

"Утверждаю"  
 Заведующий МДОУ  
 "Детский сад № 43 «Ласточка»  
 Митривели Л.Р.  
 " " " 2023 год

Двухнедельное ( 10-дневное) меню на осенне-зимний период для детей, посещающих  
 дошкольные образовательные учреждения 10,5 часовым пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>Неделя 1</b>																
<b>1 день</b>																
Завтрак:	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	С	150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	№ 182
		Я	130	1,42	3,31	14,65	94,47	0,01	0,02	0,42	0,10	19,50	2,60	15,92	0,04	М.П.Могильный 2005
	Булочка «Рябинушка» с маслом сливочным 72,5%	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,04	0,02	0,39	0,00	6,28	6,68	23,28	0,42	№ 1
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,03	0,02	0,37	0,00	4,65	4,95	21,83	0,31	М.П.Могильный 2005
	Какао с молоком (1 вариант)	С	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 397
		Я	150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,00	0,00	0,11	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>362</b>	<b>6,83</b>	<b>9,72</b>	<b>21,27</b>	<b>199,20</b>	<b>0,07</b>	<b>0,20</b>	<b>0,49</b>	<b>0,03</b>	<b>39,38</b>	<b>8,08</b>	<b>102,86</b>	<b>1,73</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>310</b>	<b>6,39</b>	<b>8,40</b>	<b>17,60</b>	<b>171,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,20</b>	<b>0,47</b>	<b>0,03</b>	<b>36,65</b>	<b>6,25</b>	<b>101,13</b>	<b>1,59</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Рассольник Ленинградский	С	200	1,68	4,09	13,27	96,60	0,09	0,06	1,14	6,03	21,16	20,72	164,00	0,78	№ 96
		Я	150	1,26	3,07	9,95	72,45	0,07	0,05	0,90	4,52	15,87	15,54	123,00	0,58	М.П.Могильный 2005
	Котлета домашняя	С	70/5	8,75	17,15	13,30	143,20	0,07	0,14	2,87	0,08	12,36	20,30	154,98	1,04	№ 271
		Я	50/5	6,25	12,25	9,50	173,70	0,07	0,14	2,87	0,06	8,83	14,50	154,98	2,12	М.П.Могильный 2005
	Пюре картофельное	С	130	2,48	3,75	19,95	123,37	12,69	0,34	0,42	18,20	12,69	25,12	26,86	1,00	№ 125
		Я	110	2,10	3,17	16,88	104,39	0,04	0,28	0,35	15,40	10,74	24,51	22,70	0,85	М.П.Могильный 2005
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	М.П.Могильный 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>657</b>	<b>15,99</b>	<b>22,22</b>	<b>68,97</b>	<b>441,91</b>	<b>2,17</b>	<b>0,27</b>	<b>4,83</b>	<b>8,45</b>	<b>68,89</b>	<b>73,20</b>	<b>407,91</b>	<b>4,36</b>	

	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>515</b>	<b>11,37</b>	<b>16,05</b>	<b>49,86</b>	<b>390,86</b>	<b>1,78</b>	<b>0,24</b>	<b>4,30</b>	<b>6,48</b>	<b>50,94</b>	<b>53,44</b>	<b>342,78</b>	<b>4,60</b>	
<b>Полдник</b>	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>255</b>	<b>6,24</b>	<b>4,72</b>	<b>7,68</b>	<b>98,25</b>	<b>0,05</b>	<b>0,20</b>	<b>0,32</b>	<b>0,00</b>	<b>25,45</b>	<b>4,95</b>	<b>89,85</b>	<b>1,30</b>	
<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>200</b>	<b>5,86</b>	<b>4,68</b>	<b>5,22</b>	<b>86,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,19</b>	<b>0,24</b>	<b>0,00</b>	<b>24,30</b>	<b>3,30</b>	<b>85,50</b>	<b>1,20</b>		
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1274</b>	<b>29,06</b>	<b>36,66</b>	<b>97,92</b>	<b>739,36</b>	<b>2,28</b>	<b>0,66</b>	<b>5,64</b>	<b>8,48</b>	<b>133,72</b>	<b>86,23</b>	<b>600,62</b>	<b>7,39</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1025</b>	<b>23,62</b>	<b>29,13</b>	<b>72,68</b>	<b>648,36</b>	<b>1,89</b>	<b>0,63</b>	<b>5,01</b>	<b>6,51</b>	<b>111,89</b>	<b>62,99</b>	<b>529,41</b>	<b>7,39</b>	
<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>		<b>Выход</b>	<b>Пищевые вещества</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины, мг</b>				<b>Минеральные вещества, мг</b>				<b>№ рецептуры</b>
				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>РР</b>	<b>С</b>	<b>Са</b>	<b>Mg</b>	<b>Р</b>	<b>Fe</b>	
