  | <b>525,38</b>                  | <b>0,53</b> | <b>0,23</b> | <b>20,70</b> | <b>5,45</b>  | <b>94,30</b>  | <b>0,03</b> | <b>56,38</b>  | <b>0,00</b> | <b>645,73</b>  | <b>243,25</b>  | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,34</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 313                          | Запеканка из творога            | 120         | 20,24               | 13,75        | 16,85         | 270,77                         | 0,08        | 0,40        | 0,64         | 0,70         | 190,10        | 0,11        | 26,47         | 0,08        | 135,10         | 254,98         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 481                          | Молоко сгущенное                | 20          | 1,44                | 1,70         | 11,10         | 65,60                          | 0,01        | 0,08        | 0,20         | 0,04         | 61,40         | 0,01        | 6,80          | 0,01        | 73,00          | 43,80          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 553                          | Шанежка с картофелем            | 60          | 6,30                | 6,20         | 33,20         | 214,00                         | 0,22        | 0,26        | 8,77         | 1,07         | 42,32         | 0,02        | 14,62         | 0,17        | 288,86         | 66,00          | 0,01        | 0,00        | 0,02        |
| 516                          | Кефир                           | 150         | 4,35                | 3,75         | 6,00          | 79,50                          | 0,06        | 0,26        | 1,05         | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,00        | 219,00         | 135,00         | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                  | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный            | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>370</b>  | <b>33,78</b>        | <b>25,62</b> | <b>75,38</b>  | <b>669,33</b>                  | <b>0,42</b> | <b>1,00</b> | <b>10,66</b> | <b>2,59</b>  | <b>479,43</b> | <b>0,17</b> | <b>74,59</b>  | <b>0,26</b> | <b>740,36</b>  | <b>519,18</b>  | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,06</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                 | <b>1347</b> | <b>69,61</b>        | <b>68,04</b> | <b>186,66</b> | <b>1631,37</b>                 | <b>1,11</b> | <b>1,84</b> | <b>34,95</b> | <b>13,10</b> | <b>864,57</b> | <b>0,51</b> | <b>168,83</b> | <b>2,33</b> | <b>1803,23</b> | <b>1092,51</b> | <b>0,06</b> | <b>0,03</b> | <b>0,59</b> |



категория: дети 1-5 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 8

| № рецептуры                  | Наименование блюда                           | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 268                          | Каша рисовая молочная жидкая                 | 180         | 5,22                | 6,14         | 26,93         | 183,87                         | 0,14        | 0,18        | 1,39         | 0,72         | 142,33        | 0,02        | 15,39         | 0,05        | 155,18         | 95,58         | 0,02        | 0,00        | 0,07        |
| 105                          | Масло сливочное                              | 5           | 0,06                | 3,08         | 0,09          | 28,30                          | 0,00        | 0,01        | 0,00         | 0,02         | 1,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 496                          | Какао с молоком (1-й вариант)                | 150         | 2,71                | 2,21         | 18,79         | 103,86                         | 0,03        | 0,12        | 0,98         | 0,62         | 97,04         | 0,02        | 20,90         | 0,05        | 143,90         | 82,25         | 0,00        | 0,00        | 0,11        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                               | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>360</b>  | <b>9,97</b>         | <b>11,68</b> | <b>57,88</b>  | <b>369,43</b>                  | <b>0,22</b> | <b>0,31</b> | <b>2,36</b>  | <b>1,83</b>  | <b>246,56</b> | <b>0,03</b> | <b>36,29</b>  | <b>0,10</b> | <b>299,07</b>  | <b>177,83</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,18</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                     | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 7                            | Салат из моркови                             | 40          | 0,46                | 4,03         | 3,63          | 52,83                          | 0,02        | 0,02        | 1,76         | 0,25         | 9,54          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,04           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 161                          | Суп- пюре из разных овощей                   | 150         | 1,86                | 2,54         | 7,85          | 62,50                          | 0,06        | 0,08        | 11,27        | 0,45         | 48,20         | 0,00        | 10,62         | 0,02        | 165,03         | 36,21         | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 381                          | Котлеты, биточки, шницели                    | 50          | 7,24                | 8,75         | 5,14          | 143,00                         | 0,25        | 0,08        | 0,15         | 0,93         | 19,00         | 0,01        | 11,93         | 0,01        | 139,34         | 80,87         | 0,01        | 0,00        | 0,03        |
| 291                          | Макаронные изделия отварные                  | 110         | 4,29                | 3,83         | 26,11         | 155,93                         | 0,07        | 0,03        | 0,00         | 0,80         | 10,42         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 453                          | Соус томатный                                | 30          | 0,24                | 1,52         | 1,92          | 22,32                          | 0,01        | 0,01        | 0,82         | 0,06         | 1,05          | 0,00        | 0,15          | 0,00        | 0,02           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 503                          | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 150         | 0,00                | 0,00         | 7,48          | 28,43                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,03         | 6,65          | 0,00        | 1,43          | 0,00        | 0,23           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                         | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>556</b>  | <b>15,79</b>        | <b>20,98</b> | <b>60,97</b>  | <b>512,07</b>                  | <b>0,45</b> | <b>0,24</b> | <b>13,99</b> | <b>3,69</b>  | <b>103,42</b> | <b>0,01</b> | <b>38,95</b>  | <b>0,02</b> | <b>368,09</b>  | <b>167,52</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,31</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 348                          | Рыбные хлебцы (паровые)                      | 50          | 8,10                | 2,45         | 3,71          | 68,18                          | 0,07        | 0,09        | 0,35         | 0,59         | 33,95         | 0,02        | 25,11         | 0,11        | 198,03         | 118,89        | 0,07        | 0,00        | 0,30        |
| 429                          | Картофельное пюре                            | 120         | 2,60                | 4,18         | 17,39         | 117,90                         | 0,13        | 0,11        | 20,40        | 0,94         | 33,24         | 0,01        | 25,70         | 0,01        | 598,82         | 74,66         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 112                          | Фрукты свежие                                | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 515                          | Молоко кипяченое                             | 150         | 4,35                | 3,75         | 7,20          | 81,00                          | 0,06        | 0,23        | 1,95         | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,08        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                               | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                         | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>490</b>  | <b>17,10</b>        | <b>11,20</b> | <b>51,23</b>  | <b>377,04</b>                  | <b>0,34</b> | <b>0,46</b> | <b>37,70</b> | <b>5,62</b>  | <b>276,79</b> | <b>0,06</b> | <b>91,01</b>  | <b>0,19</b> | <b>1457,25</b> | <b>364,45</b> | <b>0,09</b> | <b>0,00</b> | <b>0,38</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1506</b> | <b>43,36</b>        | <b>43,86</b> | <b>180,18</b> | <b>1300,76</b>                 | <b>1,03</b> | <b>1,01</b> | <b>56,05</b> | <b>12,53</b> | <b>633,77</b> | <b>0,10</b> | <b>170,24</b> | <b>0,31</b> | <b>2244,41</b> | <b>716,80</b> | <b>0,12</b> | <b>0,00</b> | <b>0,88</b> |

категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 9

| № рецептуры                  | Наименование блюда                         | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.        | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 165                          | Суп молочный с макаронными изделиями       | 150         | 4,30                | 3,68         | 6,51          | 110,17                         | 0,06        | 0,17        | 1,37          | 2,04         | 134,37        | 0,03        | 15,15         | 0,06        | 153,33         | 94,50         | 0,02        | 0,00        | 0,06        |
| 95                           | Повидло                                    | 20          | 0,00                | 0,00         | 12,20         | 48,80                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 493                          | Чай с сахаром                              | 150         | 0,15                | 0,04         | 11,28         | 43,77                          | 0,00        | 0,00        | 0,08          | 0,65         | 10,94         | 0,00        | 4,83          | 0,00        | 18,93          | 6,18          | 0,00        | 0,00        | 0,15        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>345</b>  | <b>6,43</b>         | <b>3,97</b>  | <b>42,06</b>  | <b>256,14</b>                  | <b>0,11</b> | <b>0,17</b> | <b>1,44</b>   | <b>3,16</b>  | <b>151,06</b> | <b>0,03</b> | <b>19,98</b>  | <b>0,06</b> | <b>172,26</b>  | <b>100,68</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,21</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                   | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00          | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>   | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 76                           | Винегрет овощной                           | 40          | 0,74                | 4,05         | 2,89          | 51,05                          | 0,02        | 0,01        | 3,16          | 0,38         | 9,04          | 0,00        | 4,18          | 0,00        | 77,76          | 13,56         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 144                          | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)  | 150         | 1,38                | 2,55         | 9,75          | 64,80                          | 0,05        | 0,03        | 8,40          | 0,44         | 12,48         | 0,00        | 10,44         | 0,00        | 223,50         | 25,23         | 0,00        | 0,00        | 0,11        |
| 390                          | Тефтели из говядины с рисом ("ежики")      | 50          | 4,50                | 7,65         | 5,70          | 110,50                         | 0,05        | 0,08        | 1,27          | 0,82         | 26,04         | 0,01        | 8,45          | 0,01        | 112,00         | 60,95         | 0,01        | 0,00        | 0,03        |
| 423                          | Капуста тушеная                            | 120         | 2,76                | 5,56         | 12,16         | 110,71                         | 0,06        | 0,07        | 59,40         | 0,96         | 64,88         | 0,00        | 21,17         | 0,00        | 390,71         | 43,24         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 519                          | Напиток из шиповника                       | 150         | 0,24                | 0,11         | 14,59         | 58,98                          | 0,00        | 0,02        | 97,50         | 0,23         | 12,30         | 0,06        | 2,93          | 0,00        | 3,80           | 1,20          | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 19          | 1,50                | 0,19         | 9,18          | 40,58                          | 0,04        | 0,00        | 0,00          | 0,36         | 4,37          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                       | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00          | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 14,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>555</b>  | <b>12,82</b>        | <b>20,42</b> | <b>63,11</b>  | <b>483,68</b>                  | <b>0,26</b> | <b>0,23</b> | <b>169,73</b> | <b>4,35</b>  | <b>137,69</b> | <b>0,07</b> | <b>61,98</b>  | <b>0,01</b> | <b>871,20</b>  | <b>194,62</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,33</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 314                          | Запеканка морковная с творогом             | 120         | 7,86                | 5,36         | 16,38         | 174,00                         | 0,10        | 0,24        | 4,24          | 0,98         | 123,85        | 0,06        | 15,90         | 0,12        | 103,21         | 136,48        | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 481                          | Молоко сгущенное                           | 20          | 1,44                | 1,70         | 11,10         | 65,60                          | 0,01        | 0,08        | 0,20          | 0,04         | 61,40         | 0,01        | 6,80          | 0,01        | 73,00          | 43,80         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 543                          | Пирожки печеные из слобного теста с фаршем | 60          | 6,08                | 4,87         | 22,55         | 159,93                         | 0,13        | 0,15        | 0,29          | 0,85         | 3,73          | 0,01        | 3,85          | 0,03        | 55,52          | 33,15         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 515                          | Молоко кипяченое                           | 150         | 4,35                | 3,75         | 7,20          | 81,00                          | 0,06        | 0,23        | 1,95          | 0,15         | 180,00        | 0,03        | 21,00         | 0,08        | 219,00         | 135,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00          | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                       | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00          | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>370</b>  | <b>21,18</b>        | <b>15,90</b> | <b>65,46</b>  | <b>519,99</b>                  | <b>0,34</b> | <b>0,70</b> | <b>6,68</b>   | <b>2,66</b>  | <b>374,58</b> | <b>0,11</b> | <b>53,25</b>  | <b>0,24</b> | <b>475,14</b>  | <b>367,83</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,06</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1370</b> | <b>40,93</b>        | <b>40,29</b> | <b>180,73</b> | <b>1302,03</b>                 | <b>0,72</b> | <b>1,11</b> | <b>179,85</b> | <b>11,57</b> | <b>670,33</b> | <b>0,20</b> | <b>139,21</b> | <b>0,31</b> | <b>1638,60</b> | <b>670,13</b> | <b>0,04</b> | <b>0,00</b> | <b>0,62</b> |

Категория: дети 1-3 года  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 10

| № рецептуры                  | Наименование блюда                        | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |   |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 266                          | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | 200         | 7,28                | 7,94         | 29,78         | 219,38                         | 0,18        | 0,22        | 1,54         | 1,26         | 161,82        | 0,02        | 17,10         | 0,06        | 172,42         | 106,20        | 0,02        | 0,00        | 0,08        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями             | 12          | 3,12                | 3,18         | 0,42          | 42,67                          | 0,00        | 0,04        | 0,34         | 0,11         | 120,60        | 0,05        | 6,00          | 0,00        | 12,00          | 64,80         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 495                          | Чай с молоком                             | 150         | 1,24                | 0,99         | 13,08         | 64,02                          | 0,02        | 0,06        | 0,57         | 0,69         | 54,24         | 0,02        | 9,71          | 0,02        | 73,68          | 39,93         | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                            | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>387</b>  | <b>13,62</b>        | <b>12,36</b> | <b>55,35</b>  | <b>379,47</b>                  | <b>0,25</b> | <b>0,32</b> | <b>2,45</b>  | <b>2,53</b>  | <b>342,41</b> | <b>0,08</b> | <b>32,81</b>  | <b>0,08</b> | <b>258,10</b>  | <b>210,93</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,20</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                  | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 106                          | Овощи натуральные (огурцы)                | 40          | 0,32                | 0,04         | 1,00          | 5,60                           | 0,01        | 0,02        | 4,00         | 0,24         | 9,20          | 0,00        | 5,60          | 0,00        | 56,40          | 16,80         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 128                          | Борщ с капустой и картофелем              | 150         | 1,09                | 3,00         | 6,39          | 57,00                          | 0,03        | 0,05        | 12,02        | 0,68         | 30,81         | 0,00        | 12,54         | 0,00        | 190,79         | 28,14         | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 354                          | Картофельная запеканка с печеню           | 130         | 9,27                | 3,22         | 11,80         | 114,40                         | 0,25        | 0,92        | 35,45        | 3,71         | 17,24         | 3,19        | 33,44         | 0,48        | 752,60         | 188,99        | 0,01        | 0,01        | 0,12        |
| 453                          | Соус томатный                             | 30          | 0,24                | 1,52         | 1,92          | 22,32                          | 0,01        | 0,01        | 0,82         | 0,06         | 1,05          | 0,00        | 0,15          | 0,00        | 0,02           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов               | 150         | 0,08                | 0,00         | 14,55         | 55,35                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,03         | 0,33          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,33           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                            | 15          | 1,19                | 0,15         | 7,24          | 32,04                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,29         | 3,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                      | 26          | 1,70                | 0,31         | 8,84          | 47,06                          | 0,05        | 0,02        | 0,00         | 1,17         | 8,58          | 0,00        | 17,82         | 0,00        | 63,44          | 50,44         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>541</b>  | <b>13,89</b>        | <b>8,24</b>  | <b>51,74</b>  | <b>333,77</b>                  | <b>0,38</b> | <b>1,01</b> | <b>52,29</b> | <b>6,17</b>  | <b>70,66</b>  | <b>3,19</b> | <b>69,55</b>  | <b>0,48</b> | <b>1063,57</b> | <b>284,37</b> | <b>0,01</b> | <b>0,02</b> | <b>0,28</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 269                          | Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)     | 150         | 6,36                | 7,89         | 29,66         | 215,58                         | 0,17        | 0,17        | 2,70         | 1,28         | 125,63        | 0,03        | 14,49         | 0,05        | 180,17         | 86,31         | 0,02        | 0,00        | 0,02        |
| 112                          | Фрукты свежие                             | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 517                          | Йогурт                                    | 150         | 7,50                | 4,80         | 5,25          | 102,00                         | 0,06        | 0,30        | 0,90         | 0,15         | 183,00        | 0,03        | 22,50         | 0,00        | 220,50         | 144,00        | 0,02        | 0,00        | 0,03        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                      | 10          | 0,66                | 0,12         | 3,40          | 18,10                          | 0,02        | 0,01        | 0,00         | 0,45         | 3,30          | 0,00        | 5,70          | 0,00        | 24,40          | 19,40         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                            | 11          | 0,87                | 0,11         | 5,31          | 23,50                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,21         | 2,53          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>471</b>  | <b>15,99</b>        | <b>13,52</b> | <b>58,32</b>  | <b>429,68</b>                  | <b>0,31</b> | <b>0,50</b> | <b>18,60</b> | <b>5,38</b>  | <b>338,46</b> | <b>0,06</b> | <b>56,19</b>  | <b>0,05</b> | <b>842,07</b>  | <b>266,21</b> | <b>0,03</b> | <b>0,00</b> | <b>0,06</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |   | <b>1499</b> | <b>44,00</b>        | <b>34,12</b> | <b>175,51</b> | <b>1185,14</b>                 | <b>0,95</b> | <b>1,84</b> | <b>75,33</b> | <b>15,48</b> | <b>758,52</b> | <b>3,33</b> | <b>162,54</b> | <b>0,60</b> | <b>2283,73</b> | <b>768,51</b> | <b>0,06</b> | <b>0,02</b> | <b>0,55</b> |

|                                      |               |               |               |                |                 |             |              |               |               |                |              |                |              |                 |                |             |             |             |
|--------------------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|-------------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>         | <b>14506</b>  | <b>512,70</b> | <b>485,71</b> | <b>1816,98</b> | <b>13744,17</b> | <b>9,98</b> | <b>15,04</b> | <b>767,40</b> | <b>136,13</b> | <b>7111,77</b> | <b>12,10</b> | <b>1711,67</b> | <b>10,49</b> | <b>21311,14</b> | <b>8626,06</b> | <b>0,87</b> | <b>0,19</b> | <b>7,99</b> |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗАТРАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> | <b>1450,6</b> | <b>51,27</b>  | <b>48,57</b>  | <b>181,70</b>  | <b>1374,42</b>  | <b>1,00</b> | <b>1,50</b>  | <b>76,74</b>  | <b>13,61</b>  | <b>711,18</b>  | <b>1,21</b>  | <b>171,17</b>  | <b>1,05</b>  | <b>2131,11</b>  | <b>862,61</b>  | <b>0,09</b> | <b>0,02</b> | <b>0,80</b> |

