

УТВЕРЖДАЮ:

**Индивидуальный предприниматель
Семенов В. А.**

СОГЛАСОВАНО:

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



**Примерное 10-дневное меню на весенне-летний (март, апрель) период
для организации питания учащихся 1-3 года.**

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. Издание 4-е, дополненное, 2021 год. Уральский региональный центр питания, Пермь 2021.

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
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.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		360	7,88	8,81	52,15	291,97	0,12	0,17	1,32	1,53	142,44	0,02	23,80	0,05	194,38	115,60	0,00	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
53	Салат из свеклы с соленым огурцами	40	0,56	4,16	2,60	49,60	0,01	0,02	4,00	0,24	9,20	0,00	5,60	0,00	56,40	16,80	0,00	0
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
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		566	17,48	22,31	67,41	553,75	0,60	0,39	116,73	6,86	148,37	0,11	65,30	0,04	764,43	296,49	0,01	0
ПОЛДНИК																		
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
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	23,48	17,14	52,86	458,77	0,45	0,64	6,60	4,56	291,24	0,18	74,13	1,28	708,51	434,27	0,12	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1446	49,34	48,26	182,52	1346,71	1,18	1,20	126,65	14,35	589,06	0,31	167,23	1,37	1787,32	853,37	0,13	0

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
День: 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
260	Каша Дружба молочная	180	4,73	10,49	22,55	203,58	0,09	0,51	0,75	2,40	123,35	0,26	19,16	2,06	213,47	229,16	0,03	0
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		367	11,07	14,91	48,12	363,67	0,16	0,61	1,66	3,67	303,94	0,32	34,86	2,07	299,15	333,89	0,03	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
106	Овощи натуральные (помидоры)	40	0,44	0,08	1,52	9,60	0,02	0,02	6,01	0,62	15,24	0,00	8,20	0,00	106,79	18,24	0,00	0
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
412	Котлеты, биточки, шницели из птицы 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
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
507	Компот из свежих плодов (яблоки)	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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		546	18,68	15,57	56,71	439,18	0,34	0,22	38,93	4,35	103,05	0,02	65,97	0,02	1118,53	185,36	0,02	0
ПОЛДНИК																		
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		460	28,08	20,02	56,88	525,83	0,24	0,77	16,89	4,83	461,10	0,15	73,47	0,09	868,50	469,68	0,02	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1473	58,33	50,50	171,81	1370,90	0,75	1,60	59,48	14,25	875,09	0,48	178,31	2,18	2406,17	995,92	0,06	0

Категория: дети 1-3.года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
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.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		375	11,82	10,96	76,41	461,30	0,28	0,30	2,29	2,19	237,17	0,03	35,51	0,10	291,19	172,97	0,00	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
57	Салат из свеклы с курагой и изюмом	40	0,64	2,56	5,48	47,60	0,02	0,02	6,01	0,62	15,24	0,00	8,20	0,00	106,79	18,24	0,00	0
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		553	18,60	18,15	60,26	472,84	0,30	0,31	78,26	4,91	179,54	0,02	75,79	0,03	1099,34	263,52	0,02	0
ПОЛДНИК																		
354	Запеканка картофельная с печенью	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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		380	17,71	12,42	51,47	392,46	0,45	1,24	37,07	4,96	222,90	3,00	62,09	0,57	1027,69	349,18	0,03	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1408	48,63	41,53	198,24	1368,82	1,04	1,86	119,62	13,46	646,62	3,04	177,39	0,69	2538,22	792,67	0,05	0

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
День: 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		367	13,56	16,11	56,31	418,36	0,23	0,35	2,59	1,53	376,20	0,08	51,73	0,10	348,18	358,47	0,00	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
73	Салат картофельный с кукурузой, мар. огурцом	40	1,24	2,76	8,76	64,80	0,04	0,05	3,00	0,62	10,72	0,02	4,18	0,18	90,72	25,08	0,00	0
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
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
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
503	Кисель из концентрана 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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		571	17,03	19,57	67,97	515,37	0,60	0,26	24,04	4,51	87,37	0,04	45,36	0,18	523,04	191,14	0,00	0
ПОЛДНИК																		
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		544	18,45	13,88	51,69	409,57	0,37	0,46	40,71	5,78	276,03	0,05	101,48	0,09	1537,76	400,50	0,12	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1582	49,54	49,56	186,07	1385,52	1,20	1,08	69,34	13,22	746,60	0,17	202,57	0,36	2528,99	957,11	0,12	0

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
День: 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		345	10,04	7,48	39,53	258,42	0,14	0,34	1,94	3,83	208,11	0,11	27,86	0,63	262,01	182,43	0,02	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
75	Салат картофельный с маринованным огурцом, зеленым горошком	40	0,72	2,48	3,56	39,60	0,02	0,02	1,76	0,25	9,54	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0
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
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
291	Макаронные изделия отварные	130	4,68	4,18	28,48	170,11	0,07	0,03	0,00	0,80	10,42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		571	17,58	14,89	75,72	503,31	0,40	1,13	26,16	6,76	77,02	3,61	44,12	0,52	540,28	294,83	0,01	0
ПОЛДНИК																		
50	Салат из свеклы отварной	40	0,60	2,20	3,36	35,60	0,02	0,01	3,16	0,38	9,04	0,00	4,18	0,00	77,76	13,56	0,00	0
172	Картофель, тушеный 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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		434	18,42	23,62	73,95	616,12	0,35	0,55	30,52	3,16	277,54	0,05	75,99	0,02	1153,75	334,17	0,03	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1450	46,54	45,99	199,30	1420,07	0,90	2,02	60,62	15,16	569,66	3,77	151,97	1,16	2076,04	818,43	0,06	0