<b>2 день</b>																
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая молочная ячневая	С	180	4,15	5,48	23,71	160,80	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 182
		Я	150	3,46	4,57	19,76	134,00	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82	М.П.Могильный 2005
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жир.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 395
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>407</b>	<b>8,93</b>	<b>13,24</b>	<b>47,75</b>	<b>345,90</b>	<b>1,20</b>	<b>0,07</b>	<b>0,76</b>	<b>0,00</b>	<b>140,16</b>	<b>54,32</b>	<b>264,56</b>	<b>2,00</b>	
<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>350</b>	<b>8,40</b>	<b>10,74</b>	<b>39,82</b>	<b>285,90</b>	<b>1,06</b>	<b>0,05</b>	<b>0,89</b>	<b>0,00</b>	<b>124,35</b>	<b>45,55</b>	<b>226,65</b>	<b>1,67</b>		
<b>2-завтрак:</b>	Кефир 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 386
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	М.П.Могильный 2005
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,75	0,00	1,04	0,08	2,58	36,24	97,68	20,00	№ 103
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85	0,56	0,00	0,78	0,06	1,94	27,18	73,26	15,00	М.П.Могильный 2005
	Голубцы ленивые	С	150	10,61	6,81	15,04	164,00	0,40	0,17	1,70	0,00	17,40	19,00	79,00	1,32	№ 298
		Я	130	8,84	5,68	12,53	136,67	0,33	0,14	1,46	0,00	15,11	16,50	68,50	1,01	М.П.Могильный 2012
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012
<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>607</b>	<b>18,77</b>	<b>9,85</b>	<b>85,61</b>	<b>507,71</b>	<b>3,16</b>	<b>0,23</b>	<b>3,74</b>	<b>0,08</b>	<b>58,43</b>	<b>115,53</b>	<b>351,84</b>	<b>26,08</b>		
<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>490</b>	<b>15,13</b>	<b>7,98</b>	<b>68,09</b>	<b>406,10</b>	<b>2,54</b>	<b>0,19</b>	<b>3,01</b>	<b>0,06</b>	<b>47,20</b>	<b>92,43</b>	<b>283,51</b>	<b>19,88</b>		
<b>Полдник</b>	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофелем	С	60	3,91	4,70	23,75	153,00	0,06	0,04	0,75	0,51	13,70	16,80	35,10	0,81	№ 406
		Я	60	3,91	4,70	23,75	153,00	0,06	0,04	0,75	0,51	13,70	16,80	35,10	0,81	М.П.Могильный 2012г.
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
																М.П.Могильный 2012

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe		
Полдник	Молоко кипяченое 2,5% жир.	Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	№ 385 М.П.Могильный 2005	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>260,00</b>	<b>3,98</b>	<b>4,72</b>	<b>34,85</b>	<b>197,40</b>	<b>0,06</b>	<b>0,04</b>	<b>0,77</b>	<b>0,54</b>	<b>24,80</b>	<b>18,20</b>	<b>37,88</b>	<b>1,12</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>210,00</b>	<b>395,58</b>	<b>8,78</b>	<b>31,33</b>	<b>238,00</b>	<b>0,12</b>	<b>0,28</b>	<b>0,91</b>	<b>2,56</b>	<b>203,30</b>	<b>38,90</b>	<b>177,30</b>	<b>0,97</b>		
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1274,00</b>	<b>31,68</b>	<b>27,81</b>	<b>168,21</b>	<b>1051,01</b>	<b>4,42</b>	<b>0,34</b>	<b>5,27</b>	<b>0,62</b>	<b>223,39</b>	<b>188,05</b>	<b>654,28</b>	<b>29,20</b>		
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1050,00</b>	<b>419,11</b>	<b>27,50</b>	<b>139,24</b>	<b>930,00</b>	<b>3,72</b>	<b>0,52</b>	<b>4,81</b>	<b>2,62</b>	<b>374,85</b>	<b>176,88</b>	<b>687,46</b>	<b>22,52</b>		
<i>3 день</i>																	
Завтрак	Суп молочный с крупой хлопья "Геркулес"	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121	
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	М.П.Могильный 2005	
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жир.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1	
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005	