категория: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 1

| № рецептуры                  | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | A, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 262                          | Каша манная молочная жидкая              | 200         | 6,32                | 6,04         | 31,90         | 185,00                         | 0,08        | 0,18        | 1,38         | 0,44         | 138,12        | 0,02        | 21,08         | 0,06        | 194,94         | 121,58         | 0,00        | 0,00        | 0,10        |
| 105                          | Масло сливочное                          | 5           | 0,06                | 3,08         | 0,09          | 28,30                          | 0,00        | 0,01        | 0,00         | 0,02         | 1,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 493                          | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20                | 0,06         | 15,04         | 58,36                          | 0,00        | 0,00        | 0,10         | 0,86         | 14,58         | 0,00        | 6,44          | 0,00        | 25,24          | 8,24           | 0,00        | 0,00        | 0,20        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                           | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>430</b>  | <b>8,56</b>         | <b>9,43</b>  | <b>59,10</b>  | <b>325,06</b>                  | <b>0,13</b> | <b>0,19</b> | <b>1,48</b>  | <b>1,79</b>  | <b>159,90</b> | <b>0,02</b> | <b>27,52</b>  | <b>0,06</b> | <b>220,18</b>  | <b>129,82</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,30</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                 | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 1                            | Салат из капусты белокачанной            | 60          | 1,51                | 6,08         | 6,23          | 86,32                          | 0,03        | 0,04        | 34,65        | 0,55         | 39,53         | 0,00        | 12,84         | 0,00        | 235,55         | 26,73          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 147                          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200         | 2,16                | 2,28         | 15,06         | 89,00                          | 0,16        | 0,14        | 18,06        | 2,88         | 30,54         | 0,04        | 29,56         | 0,00        | 561,52         | 130,24         | 0,00        | 0,00        | 0,22        |
| 381                          | Котлеты, биточки, шницели                | 70          | 12,46               | 12,25        | 10,01         | 200,20                         | 0,34        | 0,11        | 0,21         | 1,30         | 26,59         | 0,01        | 16,70         | 0,01        | 195,08         | 113,22         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 248                          | Каша гречневая вязкая                    | 130         | 6,02                | 6,68         | 21,50         | 170,99                         | 0,17        | 0,17        | 0,85         | 2,24         | 87,79         | 0,01        | 9,43          | 0,04        | 94,90          | 58,50          | 0,00        | 0,00        | 0,05        |
| 453                          | Соус томатный                            | 50          | 0,40                | 2,53         | 3,19          | 37,21                          | 0,02        | 0,02        | 1,37         | 0,10         | 1,75          | 0,00        | 0,25          | 0,00        | 0,03           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,03        |
| 507                          | Напиток витаминизированный Витощка       | 200         | 0,00                | 0,00         | 1,84          | 7,40                           | 0,02        | 0,00        | 2,00         | 0,00         | 9,00          | 0,02        | 2,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,20        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                           | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>750</b>  | <b>25,30</b>        | <b>30,27</b> | <b>72,86</b>  | <b>666,78</b>                  | <b>0,82</b> | <b>0,49</b> | <b>57,13</b> | <b>8,60</b>  | <b>207,41</b> | <b>0,08</b> | <b>87,88</b>  | <b>0,05</b> | <b>1160,28</b> | <b>386,89</b>  | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,56</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 334                          | Кнели рыбные припущенные                 | 70          | 9,52                | 0,98         | 3,85          | 62,30                          | 0,12        | 0,13        | 0,71         | 0,89         | 62,69         | 0,02        | 51,29         | 0,05        | 400,81         | 232,53         | 0,13        | 0,00        | 0,62        |
| 414                          | Рис отварной                             | 130         | 3,59                | 4,81         | 29,25         | 174,92                         | 0,16        | 0,04        | 0,00         | 1,00         | 20,41         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 69                           | Салат овощной с зеленым горошком         | 60          | 3,71                | 5,15         | 11,00         | 104,03                         | 0,13        | 0,07        | 6,22         | 1,43         | 21,49         | 0,01        | 6,79          | 0,11        | 160,08         | 24,88          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 300                          | Яйца вареные                             | 40          | 5,10                | 4,60         | 0,30          | 63,00                          | 0,04        | 0,22        | 0,00         | 1,25         | 27,50         | 0,13        | 6,00          | 1,10        | 70,00          | 96,00          | 0,01        | 0,02        | 0,03        |
| 515                          | Молоко кипяченое                         | 200         | 5,80                | 5,00         | 9,60          | 108,00                         | 0,08        | 0,30        | 2,60         | 0,20         | 240,00        | 0,04        | 28,00         | 0,10        | 292,00         | 180,00         | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                           | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                     | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>525</b>  | <b>29,49</b>        | <b>20,69</b> | <b>63,93</b>  | <b>560,76</b>                  | <b>0,57</b> | <b>0,78</b> | <b>9,52</b>  | <b>5,64</b>  | <b>379,34</b> | <b>0,20</b> | <b>100,63</b> | <b>1,36</b> | <b>959,49</b>  | <b>562,50</b>  | <b>0,16</b> | <b>0,02</b> | <b>0,70</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1805</b> | <b>63,85</b>        | <b>60,39</b> | <b>205,99</b> | <b>1594,82</b>                 | <b>1,52</b> | <b>1,47</b> | <b>70,13</b> | <b>17,43</b> | <b>753,64</b> | <b>0,30</b> | <b>220,02</b> | <b>1,46</b> | <b>2459,94</b> | <b>1086,21</b> | <b>0,17</b> | <b>0,02</b> | <b>1,56</b> |

категории: Дети 3-7 лет.  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 2

| № рецептуры                  | Наименование блюда                         | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.        | A, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 301                          | Омлет натуральный                          | 150         | 12,90               | 20,07        | 3,46          | 244,61                         | 0,09        | 0,51        | 0,75         | 2,40         | 123,35         | 0,26        | 19,16         | 2,06        | 213,47         | 229,16         | 0,03        | 0,03        | 0,06        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями              | 15          | 3,90                | 3,98         | 0,52          | 53,34                          | 0,00        | 0,05        | 0,42         | 0,14         | 150,75         | 0,06        | 7,50          | 0,00        | 15,00          | 81,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 495                          | Чай с молоком                              | 200         | 1,66                | 1,32         | 17,44         | 85,36                          | 0,02        | 0,08        | 0,76         | 0,92         | 72,32          | 0,02        | 12,94         | 0,02        | 98,24          | 53,24          | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75           | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>390</b>  | <b>20,44</b>        | <b>25,62</b> | <b>33,49</b>  | <b>436,71</b>                  | <b>0,16</b> | <b>0,64</b> | <b>1,93</b>  | <b>3,93</b>  | <b>352,17</b>  | <b>0,34</b> | <b>39,60</b>  | <b>2,08</b> | <b>326,71</b>  | <b>363,40</b>  | <b>0,03</b> | <b>0,03</b> | <b>0,22</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                   | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00           | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 119                          | Икра свекольная или морковная (свекольная) | 60          | 1,21                | 4,87         | 7,19          | 77,57                          | 0,02        | 0,04        | 9,01         | 0,93         | 22,86          | 0,00        | 12,30         | 0,00        | 160,19         | 27,35          | 0,01        | 0,00        | 0,01        |
| 153                          | Суп с рыбными консервами                   | 200         | 7,38                | 5,78         | 12,84         | 133,00                         | 0,10        | 0,06        | 12,48        | 0,74         | 20,70          | 0,00        | 15,38         | 0,00        | 329,28         | 36,20          | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 412                          | Котлеты, биточки, шницели припущенные      | 70          | 10,50               | 7,50         | 6,50          | 132,00                         | 0,04        | 0,03        | 0,23         | 0,27         | 24,58          | 0,01        | 2,52          | 0,01        | 26,28          | 16,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 429                          | Картофельное пюре                          | 150         | 3,15                | 6,60         | 16,35         | 138,00                         | 0,17        | 0,14        | 25,50        | 1,17         | 41,55          | 0,02        | 32,13         | 0,02        | 748,53         | 93,33          | 0,02        | 0,00        | 0,05        |
| 507                          | Компот из свежих плодов (яблок)            | 200         | 0,16                | 0,16         | 18,90         | 75,64                          | 0,02        | 0,00        | 4,00         | 0,92         | 14,14          | 0,00        | 5,22          | 0,00        | 111,66         | 4,40           | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 24          | 1,90                | 0,24         | 11,59         | 51,26                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,46         | 5,52           | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                       | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90           | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>734</b>  | <b>26,26</b>        | <b>25,50</b> | <b>83,57</b>  | <b>661,77</b>                  | <b>0,45</b> | <b>0,29</b> | <b>51,22</b> | <b>5,83</b>  | <b>139,25</b>  | <b>0,02</b> | <b>84,65</b>  | <b>0,02</b> | <b>1449,14</b> | <b>235,68</b>  | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,41</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 313                          | Запеканка из творога                       | 150         | 24,00               | 25,20        | 23,90         | 425,00                         | 0,11        | 0,50        | 0,80         | 0,87         | 237,63         | 0,14        | 33,09         | 0,11        | 168,87         | 318,72         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 481                          | Молоко сгущенное                           | 25          | 1,80                | 2,12         | 13,88         | 82,00                          | 0,02        | 0,10        | 0,25         | 0,05         | 76,75          | 0,01        | 8,50          | 0,01        | 91,25          | 54,75          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 112                          | Фрукты свежие                              | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00          | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 516                          | Кефир                                      | 200         | 5,80                | 5,00         | 8,00          | 106,00                         | 0,08        | 0,34        | 1,40         | 0,20         | 240,00         | 0,04        | 28,00         | 0,00        | 292,00         | 180,00         | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30           | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                       | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95           | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>550</b>  | <b>33,97</b>        | <b>33,07</b> | <b>70,41</b>  | <b>732,01</b>                  | <b>0,30</b> | <b>0,97</b> | <b>17,45</b> | <b>5,29</b>  | <b>585,63</b>  | <b>0,19</b> | <b>91,64</b>  | <b>0,12</b> | <b>1005,72</b> | <b>599,07</b>  | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,07</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1774</b> | <b>81,17</b>        | <b>84,19</b> | <b>197,57</b> | <b>1872,71</b>                 | <b>0,92</b> | <b>1,91</b> | <b>72,60</b> | <b>16,45</b> | <b>1084,05</b> | <b>0,55</b> | <b>219,89</b> | <b>2,22</b> | <b>2901,56</b> | <b>1205,15</b> | <b>0,07</b> | <b>0,03</b> | <b>0,71</b> |