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
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.	K, мг.	Р, мг.	I, мг.	Se
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		360	11,94	11,17	57,86	366,88	0,19	0,45	2,15	1,42	302,77	0,03	42,43	0,10	348,19	237,60	0,02	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
66	Салат картофельный с огурцами солеными	40	0,68	2,12	4,20	38,40	0,02	0,02	6,01	0,62	15,24	0,00	8,20	0,00	106,79	18,24	0,00	0
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
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		575	16,60	17,53	78,37	537,16	0,54	0,34	21,19	7,04	97,86	0,05	45,85	0,07	424,75	190,31	0,00	0
ПОЛДНИК																		
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
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
542	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	60	3,60	3,20	36,60	190,00	0,05	0,12	0,21	0,58	47,61	0,04	9,40	0,27	88,14	68,22	0,01	0
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		370	26,42	17,81	58,87	501,86	0,38	0,66	6,92	3,79	309,03	0,16	93,54	1,00	858,86	509,33	0,16	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1405	55,46	46,51	205,20	1448,12	1,12	1,46	32,26	13,65	716,66	0,24	185,82	1,17	1751,80	944,23	0,19	0

Категория: дети 1-3 года.
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
День: 7

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se,
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	18,72	23,05	29,12	394,44	0,16	0,60	1,60	3,66	283,84	0,31	33,86	2,07	297,15	323,09	0,03	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
52	Салат из свеклы с изюмом	40	0,60	2,60	5,92	49,60	0,01	0,02	4,00	0,24	9,20	0,00	5,60	0,00	56,40	16,80	0,00	0
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		542	16,57	19,51	71,89	526,78	0,52	0,23	21,38	5,09	87,38	0,03	52,66	0,00	565,23	239,58	0,01	0
ПОЛДНИК																		
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		370	33,78	25,62	75,38	669,33	0,42	1,00	10,66	2,59	479,43	0,17	74,59	0,26	740,36	519,18	0,02	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1347	69,57	68,18	186,49	1632,77	1,11	1,84	35,63	12,74	857,64	0,52	165,11	2,33	1722,74	1088,84	0,06	0

Категория: дети 1-3 года –
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
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
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		360	9,97	11,68	57,88	369,43	0,22	0,31	2,36	1,83	246,56	0,03	36,29	0,10	299,07	177,83	0,02	0
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
74	Салат картофельный с морковью, зеленым горошком	40	1,12	2,84	3,96	46,00	0,02	0,02	1,76	0,25	9,54	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0
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
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
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
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
503	Кисель из концентрана 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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		556	16,45	19,79	61,30	505,24	0,45	0,24	13,99	3,69	103,42	0,01	38,95	0,02	368,09	167,52	0,01	0
ПОЛДНИК																		
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
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		490	17,10	11,20	51,23	377,04	0,34	0,46	37,70	5,62	276,79	0,06	91,01	0,19	1457,25	364,45	0,09	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1506	44,02	42,67	180,51	1293,93	1,03	1,01	56,05	12,53	633,77	0,10	170,24	0,31	2244,41	716,80	0,12	0

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
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,
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
	Суп молочный с																	
165	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,
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,
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,
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,
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		345	6,43	3,97	42,06	256,14	0,11	0,17	1,44	3,16	151,06	0,03	19,98	0,06	172,26	100,68	0,02	0,
ЗАВТРАК 2																		
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,
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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,
ОБЕД																		
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,
	Суп картофельный с																	
144	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,
	Тефтели из говядины с																	
390	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,
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,
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,
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,
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,
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		555	12,82	20,42	63,11	483,68	0,26	0,23	169,73	4,35	137,69	0,07	61,98	0,01	871,20	194,62	0,01	0,
ПОЛДНИК																		
	Запеканка морковная с																	
314	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,
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,
	Пирожки печеные из																	
543/610	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,
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,
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,
	Хлеб ржано-пшеничный																	
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,
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		370	21,18	15,90	65,46	519,99	0,34	0,70	6,68	2,66	374,58	0,11	53,25	0,24	475,14	367,83	0,02	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1370	40,93	40,29	180,73	1302,03	0,72	1,11	179,85	11,57	670,33	0,20	139,21	0,31	1638,60	670,13	0,04	0,

Категория: дети 1-3 года
Сезон: ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
День: 10

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	S, мг.
			Б	Ж	У													
ЗАВТРАК																		
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		387	13,62	12,36	55,35	379,47	0,25	0,32	2,45	2,53	342,41	0,08	32,81	0,08	258,10	210,93	0,02	0,00
ЗАВТРАК 2																		
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		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
ОБЕД																		
106	Овощи натуральные (огурцы)	40	0,32	0,04	1,00	5,60	0,02	0,02	1,76	0,25	9,54	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00
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
354	Картофельная запеканка с печенью	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	0,00
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		541	13,89	8,24	51,74	333,77	0,39	1,02	50,05	6,17	71,00	3,19	63,95	0,48	1007,20	267,57	0,01	0,00
ПОЛДНИК																		
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
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
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
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
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
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		471	15,99	13,52	58,32	429,68	0,31	0,50	18,60	5,38	338,46	0,06	56,19	0,05	842,07	266,21	0,03	0,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1499	44,00	34,12	175,51	1185,14	0,96	1,85	73,09	15,49	758,86	3,33	156,94	0,60	2227,37	751,71	0,06	0,00

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	14486	506,36	467,61	1866,38	13754,01	10,00	15,04	812,58	136,42	7064,30	12,16	1694,80	10,49	20921,65	8589,21	0,88	0,10	0,00
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1448,6	50,64	46,76	186,64	1375,40	1,00	1,50	81,26	13,64	706,43	1,22	169,48	1,05	2092,16	858,92	0,09	0,00	0,00