	Чай с молоком 2,5% жир.	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394	
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37	М.П.Могильный 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>407</b>	<b>8,96</b>	<b>12,27</b>	<b>40,93</b>	<b>309,76</b>	<b>0,17</b>	<b>0,37</b>	<b>0,70</b>	<b>2,01</b>	<b>251,89</b>	<b>39,37</b>	<b>265,62</b>	<b>1,01</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>350</b>	<b>8,41</b>	<b>9,93</b>	<b>34,26</b>	<b>256,30</b>	<b>0,14</b>	<b>0,51</b>	<b>0,56</b>	<b>1,78</b>	<b>221,77</b>	<b>33,53</b>	<b>225,72</b>	<b>0,83</b>		
2- завтрак	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005	
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389	
Обед	Суп картофельный с крупой	Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005	
			С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 101
			Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	М.П.Могильный 2005
	Плов из птицы	С	150	18,00	23,07	27,73	390,50	0,06	0,13	5,60	1,54	38,40	30,00	150,00	2,75	№ 304	
		Я	150	18,00	23,07	27,73	390,50	0,06	0,13	5,60	1,54	38,40	30,00	150,00	2,75	М.П.Могильный 2012	
	Кисель из повидла	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383	
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	М.П.Могильный 2012	
	Хлеб из пшеничной муки	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	А.Я.Первалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Первалов 2012	
		<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>607</b>	<b>26,22</b>	<b>28,04</b>	<b>109,25</b>	<b>800,78</b>	<b>2,16</b>	<b>0,25</b>	<b>7,77</b>	<b>7,68</b>	<b>114,40</b>	<b>97,20</b>	<b>424,26</b>	<b>8,61</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>490</b>	<b>24,55</b>	<b>26,82</b>	<b>96,23</b>	<b>729,50</b>	<b>1,78</b>	<b>0,22</b>	<b>7,32</b>	<b>6,15</b>	<b>100,50</b>	<b>83,81</b>	<b>362,70</b>	<b>7,76</b>		
Полдник	Сырники из творога 5% жир.	С	120	22,43	15,20	13,68	280,80	0,07	0,34	0,77	0,30	186,90	31,20	272,40	0,92	№ 219	
		Я	100	18,69	12,67	11,40	234,00	0,06	0,28	0,64	0,25	155,80	26,00	227,00	0,77	М.П.Могильный 2005	
	Соус молочный (сладкий)	С	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	№ 327	
		Я	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	М.П.Могильный 2005	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392	
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>350</b>	<b>22,50</b>	<b>15,22</b>	<b>24,78</b>	<b>325,20</b>	<b>0,07</b>	<b>0,34</b>	<b>0,79</b>	<b>0,33</b>	<b>198,00</b>	<b>32,60</b>	<b>275,18</b>	<b>1,23</b>		

	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>310</b>	<b>18,75</b>	<b>12,69</b>	<b>21,39</b>	<b>274,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,28</b>	<b>0,66</b>	<b>0,28</b>	<b>165,80</b>	<b>27,30</b>	<b>229,50</b>	<b>1,05</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1364</b>	<b>57,68</b>	<b>55,53</b>	<b>174,96</b>	<b>1435,74</b>	<b>2,40</b>	<b>0,96</b>	<b>9,26</b>	<b>10,03</b>	<b>564,29</b>	<b>169,17</b>	<b>965,06</b>	<b>10,85</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1150</b>	<b>51,71</b>	<b>49,44</b>	<b>151,88</b>	<b>1259,80</b>	<b>1,98</b>	<b>1,01</b>	<b>8,54</b>	<b>8,21</b>	<b>488,07</b>	<b>144,64</b>	<b>817,92</b>	<b>9,64</b>	
Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>4 день</i>																
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	С	180	6,68	6,53	32,75	219,36	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 279
		Я	150	5,57	5,44	27,29	182,80	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82	А.Я.Перевалов 2012
	Бутерброд с сыром 50% жир.	С	20/15	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55	№ 3
		Я	15/10	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39	М.П.Могильный 2005