категории: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 3

| № рецептуры                  | Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.        | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |   |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 267                          | Каша пшеничная молочная жидкая                        | 200         | 7,80                | 9,46         | 35,80         | 283,60                         | 0,22        | 0,20        | 1,46          | 1,22         | 149,32        | 0,02        | 16,24         | 0,06        | 163,66         | 100,80        | 0,00        | 0,00        | 0,08        |
| 95                           | Повидло   | 25          | 0,00                | 0,00         | 15,25         | 61,00                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 496                          | Какао с молоком (1-й вариант)                         | 200         | 3,62                | 2,94         | 25,06         | 138,48                         | 0,04        | 0,16        | 1,30          | 0,82         | 129,38        | 0,02        | 27,86         | 0,06        | 191,86         | 109,66        | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>450</b>  | <b>13,40</b>        | <b>12,65</b> | <b>88,18</b>  | <b>536,48</b>                  | <b>0,31</b> | <b>0,36</b> | <b>2,76</b>   | <b>2,52</b>  | <b>284,45</b> | <b>0,04</b> | <b>44,10</b>  | <b>0,12</b> | <b>355,52</b>  | <b>210,46</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,22</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                              | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00          | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>   | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 10                           | Салат из моркови с изюмом                             | 60          | 0,82                | 0,09         | 13,66         | 56,97                          | 0,04        | 0,04        | 2,40          | 0,55         | 18,42         | 0,00        | 2,77          | 0,00        | 56,94          | 8,51          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 159                          | Суп-пюре из картофеля                                 | 200         | 3,88                | 5,16         | 19,80         | 141,00                         | 0,14        | 0,18        | 17,14         | 0,88         | 99,20         | 0,02        | 29,30         | 0,04        | 556,60         | 109,40        | 0,02        | 0,00        | 0,14        |
| 391                          | Фрикадельки мясные паровые                            | 70          | 10,49               | 9,69         | 5,11          | 147,24                         | 0,05        | 0,08        | 0,00          | 1,60         | 8,09          | 0,00        | 11,49         | 0,00        | 168,87         | 97,38         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 423                          | Капуста тушеная                                       | 150         | 5,55                | 5,40         | 5,85          | 94,50                          | 0,08        | 0,09        | 74,25         | 1,20         | 81,11         | 0,00        | 26,46         | 0,00        | 488,39         | 54,05         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов                           | 200         | 0,10                | 0,00         | 19,40         | 73,80                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,04         | 9,00          | 0,00        | 1,90          | 0,00        | 0,44           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,58                | 0,20         | 9,66          | 42,72                          | 0,04        | 0,00        | 0,00          | 0,38         | 4,60          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00          | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>730</b>  | <b>24,38</b>        | <b>20,89</b> | <b>83,68</b>  | <b>610,53</b>                  | <b>0,41</b> | <b>0,41</b> | <b>93,79</b>  | <b>6,01</b>  | <b>230,32</b> | <b>0,02</b> | <b>89,02</b>  | <b>0,04</b> | <b>1344,43</b> | <b>327,54</b> | <b>0,03</b> | <b>0,00</b> | <b>0,38</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 115                          | Икра кабачковая                                       | 60          | 0,78                | 2,94         | 3,00          | 41,40                          | 0,02        | 0,00        | 4,68          | 1,44         | 15,60         | 0,00        | 9,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 354                          | Запеканка картофельная с печенью                      | 150         | 13,80               | 4,65         | 17,02         | 165,00                         | 0,29        | 1,07        | 40,91         | 4,28         | 19,89         | 3,68        | 38,58         | 0,56        | 868,38         | 218,07        | 0,02        | 0,02        | 0,14        |
| 543                          | Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем (яблочным) | 60          | 3,26                | 1,96         | 28,63         | 146,36                         | 0,13        | 0,13        | 2,31          | 0,89         | 4,81          | 0,01        | 2,50          | 0,03        | 66,38          | 8,12          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 515                          | Молоко кипяченое                                      | 200         | 5,80                | 5,00         | 9,60          | 108,00                         | 0,08        | 0,30        | 2,60          | 0,20         | 240,00        | 0,04        | 28,00         | 0,10        | 292,00         | 180,00        | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00          | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 12          | 0,95                | 0,12         | 5,80          | 25,63                          | 0,02        | 0,00        | 0,00          | 0,23         | 2,76          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>497</b>  | <b>25,57</b>        | <b>14,72</b> | <b>69,15</b>  | <b>513,54</b>                  | <b>0,56</b> | <b>1,51</b> | <b>50,50</b>  | <b>7,71</b>  | <b>288,01</b> | <b>3,72</b> | <b>86,63</b>  | <b>0,69</b> | <b>1263,36</b> | <b>435,29</b> | <b>0,04</b> | <b>0,02</b> | <b>0,18</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |   | <b>1777</b> | <b>63,85</b>        | <b>48,26</b> | <b>251,11</b> | <b>1702,77</b>                 | <b>1,29</b> | <b>2,29</b> | <b>149,05</b> | <b>17,63</b> | <b>809,78</b> | <b>3,78</b> | <b>223,75</b> | <b>0,85</b> | <b>3083,32</b> | <b>980,30</b> | <b>0,06</b> | <b>0,02</b> | <b>0,79</b> |

категории: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 4

| № рецептуры                  | Наименование блюда                                      | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |   |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 255                          | Каша ячневая вязкая                                     | 200         | 6,40                | 11,40        | 35,76         | 271,20                         | 0,16        | 0,22        | 1,42         | 0,94         | 172,86        | 0,02        | 38,14         | 0,06        | 251,62         | 251,30         | 0,00        | 0,00        | 0,12        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями                           | 15          | 3,90                | 3,98         | 0,52          | 53,34                          | 0,00        | 0,05        | 0,42         | 0,14         | 150,75        | 0,06        | 7,50          | 0,00        | 15,00          | 81,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 501                          | Кофейный напиток с молоком                              | 200         | 3,60                | 3,22         | 15,52         | 104,30                         | 0,04        | 0,16        | 1,30         | 0,14         | 125,70        | 0,02        | 15,20         | 0,06        | 146,30         | 90,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>440</b>  | <b>15,88</b>        | <b>18,85</b> | <b>63,87</b>  | <b>482,24</b>                  | <b>0,25</b> | <b>0,43</b> | <b>3,14</b>  | <b>1,69</b>  | <b>455,06</b> | <b>0,10</b> | <b>60,84</b>  | <b>0,12</b> | <b>412,92</b>  | <b>422,30</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,26</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                                | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 73                           | Салат картофельный с зеленым горошком и соленым огурцом | 60          | 1,63                | 4,00         | 9,15          | 78,33                          | 0,06        | 0,04        | 5,55         | 0,71         | 12,21         | 0,00        | 5,52          | 0,00        | 136,32         | 16,32          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 142                          | Щи из свежей капусты с картофелем                       | 200         | 1,40                | 3,98         | 6,22          | 66,40                          | 0,06        | 0,06        | 25,04        | 0,66         | 40,98         | 0,02        | 15,26         | 0,00        | 279,60         | 35,84          | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 370                          | Плов из отварной свинины                                | 200         | 15,12               | 14,88        | 39,36         | 352,00                         | 0,54        | 0,16        | 1,80         | 2,44         | 34,18         | 0,00        | 16,68         | 0,00        | 198,68         | 110,92         | 0,00        | 0,00        | 0,04        |
| 503                          | Кисель плодово-ягодный                                  | 200         | 0,00                | 0,00         | 9,98          | 37,90                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,04         | 8,86          | 0,00        | 1,90          | 0,00        | 0,30           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 453                          | Соус томатный   | 50          | 0,40                | 2,53         | 3,19          | 37,21                          | 0,02        | 0,02        | 1,37         | 0,10         | 1,75          | 0,00        | 0,25          | 0,00        | 0,03           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,03        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>765</b>  | <b>22,49</b>        | <b>25,99</b> | <b>90,17</b>  | <b>679,54</b>                  | <b>0,79</b> | <b>0,30</b> | <b>33,76</b> | <b>5,77</b>  | <b>113,63</b> | <b>0,02</b> | <b>56,71</b>  | <b>0,00</b> | <b>688,13</b>  | <b>221,28</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,42</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |   |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 343                          | Рыба, тушенная в томате с овощами                       | 100         | 9,50                | 5,14         | 4,50          | 102,14                         | 0,09        | 0,09        | 3,36         | 0,77         | 33,35         | 0,01        | 35,58         | 0,00        | 278,54         | 154,94         | 0,09        | 0,00        | 0,44        |
| 429                          | Картофельное пюре                                       | 150         | 3,26                | 5,22         | 21,73         | 147,38                         | 0,17        | 0,14        | 25,50        | 1,17         | 41,55         | 0,02        | 32,13         | 0,02        | 748,53         | 93,33          | 0,02        | 0,00        | 0,05        |
| 112                          | Плоды свежие  | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 515                          | Молоко кипяченое  | 200         | 5,80                | 5,00         | 9,60          | 108,00                         | 0,08        | 0,30        | 2,60         | 0,20         | 240,00        | 0,04        | 28,00         | 0,10        | 292,00         | 180,00         | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный  | 22          | 1,74                | 0,22         | 10,62         | 46,99                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,23         | 2,76          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |   | <b>637</b>  | <b>21,88</b>        | <b>16,23</b> | <b>66,25</b>  | <b>502,16</b>                  | <b>0,43</b> | <b>0,57</b> | <b>46,46</b> | <b>6,35</b>  | <b>346,61</b> | <b>0,07</b> | <b>117,76</b> | <b>0,12</b> | <b>1772,67</b> | <b>473,87</b>  | <b>0,13</b> | <b>0,00</b> | <b>0,54</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |   | <b>1942</b> | <b>60,75</b>        | <b>61,07</b> | <b>230,39</b> | <b>1706,16</b>                 | <b>1,48</b> | <b>1,30</b> | <b>85,36</b> | <b>15,21</b> | <b>922,30</b> | <b>0,19</b> | <b>239,31</b> | <b>0,24</b> | <b>2993,72</b> | <b>1124,45</b> | <b>0,13</b> | <b>0,00</b> | <b>1,23</b> |

