УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель
Семенов В. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ СОШ № 10
Акзегитова Е. В.

Примерное 10-дневное меню на весенне-летний 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.

я: дети 1-3 года

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ

1

уры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
С																			
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	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
Ю 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**	**0,00**	**0,24**
С 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	0,01
Ю 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**	**0,01**
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
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
Ю ПРИЕМУ ПИЩИ:		**566**	**17,08**	**18,08**	**65,77**	**506,12**	**0,60**	**0,37**	**19,23**	**6,67**	**142,82**	**0,05**	**63,80**	**0,04**	**760,97**	**295,29**	**0,01**	**0,00**	**0,37**
К																			
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
О 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**	**0,02**	**0,51**
А ДЕНЬ:		**1446**	**48,94**	**44,03**	**180,88**	**1299,08**	**1,18**	**1,19**	**29,15**	**14,16**	**583,51**	**0,25**	**165,73**	**1,37**	**1783,85**	**852,17**	**0,13**	**0,02**	**1,13**

ı: дети 1-3 года
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
2

уры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
:																			
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
О ПРИЕМУ ПИЩИ:		**337**	**19,24**	**23,58**	**29,19**	**401,55**	**0,16**	**0,61**	**1,66**	**3,67**	**303,94**	**0,32**	**34,86**	**2,07**	**299,15**	**333,89**	**0,03**	**0,03**	**0,18**
: 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	0,01
О 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**	**0,01**
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	0,00	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 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	0,00	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 (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	0,00	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
О 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**	**0,00**	**0,31**
К																			
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
О 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**	**0,00**	**0,06**
А ДЕНЬ:		**1443**	**66,50**	**59,17**	**152,88**	**1408,78**	**0,75**	**1,60**	**59,48**	**14,25**	**875,09**	**0,48**	**178,31**	**2,18**	**2406,17**	**995,92**	**0,06**	**0,03**	**0,55**

ія: дети 1-3 года
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
3

гуры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
К																			
267	Каша пшенная 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
ІО 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**	**0,00**	**0,18**
К 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	0,01
ІО 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**	**0,01**
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	0,00	0,01
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
ІО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**553**	**18,40**	**15,67**	**56,30**	**434,84**	**0,30**	**0,31**	**78,26**	**4,91**	**179,54**	**0,02**	**75,79**	**0,03**	**1099,34**	**263,52**	**0,02**	**0,00**	**0,30**
К																			
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	0,01	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
О 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**	**0,01**	**0,16**
А ДЕНЬ:		**1408**	**48,43**	**39,05**	**194,28**	**1330,82**	**1,04**	**1,86**	**119,62**	**13,46**	**646,62**	**3,04**	**177,39**	**0,69**	**2538,22**	**792,67**	**0,05**	**0,02**	**0,65**

я: дети 1-3 года
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
4

уры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
К																			
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
Ю 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**	**0,00**	**0,21**
К 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	0,01
Ю 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**	**0,01**
73	Салат картофельный с кукурузой, св. 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	0,00	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 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	0,00	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
Ю 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**	**0,01**	**0,32**
ІК																			
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	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	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
Ю 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**	**0,00**	**0,52**
А 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**	**0,01**	**1,06**

дети 1-3 года
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
5

ры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
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
Э 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**	**0,01**	**0,19**
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	0,01
Э 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**	**0,01**
75	Салат картофельный со св. 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	0,00	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
291	Макаронные изделия отварные	120	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	0,00	0,00
508	Компот из смеси сухофруктов	150	0,08	0,00	14,55	55,35	0,00	0,00	0,00	0,03	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
Э ПРИЕМУ ПИЩИ:		**561**	**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**	**0,02**	**0,30**
С																			
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	0,00	0,00
172	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
Э 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**	**0,00**	**0,08**
А ДЕНЬ:		**1440**	**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**	**0,03**	**0,59**