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>407</b>	<b>14,56</b>	<b>15,51</b>	<b>51,36</b>	<b>446,14</b>	<b>0,16</b>	<b>0,10</b>	<b>0,82</b>	<b>0,06</b>	<b>208,63</b>	<b>58,06</b>	<b>309,85</b>	<b>2,13</b>	
<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>350</b>	<b>11,87</b>	<b>12,45</b>	<b>51,20</b>	<b>367,02</b>	<b>0,13</b>	<b>0,08</b>	<b>0,93</b>	<b>0,04</b>	<b>173,09</b>	<b>48,34</b>	<b>258,48</b>	<b>1,75</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Суп картофельный с бобовыми	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06	№ 102
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,05	0,04	0,61	7,20	33,12	21,24	132,50	0,05	М.П.Могильный 2005
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46	0,08	0,03	0,76	0,00	10,88	15,60	41,11	0,95	№ 115
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64	0,05	0,02	0,51	0,00	7,25	10,40	27,41	0,63	М.П.Могильный 2012
	Тефтели рыбные	С	70	6,19	1,44	6,43	63,38	0,06	0,13	5,60	0,22	19,36	21,35	150,00	0,50	№ 239
		Я	50	4,42	1,03	4,59	45,27	0,04	0,09	4,00	0,16	13,83	15,25	107,14	0,36	М.П.Могильный 2005
	Соус сметанный с томатом №331	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 331
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	М.П.Могильный 2005
	Каша рассыпчатая ячневая	С	110	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 302
		Я	100	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	М.П.Могильный 2005
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	М.П.Могильный 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>672</b>	<b>18,36</b>	<b>6,95</b>	<b>74,89</b>	<b>436,75</b>	<b>2,16</b>	<b>0,26</b>	<b>7,54</b>	<b>10,56</b>	<b>97,81</b>	<b>86,13</b>	<b>409,82</b>	<b>3,65</b>		
<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>540</b>	<b>13,30</b>	<b>5,16</b>	<b>55,08</b>	<b>320,97</b>	<b>1,76</b>	<b>0,19</b>	<b>5,49</b>	<b>9,26</b>	<b>78,14</b>	<b>66,99</b>	<b>323,15</b>	<b>2,74</b>		
Полдник	Рагу из овощей с зеленым горошком	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	М.П.Могильный 2012
	Кондитерские изделия (пром.)	С	50	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 602, 603, 604
		Я	30	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	А.Я.Перевалов 2012
Хлеб из пшеничной муки	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122	

	Чай с сахаром	Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>395</b>	<b>5,43</b>	<b>12,27</b>	<b>52,88</b>	<b>343,95</b>	<b>0,11</b>	<b>0,10</b>	<b>0,96</b>	<b>6,87</b>	<b>55,07</b>	<b>19,46</b>	<b>56,54</b>	<b>1,97</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>300</b>	<b>3,61</b>	<b>9,35</b>	<b>36,29</b>	<b>243,80</b>	<b>0,09</b>	<b>0,07</b>	<b>0,67</b>	<b>5,81</b>	<b>43,57</b>	<b>13,55</b>	<b>39,41</b>	<b>1,41</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	С	<b>1474</b>	<b>38,35</b>	<b>34,73</b>	<b>179,13</b>	<b>1226,84</b>	<b>2,42</b>	<b>0,46</b>	<b>9,32</b>	<b>17,49</b>	<b>361,51</b>	<b>163,65</b>	<b>776,21</b>	<b>7,75</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1190</b>	<b>28,78</b>	<b>26,96</b>	<b>142,57</b>	<b>931,79</b>	<b>1,98</b>	<b>0,34</b>	<b>7,09</b>	<b>15,11</b>	<b>294,80</b>	<b>128,88</b>	<b>621,04</b>	<b>5,90</b>	
Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>5 день</i>																
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	М.П.Могильный 2005
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жир.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>407</b>	<b>6,06</b>	<b>9,69</b>	<b>36,11</b>	<b>255,36</b>	<b>0,13</b>	<b>0,21</b>	<b>0,60</b>	<b>0,71</b>	<b>136,49</b>	<b>25,37</b>	<b>175,62</b>	<b>0,91</b>	
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>320</b>	<b>5,80</b>	<b>7,61</b>	<b>29,92</b>	<b>207,30</b>	<b>0,10</b>	<b>0,37</b>	<b>0,47</b>	<b>0,61</b>	<b>117,87</b>	<b>20,93</b>	<b>144,72</b>	<b>0,74</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 57