Категории: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 5

| № рецептуры                  | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.        | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                       |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 165                          | Суп молочный с макаронными изделиями  | 200         | 5,74                | 4,90         | 8,68          | 146,90                         | 0,08        | 0,22        | 1,82          | 2,72         | 179,16        | 0,04        | 20,20         | 0,08        | 204,44         | 126,00         | 0,02        | 0,00        | 0,08        |
| 300                          | Яйца вареные                          | 40          | 5,10                | 4,60         | 0,30          | 63,00                          | 0,04        | 0,22        | 0,00          | 1,25         | 27,50         | 0,13        | 6,00          | 1,10        | 70,00          | 96,00          | 0,01        | 0,02        | 0,03        |
| 495                          | Чай с молоком                         | 200         | 1,66                | 1,32         | 17,44         | 85,36                          | 0,02        | 0,08        | 0,76          | 0,92         | 72,32         | 0,02        | 12,94         | 0,02        | 98,24          | 53,24          | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>465</b>  | <b>14,48</b>        | <b>11,07</b> | <b>38,49</b>  | <b>348,66</b>                  | <b>0,19</b> | <b>0,52</b> | <b>2,58</b>   | <b>5,37</b>  | <b>284,73</b> | <b>0,19</b> | <b>39,14</b>  | <b>1,20</b> | <b>372,68</b>  | <b>275,24</b>  | <b>0,03</b> | <b>0,02</b> | <b>0,27</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 507                          | Напиток витаминизированный<br>Витошка | 100         | 0,00                | 0,00         | 0,92          | 3,70                           | 0,01        | 0,00        | 1,00          | 0,00         | 4,50          | 0,01        | 1,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,10        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>100</b>  | <b>0,00</b>         | <b>0,00</b>  | <b>0,92</b>   | <b>3,70</b>                    | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>1,00</b>   | <b>0,00</b>  | <b>4,50</b>   | <b>0,01</b> | <b>1,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b>    | <b>0,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,10</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 7                            | Салат из моркови                      | 60          | 0,68                | 6,05         | 5,44          | 79,24                          | 0,03        | 0,04        | 2,64          | 0,37         | 14,31         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,05           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 134                          | Рассольник Ленинградский              | 200         | 1,64                | 4,20         | 13,00         | 99,60                          | 0,12        | 0,12        | 13,68         | 1,62         | 26,88         | 0,04        | 25,14         | 0,00        | 454,76         | 135,30         | 0,00        | 0,00        | 0,08        |
| 401                          | Печень, тушенная в соусе              | 70          | 9,31                | 5,39         | 3,85          | 100,80                         | 0,17        | 1,12        | 16,49         | 3,51         | 21,14         | 4,18        | 10,52         | 0,61        | 157,97         | 166,73         | 0,01        | 0,02        | 0,12        |
| ТТК № 1                      | Отварная капуста с маслом             | 130         | 1,47                | 5,42         | 4,54          | 73,72                          | 0,03        | 0,04        | 32,02         | 0,55         | 39,94         | 0,00        | 12,74         | 0,00        | 221,42         | 26,78          | 0,00        | 0,00        | 0,05        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов           | 200         | 0,10                | 0,00         | 19,40         | 73,80                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,04         | 9,00          | 0,00        | 1,90          | 0,00        | 0,44           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 22          | 1,74                | 0,22         | 10,63         | 46,99                          | 0,04        | 0,00        | 0,00          | 0,42         | 5,06          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00          | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>712</b>  | <b>16,90</b>        | <b>21,63</b> | <b>67,06</b>  | <b>528,45</b>                  | <b>0,45</b> | <b>1,34</b> | <b>64,83</b>  | <b>7,86</b>  | <b>126,23</b> | <b>4,22</b> | <b>67,40</b>  | <b>0,61</b> | <b>907,84</b>  | <b>387,01</b>  | <b>0,01</b> | <b>0,02</b> | <b>0,44</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 76                           | Винегрет овощной                      | 60          | 1,10                | 6,08         | 4,33          | 76,57                          | 0,02        | 0,02        | 4,74          | 0,58         | 13,56         | 0,00        | 6,28          | 0,00        | 116,65         | 20,35          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| ТТК № 3                      | Картофель, тушенный с луком           | 180         | 4,56                | 10,44        | 16,20         | 202,58                         | 0,20        | 0,20        | 29,77         | 1,48         | 75,35         | 0,02        | 40,28         | 0,02        | 874,22         | 130,28         | 0,02        | 0,00        | 0,05        |
| 590                          | Печенье                               | 60          | 4,50                | 7,08         | 44,94         | 250,26                         | 0,05        | 0,05        | 0,00          | 0,60         | 12,00         | 0,00        | 7,80          | 0,00        | 54,00          | 41,40          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 517                          | Йогурт                                | 200         | 10,00               | 6,40         | 7,00          | 136,00                         | 0,08        | 0,40        | 1,20          | 0,20         | 244,00        | 0,04        | 30,00         | 0,00        | 294,00         | 192,00         | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00          | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>540</b>  | <b>23,12</b>        | <b>30,30</b> | <b>89,64</b>  | <b>745,96</b>                  | <b>0,43</b> | <b>0,68</b> | <b>35,71</b>  | <b>4,00</b>  | <b>355,61</b> | <b>0,06</b> | <b>92,91</b>  | <b>0,02</b> | <b>1375,47</b> | <b>413,13</b>  | <b>0,04</b> | <b>0,00</b> | <b>0,10</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                       | <b>1817</b> | <b>54,50</b>        | <b>63,00</b> | <b>196,11</b> | <b>1626,77</b>                 | <b>1,07</b> | <b>2,54</b> | <b>104,12</b> | <b>17,23</b> | <b>771,06</b> | <b>4,48</b> | <b>200,45</b> | <b>1,83</b> | <b>2655,99</b> | <b>1075,38</b> | <b>0,08</b> | <b>0,04</b> | <b>0,91</b> |