: дети 1-3 года

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ

6

ры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
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
О 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**	**0,00**	**0,18**
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	0,01
О 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**	**0,01**
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	0,00	0,01
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
О ПРИЕМУ ПИЩИ:		**575**	**16,36**	**15,49**	**75,69**	**508,36**	**0,54**	**0,34**	**21,19**	**7,04**	**97,86**	**0,05**	**45,85**	**0,07**	**424,75**	**190,31**	**0,00**	**0,00**	**0,45**
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	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
342	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	0,01	0,02
15	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
08	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
10	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
О 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**	**0,02**	**0,69**
ДЕНЬ:		**1405**	**55,22**	**44,47**	**202,52**	**1419,32**	**1,12**	**1,46**	**32,26**	**13,65**	**716,66**	**0,24**	**185,82**	**1,17**	**1751,80**	**944,23**	**0,19**	**0,02**	**1,33**

я: дети 1-3 года

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ

7

уры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
С																			
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
Ю 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**	**0,03**	**0,18**
С 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	0,01
Ю 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**	**0,01**
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
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
Ю ПРИЕМУ ПИЩИ:		**542**	**16,29**	**16,95**	**66,97**	**482,78**	**0,52**	**0,23**	**21,38**	**5,09**	**87,38**	**0,03**	**52,66**	**0,00**	**565,23**	**239,58**	**0,01**	**0,00**	**0,34**
ІК																			
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
Ю 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**	**0,00**	**0,06**
А ДЕНЬ:		**1347**	**69,29**	**65,62**	**181,57**	**1588,77**	**1,11**	**1,84**	**35,63**	**12,74**	**857,64**	**0,52**	**165,11**	**2,33**	**1722,74**	**1088,84**	**0,06**	**0,03**	**0,59**

я: дети 1-3 года

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ

8

туры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
К																			
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
ІО 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**	**0,00**	**0,18**
С 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	0,01
ІО 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**	**0,01**
1	Салат из капусты белокочанной	40	0,84	4,04	3,72	54,40	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 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	0,00	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
О ПРИЕМУ ПИЩИ:		**556**	**16,17**	**20,99**	**61,06**	**513,64**	**0,45**	**0,24**	**13,99**	**3,69**	**103,42**	**0,01**	**38,95**	**0,02**	**368,09**	**167,52**	**0,01**	**0,00**	**0,31**
К																			
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	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	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
О 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**	**0,00**	**0,38**
А ДЕНЬ:		**1506**	**43,74**	**43,87**	**180,27**	**1302,33**	**1,03**	**1,01**	**56,05**	**12,53**	**633,77**	**0,10**	**170,24**	**0,31**	**2244,41**	**716,80**	**0,12**	**0,00**	**0,88**

я: дети 1-3 года
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
9

уры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
К																			
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
Ю 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**	**0,00**	**0,21**
К 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	0,01
Ю 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**	**0,01**
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
Ю 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**	**0,00**	**0,33**
К																			
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
/610	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	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
О 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**	**0,00**	**0,06**
А 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**	**0,00**	**0,62**

я: дети 1-3 года
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
10

уры	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, мг.	F, мг.
			Б	Ж	У														
К																			
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
Ю 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**	**0,20**
С 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	0,01
Ю 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**	**0,01**
1	Салат из капусты белокочанной	40	0,84	4,04	3,72	54,40	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
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 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	0,01	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
Ю ПРИЕМУ ПИЩИ:		**541**	**14,41**	**12,24**	**54,46**	**382,57**	**0,39**	**1,02**	**50,05**	**6,17**	**71,00**	**3,19**	**63,95**	**0,48**	**1007,20**	**267,57**	**0,01**	**0,02**	**0,27**
К																			
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	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
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
Ю 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**	**0,06**
А ДЕНЬ:		**1499**	**44,52**	**38,12**	**178,23**	**1233,94**	**0,96**	**1,85**	**73,09**	**15,49**	**758,86**	**3,33**	**156,94**	**0,60**	**2227,37**	**751,71**	**0,06**	**0,02**	**0,55**
А ВЕСЬ ПЕРИОД:		14446	513,65	470,17	1836,73	13690,66	10,00	15,03	715,08	136,22	7058,75	12,10	1693,30	10,49	20918,18	8588,01	0,88	0,19	7,93
ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1444,6	51,37	47,02	183,67	1369,07	1,00	1,50	71,51	13,62	705,88	1,21	169,33	1,05	2091,82	858,80	0,09	0,02	0,79

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997420

Владелец Акзегитова Елена Викторовна

Действителен С 08.09.2024 по 08.09.2025