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	М.П.Могильный 2012
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	А.И.Здобнов 2005
	Зразы рыбные рубленые	С	70/5	9,41	4,66	10,54	121,34	0,07	0,09	1,10	1,60	44,21	26,25	145,72	0,97	№ 237
		Я	50/5	6,72	3,33	7,53	86,67	0,05	0,06	0,79	1,14	31,58	18,78	104,09	0,69	М.П.Могильный 2005
	Пюре картофельное	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	1,90	15,60	13,00	26,86	0,33	№ 312/125
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,04	0,28	0,35	1,60	13,20	11,00	22,70	0,28	М.П.Могильный 2005
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,02	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012
<b>Итого: сад</b>	С	<b>662</b>	<b>19,20</b>	<b>14,16</b>	<b>93,87</b>	<b>581,30</b>	<b>2,17</b>	<b>0,55</b>	<b>3,32</b>	<b>20,42</b>	<b>138,02</b>	<b>113,14</b>	<b>421,00</b>	<b>6,50</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>415</b>	<b>14,42</b>	<b>11,04</b>	<b>74,00</b>	<b>451,50</b>	<b>1,78</b>	<b>0,44</b>	<b>2,63</b>	<b>17,98</b>	<b>110,69</b>	<b>90,29</b>	<b>334,36</b>	<b>5,21</b>		
Полдник	Шанежка наливная	С	60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	№ 564
		Я	60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	А.Я.Перевалов 2012
	Молоко кипяченое 2,5% жир.	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	М.П.Могильный 2005

	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>260</b>	<b>10,80</b>	<b>9,58</b>	<b>40,39</b>	<b>290,49</b>	<b>0,16</b>	<b>0,38</b>	<b>1,24</b>	<b>2,79</b>	<b>273,53</b>	<b>24,46</b>	<b>245,20</b>	<b>0,79</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>210</b>	<b>9,27</b>	<b>8,22</b>	<b>37,86</b>	<b>262,19</b>	<b>0,14</b>	<b>0,30</b>	<b>1,19</b>	<b>2,11</b>	<b>210,33</b>	<b>22,10</b>	<b>197,80</b>	<b>0,74</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1329</b>	<b>36,06</b>	<b>33,43</b>	<b>170,37</b>	<b>1127,15</b>	<b>2,46</b>	<b>1,14</b>	<b>5,16</b>	<b>23,92</b>	<b>548,04</b>	<b>162,97</b>	<b>841,82</b>	<b>8,20</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>945</b>	<b>29,49</b>	<b>26,87</b>	<b>141,78</b>	<b>920,99</b>	<b>2,02</b>	<b>1,11</b>	<b>4,29</b>	<b>20,70</b>	<b>438,89</b>	<b>133,32</b>	<b>676,88</b>	<b>6,69</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>Неделя 2</b>																
<b>6 День</b>																
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшенной крупы	С	150	2,40	3,82	16,10	108,00	0,04	0,02	0,83	0,68	94,80	9,00	37,50	0,33	№ 280
		Я	130	4,02	4,62	24,10	156,08	0,03	0,02	0,72	0,59	82,16	7,80	32,50	0,29	А.Я.Перевалов 2012
	Булочка «Рябинушка» с маслом сливочным 72,5% жир.	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,04	0,02	0,39	0,00	6,28	6,68	23,28	0,42	№ 1
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,03	0,02	0,37	0,00	4,65	4,95	21,83	0,31	М.П.Могильный 2005
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 395
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00	0,78	0,00	0,12	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>362</b>	<b>6,87</b>	<b>11,31</b>	<b>38,72</b>	<b>283,70</b>	<b>1,02</b>	<b>0,04</b>	<b>1,36</b>	<b>0,68</b>	<b>210,88</b>	<b>31,88</b>	<b>168,78</b>	<b>1,29</b>
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>310</b>	<b>7,59</b>	<b>10,40</b>	<b>42,04</b>	<b>294,08</b>	<b>0,85</b>	<b>0,04</b>	<b>1,21</b>	<b>0,59</b>	<b>178,31</b>	<b>26,25</b>	<b>144,33</b>	<b>1,05</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80	0,24	0,72	1,80	8,40	34,40	26,40	136,00	1,44	№ 108
		Я	150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,18	0,54	1,35	6,30	25,80	19,80	102,00	1,08	М.П.Могильный 2005