Категории: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 6

| № рецептуры                  | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 264                          | Каша молочная пшеничная жидкая   | 200         | 8,00                | 6,02         | 37,84         | 229,94                         | 0,12        | 0,36        | 1,30         | 0,92         | 223,66        | 0,02        | 34,48         | 0,06        | 264,96         | 189,00         | 0,02        | 0,00        | 0,08        |
| 105                          | Масло сливочное                  | 5           | 0,06                | 3,08         | 0,09          | 28,30                          | 0,00        | 0,01        | 0,00         | 0,02         | 1,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 501                          | Кофейный напиток с молоком       | 200         | 3,60                | 3,22         | 15,52         | 104,30                         | 0,04        | 0,16        | 1,30         | 0,14         | 125,70        | 0,02        | 15,20         | 0,06        | 146,30         | 90,00          | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                   | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>430</b>  | <b>13,64</b>        | <b>12,57</b> | <b>65,52</b>  | <b>415,94</b>                  | <b>0,21</b> | <b>0,53</b> | <b>2,60</b>  | <b>1,55</b>  | <b>356,56</b> | <b>0,04</b> | <b>49,68</b>  | <b>0,12</b> | <b>411,26</b>  | <b>279,00</b>  | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,22</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные         | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 2                            | Салат витаминный                 | 60          | 0,68                | 6,08         | 6,37          | 83,13                          | 0,02        | 0,02        | 12,78        | 0,53         | 17,74         | 0,00        | 4,92          | 0,00        | 105,45         | 8,76           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 156                          | Суп-лапша домашняя               | 200         | 2,04                | 4,46         | 11,12         | 88,80                          | 0,10        | 0,16        | 1,76         | 1,12         | 21,04         | 0,04        | 12,16         | 0,08        | 112,72         | 91,52          | 0,00        | 0,00        | 0,26        |
| 372                          | Голубцы ленивые                  | 70          | 5,95                | 5,81         | 2,80          | 87,50                          | 0,18        | 0,06        | 19,32        | 0,84         | 25,43         | 0,00        | 14,03         | 0,00        | 213,15         | 61,38          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 237                          | Каша гречневая рассыпчатая       | 130         | 7,54                | 5,55         | 33,72         | 215,45                         | 0,26        | 0,13        | 0,00         | 3,99         | 17,51         | 0,00        | 0,88          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,09        |
| 442                          | Соус сметанный                   | 50          | 0,80                | 4,53         | 1,78          | 51,75                          | 0,02        | 0,03        | 0,11         | 0,07         | 23,60         | 0,03        | 2,53          | 0,02        | 29,00          | 15,25          | 0,00        | 0,00        | 0,03        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов      | 200         | 0,10                | 0,00         | 19,40         | 73,80                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,04         | 9,00          | 0,00        | 1,90          | 0,00        | 0,44           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный             | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                   | 30          | 2,37                | 0,30         | 14,49         | 64,08                          | 0,06        | 0,00        | 0,00         | 0,57         | 6,90          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>770</b>  | <b>21,44</b>        | <b>27,08</b> | <b>99,88</b>  | <b>718,81</b>                  | <b>0,69</b> | <b>0,43</b> | <b>33,97</b> | <b>8,51</b>  | <b>131,12</b> | <b>0,07</b> | <b>53,52</b>  | <b>0,10</b> | <b>533,96</b>  | <b>235,11</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,59</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                  |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 337                          | Рыба, запеченная в омлете        | 100         | 15,90               | 7,80         | 3,20          | 147,00                         | 0,15        | 0,26        | 0,62         | 1,46         | 61,50         | 0,08        | 52,92         | 0,58        | 420,60         | 270,12         | 0,14        | 0,01        | 0,63        |
| 69                           | Салат овощной с зеленым горошком | 60          | 1,68                | 4,26         | 5,46          | 66,60                          | 0,13        | 0,07        | 6,22         | 1,43         | 21,49         | 0,01        | 6,79          | 0,11        | 160,08         | 24,88          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 550                          | Манник                           | 80          | 4,43                | 4,12         | 24,86         | 154,46                         | 0,05        | 0,12        | 0,21         | 0,58         | 47,61         | 0,04        | 9,40          | 0,27        | 88,14          | 68,22          | 0,01        | 0,01        | 0,02        |
| 515                          | Молоко кипяченое                 | 200         | 5,80                | 5,00         | 9,60          | 108,00                         | 0,08        | 0,30        | 2,60         | 0,20         | 240,00        | 0,04        | 28,00         | 0,10        | 292,00         | 180,00         | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                   | 17          | 1,34                | 0,17         | 8,21          | 36,30                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,32         | 3,91          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный             | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                  | <b>472</b>  | <b>30,13</b>        | <b>21,40</b> | <b>56,43</b>  | <b>539,51</b>                  | <b>0,47</b> | <b>0,77</b> | <b>9,64</b>  | <b>4,67</b>  | <b>379,45</b> | <b>0,17</b> | <b>105,66</b> | <b>1,06</b> | <b>997,42</b>  | <b>572,32</b>  | <b>0,17</b> | <b>0,02</b> | <b>0,70</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                  | <b>1772</b> | <b>65,71</b>        | <b>61,05</b> | <b>231,93</b> | <b>1716,48</b>                 | <b>1,38</b> | <b>1,74</b> | <b>48,21</b> | <b>16,13</b> | <b>874,14</b> | <b>0,28</b> | <b>212,85</b> | <b>1,28</b> | <b>2062,64</b> | <b>1093,43</b> | <b>0,19</b> | <b>0,02</b> | <b>1,53</b> |

Категории: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 7

| № рецептуры                  | Наименование блюда              | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.        | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | К, мг.         | P, мг.         | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------|-------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                 |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 301                          | Омлет натуральный               | 150         | 12,90               | 20,07        | 3,46          | 244,61                         | 0,09        | 0,51        | 0,75         | 2,40         | 123,35         | 0,26        | 19,16         | 2,06        | 213,47         | 229,16         | 0,03        | 0,03        | 0,06        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями   | 15          | 3,90                | 3,98         | 0,52          | 53,34                          | 0,00        | 0,05        | 0,42         | 0,14         | 150,75         | 0,06        | 7,50          | 0,00        | 15,00          | 81,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 495                          | Чай с молоком                   | 200         | 1,66                | 1,32         | 17,44         | 85,36                          | 0,02        | 0,08        | 0,76         | 0,92         | 72,32          | 0,02        | 12,94         | 0,02        | 98,24          | 53,24          | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                  | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75           | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>390</b>  | <b>20,44</b>        | <b>25,62</b> | <b>33,49</b>  | <b>436,71</b>                  | <b>0,16</b> | <b>0,64</b> | <b>1,93</b>  | <b>3,93</b>  | <b>352,17</b>  | <b>0,34</b> | <b>39,60</b>  | <b>2,08</b> | <b>326,71</b>  | <b>363,40</b>  | <b>0,03</b> | <b>0,03</b> | <b>0,22</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные        | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00           | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00           | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>    | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 52                           | Салат из свеклы с изюмом        | 60          | 0,95                | 3,69         | 9,13          | 72,29                          | 0,02        | 0,02        | 4,98         | 0,91         | 24,19          | 0,00        | 13,98         | 0,00        | 205,34         | 30,70          | 0,01        | 0,00        | 0,01        |
| 154                          | Суп крестьянский с крупой       | 200         | 1,70                | 4,08         | 11,64         | 90,00                          | 0,08        | 0,12        | 16,90        | 1,38         | 43,56          | 0,04        | 23,82         | 0,00        | 315,76         | 133,60         | 0,00        | 0,00        | 0,24        |
| 367                          | Гуляш из свинины                | 80          | 13,70               | 14,60        | 2,80          | 198,00                         | 0,35        | 0,11        | 2,72         | 1,28         | 8,60           | 0,00        | 16,74         | 0,00        | 199,72         | 110,14         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 414                          | Рис отварной                    | 130         | 3,59                | 4,81         | 29,25         | 174,92                         | 0,16        | 0,04        | 0,00         | 1,00         | 20,41          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 507                          | Компот из свежих плодов (яблок) | 200         | 0,16                | 0,16         | 18,90         | 75,64                          | 0,02        | 0,00        | 4,00         | 0,92         | 14,14          | 0,00        | 5,22          | 0,00        | 111,66         | 4,40           | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                  | 23          | 1,82                | 0,23         | 11,11         | 49,13                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,44         | 5,29           | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный            | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90           | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>723</b>  | <b>23,88</b>        | <b>27,92</b> | <b>93,03</b>  | <b>714,28</b>                  | <b>0,74</b> | <b>0,32</b> | <b>28,60</b> | <b>7,28</b>  | <b>126,09</b>  | <b>0,04</b> | <b>76,86</b>  | <b>0,00</b> | <b>905,68</b>  | <b>337,05</b>  | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,46</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                 |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |                |             |               |             |                |                |             |             |             |
| 313                          | Запеканка из творога            | 150         | 25,31               | 17,19        | 21,06         | 338,46                         | 0,11        | 0,50        | 0,80         | 0,87         | 237,63         | 0,14        | 33,09         | 0,11        | 168,87         | 318,72         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 481                          | Молоко сгущенное                | 25          | 1,80                | 2,12         | 13,88         | 82,00                          | 0,02        | 0,10        | 0,25         | 0,05         | 76,75          | 0,01        | 8,50          | 0,01        | 91,25          | 54,75          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 553                          | Шанежка с картофелем            | 60          | 6,30                | 6,20         | 33,20         | 214,00                         | 0,22        | 0,26        | 8,77         | 1,07         | 42,32          | 0,02        | 14,62         | 0,17        | 288,86         | 66,00          | 0,01        | 0,00        | 0,02        |
| 516                          | Кефир                           | 200         | 5,80                | 5,00         | 8,00          | 106,00                         | 0,08        | 0,34        | 1,40         | 0,20         | 240,00         | 0,04        | 28,00         | 0,00        | 292,00         | 180,00         | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                  | 20          | 1,58                | 0,20         | 9,66          | 42,72                          | 0,04        | 0,00        | 0,00         | 0,38         | 4,60           | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00           | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный            | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95           | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                 | <b>470</b>  | <b>41,77</b>        | <b>30,76</b> | <b>90,90</b>  | <b>810,33</b>                  | <b>0,49</b> | <b>1,21</b> | <b>11,22</b> | <b>3,24</b>  | <b>606,25</b>  | <b>0,21</b> | <b>92,76</b>  | <b>0,29</b> | <b>877,58</b>  | <b>648,57</b>  | <b>0,03</b> | <b>0,00</b> | <b>0,08</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                 | <b>1683</b> | <b>86,59</b>        | <b>84,30</b> | <b>227,52</b> | <b>2003,54</b>                 | <b>1,40</b> | <b>2,18</b> | <b>43,75</b> | <b>15,85</b> | <b>1091,51</b> | <b>0,59</b> | <b>213,21</b> | <b>2,36</b> | <b>2229,97</b> | <b>1356,01</b> | <b>0,07</b> | <b>0,03</b> | <b>0,77</b> |