	Жаркое из кур (вариант 2)	С	150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	№ 10.22 Цитадель-трейд 2005
		Я	150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	
	Кисель из повидла	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	М.П.Могильный 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>602</b>	<b>14,41</b>	<b>8,09</b>	<b>74,07</b>	<b>430,06</b>	<b>2,85</b>	<b>0,80</b>	<b>3,61</b>	<b>15,93</b>	<b>74,07</b>	<b>84,85</b>	<b>326,42</b>	<b>19,60</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>530</b>	<b>12,20</b>	<b>7,19</b>	<b>58,09</b>	<b>348,30</b>	<b>2,42</b>	<b>0,60</b>	<b>2,80</b>	<b>13,28</b>	<b>54,54</b>	<b>69,81</b>	<b>259,41</b>	<b>18,56</b>	
Полдник	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	Хлеб из пшеничной муки	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>255</b>	<b>6,24</b>	<b>4,72</b>	<b>7,68</b>	<b>98,25</b>	<b>0,05</b>	<b>0,20</b>	<b>0,32</b>	<b>0,00</b>	<b>25,45</b>	<b>4,95</b>	<b>89,85</b>	<b>1,30</b>
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>200</b>	<b>5,86</b>	<b>4,68</b>	<b>5,22</b>	<b>86,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,19</b>	<b>0,24</b>	<b>0,00</b>	<b>24,30</b>	<b>3,30</b>	<b>85,50</b>	<b>1,20</b>	
<b>Всего за день: сад</b>		С	<b>1219</b>	<b>27,52</b>	<b>24,12</b>	<b>120,47</b>	<b>812,01</b>	<b>3,91</b>	<b>1,04</b>	<b>5,29</b>	<b>16,61</b>	<b>310,40</b>	<b>121,68</b>	<b>585,05</b>	<b>22,19</b>	
<b>Всего за день: ясли</b>		Я	<b>1040</b>	<b>25,65</b>	<b>22,27</b>	<b>105,35</b>	<b>728,88</b>	<b>3,31</b>	<b>0,82</b>	<b>4,24</b>	<b>13,87</b>	<b>257,15</b>	<b>99,36</b>	<b>489,24</b>	<b>20,81</b>	
Прием				Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				

Классификация присл пищи	Наименование блюда		Выход	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	№ рецептуры	
																	7 день
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121	
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	М.П.Могильный 2005	
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жир.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1	
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005	
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397	
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012	
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>407</b>	<b>10,19</b>	<b>13,30</b>	<b>32,29</b>	<b>329,63</b>	<b>0,13</b>	<b>0,21</b>	<b>0,73</b>	<b>0,68</b>	<b>247,39</b>	<b>41,97</b>	<b>292,84</b>	<b>1,20</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>350</b>	<b>9,41</b>	<b>10,78</b>	<b>35,75</b>	<b>274,30</b>	<b>0,10</b>	<b>0,37</b>	<b>0,59</b>	<b>0,58</b>	<b>217,67</b>	<b>35,83</b>	<b>250,22</b>	<b>1,00</b>		
2- завтрак	Плоды свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005	
С		200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389		
Я		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005		
Обед	Суп картофельный с крупой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 101	
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	М.П.Могильный 2005	
	Тeftели 2-ой вариант	С	70	11,48	18,90	17,09	284,20	0,07	0,12	2,80	0,00	15,75	22,75	113,75	1,05	№ 279	
		Я	50	8,20	13,50	12,20	203,00	0,05	0,09	2,00	0,00	11,25	16,25	81,25	0,75	М.П.Могильный 2005	
	Соус сметанный с томатом №331	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 331	
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	М.П.Могильный 2005	
	Макаронные изделия отварные с маслом 72,5% жир.	С	130	4,76	3,65	22,85	143,40	0,12	0,07	1,48	0,00	27,70	33,00	121,33	2,77	№ 203	
		Я	110	4,03	3,09	19,33	121,30	0,10	0,06	1,25	0,00	23,50	27,90	102,70	2,35	М.П.Могильный 2005	
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521	
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	М.П.Могильный 2012	