Категории: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 8

| № рецептуры                  | Наименование блюда            | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | А, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                               |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                               |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 268                          | Каша рисовая молочная жидкая  | 200         | 5,80                | 6,82         | 29,92         | 204,30                         | 0,16        | 0,20        | 1,54         | 0,80         | 158,14        | 0,02        | 17,10         | 0,06        | 172,42         | 106,20        | 0,02        | 0,00        | 0,08        |
| 105                          | Масло сливочное               | 5           | 0,06                | 3,08         | 0,09          | 28,30                          | 0,00        | 0,01        | 0,00         | 0,02         | 1,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 496                          | Какао с молоком (1-й вариант) | 200         | 3,62                | 2,94         | 25,06         | 138,48                         | 0,04        | 0,16        | 1,30         | 0,82         | 129,38        | 0,02        | 27,86         | 0,06        | 191,86         | 109,66        | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                               | <b>430</b>  | <b>11,46</b>        | <b>13,09</b> | <b>67,14</b>  | <b>424,48</b>                  | <b>0,25</b> | <b>0,37</b> | <b>2,84</b>  | <b>2,11</b>  | <b>294,72</b> | <b>0,04</b> | <b>44,96</b>  | <b>0,12</b> | <b>364,28</b>  | <b>215,86</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,22</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                               |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные      | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                               | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                               |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 7                            | Салат из моркови              | 60          | 0,68                | 6,05         | 5,44          | 79,24                          | 0,03        | 0,04        | 2,64         | 0,37         | 14,31         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,05           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 161                          | Суп- пюре из разных овощей    | 200         | 2,48                | 3,38         | 10,46         | 83,34                          | 0,08        | 0,10        | 15,02        | 0,60         | 64,26         | 0,00        | 14,16         | 0,02        | 220,04         | 48,28         | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 381                          | Котлеты, биточки, шницели     | 70          | 10,13               | 25,48        | 7,20          | 296,07                         | 0,34        | 0,11        | 0,21         | 1,30         | 26,59         | 0,01        | 16,70         | 0,01        | 195,08         | 113,22        | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 291                          | Макаронные изделия отварные   | 130         | 5,07                | 4,52         | 30,86         | 184,28                         | 0,08        | 0,04        | 0,00         | 0,95         | 12,31         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 453                          | Соус томатный                 | 30          | 0,24                | 1,52         | 1,92          | 22,32                          | 0,01        | 0,01        | 0,82         | 0,06         | 1,05          | 0,00        | 0,15          | 0,00        | 0,02           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 503                          | Кисель плодово-ягодный        | 200         | 0,00                | 0,00         | 9,98          | 37,90                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,04         | 8,86          | 0,00        | 1,90          | 0,00        | 0,30           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный          | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                | 15          | 1,19                | 0,15         | 7,24          | 32,04                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,29         | 3,45          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                               | <b>735</b>  | <b>21,75</b>        | <b>41,45</b> | <b>83,30</b>  | <b>789,49</b>                  | <b>0,63</b> | <b>0,32</b> | <b>18,69</b> | <b>4,95</b>  | <b>140,73</b> | <b>0,01</b> | <b>50,01</b>  | <b>0,03</b> | <b>488,69</b>  | <b>219,70</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,40</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                               |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 348                          | Рыбные хлебцы (паровые)       | 70          | 11,33               | 3,44         | 5,19          | 95,45                          | 0,09        | 0,12        | 0,48         | 0,83         | 47,53         | 0,03        | 35,15         | 0,15        | 277,24         | 166,45        | 0,09        | 0,00        | 0,42        |
| 429                          | Картофельное пюре             | 150         | 3,26                | 5,22         | 21,73         | 147,38                         | 0,17        | 0,14        | 25,50        | 1,17         | 41,55         | 0,02        | 32,13         | 0,02        | 748,53         | 93,33         | 0,02        | 0,00        | 0,05        |
| 112                          | Плоды свежие                  | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 515                          | Молоко кипяченое              | 200         | 5,80                | 5,00         | 9,60          | 108,00                         | 0,08        | 0,30        | 2,60         | 0,20         | 240,00        | 0,04        | 28,00         | 0,10        | 292,00         | 180,00        | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                | 10          | 0,79                | 0,10         | 4,83          | 21,36                          | 0,02        | 0,00        | 0,00         | 0,19         | 2,30          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный          | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                               | <b>595</b>  | <b>22,76</b>        | <b>14,41</b> | <b>61,15</b>  | <b>469,84</b>                  | <b>0,43</b> | <b>0,60</b> | <b>43,58</b> | <b>6,36</b>  | <b>360,33</b> | <b>0,08</b> | <b>117,33</b> | <b>0,26</b> | <b>1771,37</b> | <b>485,38</b> | <b>0,13</b> | <b>0,00</b> | <b>0,52</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                               | <b>1860</b> | <b>56,47</b>        | <b>68,95</b> | <b>221,69</b> | <b>1726,03</b>                 | <b>1,32</b> | <b>1,29</b> | <b>67,11</b> | <b>14,82</b> | <b>802,78</b> | <b>0,13</b> | <b>216,31</b> | <b>0,41</b> | <b>2744,34</b> | <b>927,93</b> | <b>0,15</b> | <b>0,00</b> | <b>1,16</b> |

Категория: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 9

| № рецептуры                  | Наименование блюда                         | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.        | Fe, мг.      | Ca, мг.       | A, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |  |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 165                          | Суп молочный с макаронными изделиями       | 200         | 5,74                | 4,90         | 8,68          | 146,90                         | 0,08        | 0,22        | 1,82          | 2,72         | 179,16        | 0,04        | 20,20         | 0,08        | 204,44         | 126,00        | 0,02        | 0,00        | 0,08        |
| 95                           | Повидло                                    | 25          | 0,00                | 0,00         | 15,25         | 61,00                          | 0,00        | 0,00        | 0,00          | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 493                          | Чай с сахаром                              | 200         | 0,20                | 0,06         | 15,04         | 58,36                          | 0,00        | 0,00        | 0,10          | 0,86         | 14,58         | 0,00        | 6,44          | 0,00        | 25,24          | 8,24          | 0,00        | 0,00        | 0,20        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>450</b>  | <b>7,92</b>         | <b>5,21</b>  | <b>51,04</b>  | <b>319,66</b>                  | <b>0,13</b> | <b>0,22</b> | <b>1,92</b>   | <b>4,06</b>  | <b>199,49</b> | <b>0,04</b> | <b>26,64</b>  | <b>0,08</b> | <b>229,68</b>  | <b>134,24</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,28</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные                   | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00          | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>   | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 76                           | Винегрет овощной                           | 60          | 1,10                | 6,08         | 4,33          | 76,57                          | 0,02        | 0,02        | 4,74          | 0,58         | 13,56         | 0,00        | 6,28          | 0,00        | 116,65         | 20,35         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 144                          | Суп картофельный с горохом                 | 200         | 1,84                | 3,40         | 12,10         | 86,40                          | 0,06        | 0,04        | 11,20         | 0,58         | 16,64         | 0,00        | 13,92         | 0,00        | 298,00         | 33,64         | 0,00        | 0,00        | 0,14        |
| 390                          | Тефтели из говядины с рисом ("ежики")      | 70          | 6,65                | 10,71        | 7,98          | 154,70                         | 0,07        | 0,11        | 1,77          | 1,14         | 36,46         | 0,01        | 11,82         | 0,01        | 156,79         | 85,33         | 0,01        | 0,00        | 0,04        |
| 423                          | Капуста тушеная                            | 150         | 3,45                | 6,95         | 15,20         | 138,39                         | 0,08        | 0,09        | 74,25         | 1,20         | 81,11         | 0,00        | 26,46         | 0,00        | 488,39         | 54,05         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 507                          | Напиток витаминизированный Витошка         | 200         | 0,00                | 0,00         | 1,84          | 7,40                           | 0,02        | 0,00        | 2,00          | 0,00         | 9,00          | 0,02        | 2,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,20        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                       | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00          | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>735</b>  | <b>16,98</b>        | <b>27,74</b> | <b>63,72</b>  | <b>571,16</b>                  | <b>0,36</b> | <b>0,29</b> | <b>93,96</b>  | <b>5,32</b>  | <b>172,41</b> | <b>0,03</b> | <b>77,58</b>  | <b>0,01</b> | <b>1133,02</b> | <b>251,56</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,40</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |  |             |                     |              |               |                                |             |             |               |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 314                          | Запеканка морковная с творогом             | 150         | 9,82                | 6,70         | 20,47         | 217,50                         | 0,12        | 0,30        | 5,30          | 1,23         | 154,82        | 0,08        | 19,88         | 0,15        | 129,02         | 170,60        | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 481                          | Молоко сгущенное                           | 25          | 1,80                | 2,12         | 13,88         | 82,00                          | 0,02        | 0,10        | 0,25          | 0,05         | 76,75         | 0,01        | 8,50          | 0,01        | 91,25          | 54,75         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 543                          | Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем | 60          | 6,08                | 4,87         | 22,55         | 159,93                         | 0,13        | 0,15        | 0,29          | 0,85         | 3,73          | 0,01        | 3,85          | 0,03        | 55,52          | 33,15         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| 515                          | Молоко кипяченое                           | 200         | 5,80                | 5,00         | 9,60          | 108,00                         | 0,08        | 0,30        | 2,60          | 0,20         | 240,00        | 0,04        | 28,00         | 0,10        | 292,00         | 180,00        | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                             | 20          | 1,58                | 0,20         | 9,66          | 42,72                          | 0,04        | 0,00        | 0,00          | 0,38         | 4,60          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                       | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00          | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |  | <b>470</b>  | <b>26,06</b>        | <b>18,94</b> | <b>81,26</b>  | <b>637,30</b>                  | <b>0,42</b> | <b>0,86</b> | <b>8,44</b>   | <b>3,38</b>  | <b>484,84</b> | <b>0,13</b> | <b>68,78</b>  | <b>0,29</b> | <b>604,39</b>  | <b>467,60</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,08</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |  | <b>1755</b> | <b>51,46</b>        | <b>51,89</b> | <b>206,12</b> | <b>1570,34</b>                 | <b>0,92</b> | <b>1,38</b> | <b>106,32</b> | <b>14,16</b> | <b>863,74</b> | <b>0,20</b> | <b>177,00</b> | <b>0,39</b> | <b>2087,09</b> | <b>860,40</b> | <b>0,05</b> | <b>0,00</b> | <b>0,77</b> |

Категория: Дети 3-7 лет  
 Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 День: 10

| № рецептуры                  | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг.     | В2, мг.     | С, мг.       | Fe, мг.      | Ca, мг.       | A, мг.      | Mg, мг.       | D, мг.      | K, мг.         | P, мг.        | I, мг.      | Se, мг.     | F, мг.      |
|------------------------------|---------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
|                              |                                       |             | Б                   | Ж            | У             |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>               |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 266                          | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"    | 200         | 7,28                | 7,94         | 29,78         | 219,38                         | 0,18        | 0,22        | 1,54         | 1,26         | 161,82        | 0,02        | 17,10         | 0,06        | 172,42         | 106,20        | 0,02        | 0,00        | 0,08        |
| 100                          | Сыр сычужный твердый порциями         | 15          | 3,90                | 3,98         | 0,52          | 53,34                          | 0,00        | 0,05        | 0,42         | 0,14         | 150,75        | 0,06        | 7,50          | 0,00        | 15,00          | 81,00         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 495                          | Чай с молоком                         | 200         | 1,66                | 1,32         | 17,44         | 85,36                          | 0,02        | 0,08        | 0,76         | 0,92         | 72,32         | 0,02        | 12,94         | 0,02        | 98,24          | 53,24         | 0,00        | 0,00        | 0,16        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 25          | 1,98                | 0,25         | 12,07         | 53,40                          | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,48         | 5,75          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>440</b>  | <b>14,82</b>        | <b>13,49</b> | <b>59,81</b>  | <b>411,48</b>                  | <b>0,25</b> | <b>0,35</b> | <b>2,72</b>  | <b>2,79</b>  | <b>390,64</b> | <b>0,10</b> | <b>37,54</b>  | <b>0,08</b> | <b>285,66</b>  | <b>240,44</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,24</b> |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>             |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 518                          | Соки фруктовые и ягодные              | 100         | 0,50                | 0,00         | 10,10         | 42,22                          | 0,01        | 0,01        | 2,00         | 1,40         | 7,00          | 0,00        | 4,00          | 0,00        | 120,00         | 7,00          | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>100</b>  | <b>0,50</b>         | <b>0,00</b>  | <b>10,10</b>  | <b>42,22</b>                   | <b>0,01</b> | <b>0,01</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,40</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>120,00</b>  | <b>7,00</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                  |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 115                          | Икра кабачковая                       | 60          | 0,78                | 2,94         | 13,00         | 41,40                          | 0,02        | 0,00        | 4,68         | 1,44         | 15,60         | 0,00        | 9,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 128                          | Борщ с капустой и картофелем          | 200         | 1,46                | 4,00         | 8,52          | 76,00                          | 0,04        | 0,06        | 16,02        | 0,90         | 41,08         | 0,00        | 16,72         | 0,00        | 254,38         | 37,52         | 0,00        | 0,00        | 0,18        |
| 354                          | Картофельная запеканка с печенью      | 150         | 11,04               | 3,72         | 13,62         | 132,00                         | 0,29        | 1,07        | 40,91        | 4,28         | 19,89         | 3,68        | 38,58         | 0,56        | 868,38         | 218,07        | 0,02        | 0,02        | 0,14        |
| 508                          | Компот из смеси сухофруктов           | 200         | 0,10                | 0,00         | 19,40         | 73,80                          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,04         | 0,44          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,44           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 30          | 2,37                | 0,30         | 14,49         | 64,08                          | 0,06        | 0,00        | 0,00         | 0,57         | 6,90          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 30          | 1,96                | 0,35         | 10,20         | 54,30                          | 0,06        | 0,03        | 0,00         | 1,35         | 9,90          | 0,00        | 17,10         | 0,00        | 73,20          | 58,20         | 0,00        | 0,00        | 0,01        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>670</b>  | <b>17,71</b>        | <b>11,31</b> | <b>79,23</b>  | <b>441,58</b>                  | <b>0,46</b> | <b>1,15</b> | <b>61,61</b> | <b>8,58</b>  | <b>93,81</b>  | <b>3,68</b> | <b>81,40</b>  | <b>0,56</b> | <b>1196,40</b> | <b>313,79</b> | <b>0,02</b> | <b>0,02</b> | <b>0,32</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>               |                                       |             |                     |              |               |                                |             |             |              |              |               |             |               |             |                |               |             |             |             |
| 269                          | Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) | 180         | 7,63                | 9,47         | 35,59         | 258,70                         | 0,20        | 0,20        | 3,24         | 1,53         | 150,75        | 0,04        | 17,39         | 0,05        | 216,20         | 103,57        | 0,02        | 0,00        | 0,02        |
| 112                          | Фрукты свежие                         | 150         | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 0,05        | 0,03        | 15,00        | 3,30         | 24,00         | 0,00        | 13,50         | 0,00        | 417,00         | 16,50         | 0,00        | 0,00        | 0,02        |
| 517                          | Йогурт                                | 200         | 10,00               | 6,40         | 7,00          | 136,00                         | 0,08        | 0,40        | 1,20         | 0,20         | 244,00        | 0,04        | 30,00         | 0,00        | 294,00         | 192,00        | 0,02        | 0,00        | 0,04        |
| 108                          | Хлеб пшеничный                        | 17          | 1,34                | 0,17         | 8,21          | 36,30                          | 0,03        | 0,00        | 0,00         | 0,32         | 3,91          | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00           | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| 110                          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 15          | 0,98                | 0,05         | 5,10          | 27,15                          | 0,03        | 0,01        | 0,00         | 0,68         | 4,95          | 0,00        | 8,55          | 0,00        | 36,60          | 29,10         | 0,00        | 0,00        | 0,00        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |                                       | <b>562</b>  | <b>20,55</b>        | <b>16,69</b> | <b>70,60</b>  | <b>528,65</b>                  | <b>0,39</b> | <b>0,64</b> | <b>19,44</b> | <b>6,03</b>  | <b>427,61</b> | <b>0,08</b> | <b>69,44</b>  | <b>0,05</b> | <b>963,80</b>  | <b>341,17</b> | <b>0,04</b> | <b>0,00</b> | <b>0,08</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |                                       | <b>1772</b> | <b>53,58</b>        | <b>41,49</b> | <b>219,74</b> | <b>1423,93</b>                 | <b>1,11</b> | <b>2,15</b> | <b>85,77</b> | <b>18,79</b> | <b>919,06</b> | <b>3,85</b> | <b>192,38</b> | <b>0,69</b> | <b>2565,86</b> | <b>902,40</b> | <b>0,07</b> | <b>0,02</b> | <b>0,65</b> |

|                                    |        |        |        |         |          |       |       |        |        |         |       |         |       |          |          |      |      |       |
|------------------------------------|--------|--------|--------|---------|----------|-------|-------|--------|--------|---------|-------|---------|-------|----------|----------|------|------|-------|
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>       | 17957  | 637,93 | 624,59 | 2232,00 | 16943,55 | 12,42 | 18,23 | 832,41 | 163,69 | 8892,07 | 14,34 | 2115,17 | 11,71 | 25784,42 | 10611,66 | 1,04 | 0,20 | 10,06 |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> | 1795,7 | 63,79  | 62,46  | 223,20  | 1694,36  | 1,24  | 1,82  | 83,24  | 16,37  | 889,21  | 1,43  | 211,52  | 1,17  | 2578,44  | 1061,17  | 0,10 | 0,02 | 1,01  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997420

Владелец Акзегитова Елена Викторовна

Действителен с 08.09.2024 по 08.09.2025