	Хлеб из пшеничной муки	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>680</b>	<b>25,34</b>	<b>29,27</b>	<b>116,20</b>	<b>836,06</b>	<b>2,32</b>	<b>0,35</b>	<b>12,43</b>	<b>26,42</b>	<b>132,37</b>	<b>130,98</b>	<b>516,34</b>	<b>10,06</b>	
	<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>550</b>	<b>19,60</b>	<b>22,05</b>	<b>95,99</b>	<b>665,79</b>	<b>1,90</b>	<b>0,28</b>	<b>10,95</b>	<b>24,46</b>	<b>109,09</b>	<b>105,65</b>	<b>404,45</b>	<b>8,46</b>	
	Полдник	Ватрушка с повидлом	С	60	3,82	2,55	37,82	190,29	0,04	0,02	0,91	0,07	13,37	14,91	21,40	0,93	№ 1058
Я			60	3,82	2,55	37,82	190,29	0,04	0,02	0,91	0,07	13,37	14,91	21,40	0,93	А.И.Здобнов 2005	
Молоко кипяченое 2,5% жир.		С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385	
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	М.П.Могильный 2005	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>260</b>	<b>9,93</b>	<b>7,99</b>	<b>47,93</b>	<b>303,59</b>	<b>0,12</b>	<b>0,34</b>	<b>1,12</b>	<b>2,80</b>	<b>266,17</b>	<b>39,37</b>	<b>211,00</b>	<b>1,14</b>		
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>210</b>	<b>8,40</b>	<b>6,63</b>	<b>45,40</b>	<b>275,29</b>	<b>0,10</b>	<b>0,26</b>	<b>1,07</b>	<b>2,12</b>	<b>202,97</b>	<b>37,01</b>	<b>163,60</b>	<b>1,09</b>		
<b>Всего за день: сад</b>		С	<b>1347</b>	<b>45,46</b>	<b>50,56</b>	<b>196,42</b>	<b>1469,28</b>	<b>2,57</b>	<b>0,90</b>	<b>14,28</b>	<b>29,90</b>	<b>645,93</b>	<b>212,32</b>	<b>1020,18</b>	<b>12,40</b>		
<b>Всего за день: ясли</b>		Я	<b>1110</b>	<b>37,41</b>	<b>39,46</b>	<b>177,14</b>	<b>1215,38</b>	<b>2,10</b>	<b>0,91</b>	<b>12,61</b>	<b>27,16</b>	<b>529,73</b>	<b>178,49</b>	<b>818,27</b>	<b>10,55</b>		



Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe		
<i>8 день</i>																	
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы	С	180	1,96	4,58	20,27	130,70	0,01	0,03	0,59	0,13	27,00	3,60	22,08	0,05	№ 182	
		Я	150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	М.П.Могильный 2005	
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жир.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1	
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005	
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 395	
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012	
		<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>407</b>	<b>6,74</b>	<b>12,34</b>	<b>44,31</b>	<b>315,80</b>	<b>1,09</b>	<b>0,05</b>	<b>1,08</b>	<b>0,13</b>	<b>155,28</b>	<b>28,28</b>	<b>161,72</b>	<b>1,07</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>350</b>	<b>6,58</b>	<b>9,99</b>	<b>36,96</b>	<b>260,90</b>	<b>0,97</b>	<b>0,03</b>	<b>0,88</b>	<b>0,11</b>	<b>136,95</b>	<b>23,85</b>	<b>140,95</b>	<b>0,89</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005	
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389	
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005	
Обед	Суп-лапша домашняя	С	200	1,77	4,05	9,54	81,80	0,04	0,01	0,33	0,40	15,76	8,36	23,44	0,47	№ 218	
		Я	150	1,32	3,04	7,15	61,35	0,03	0,01	0,25	0,30	11,82	6,27	17,58	0,35	А.И.Здобнов 2005	
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	С	70/5	10,73	9,67	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	№ 295	
		Я	50/5	7,66	6,91	7,77	124,16	0,03	0,05	1,85	0,25	9,33	8,75	35,00	0,70	М.П.Могильный 2005	
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63	0,00	0,00	0,13	0,00	105,70	15,60	104,00	0,52	№ 321	
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61	0,00	0,00	0,11	0,00	89,50	13,20	88,00	0,44	М.П.Могильный 2005	
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522	
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб из пшеничной муки	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>662</b>	<b>21,19</b>	<b>18,70</b>	<b>89,54</b>	<b>613,17</b>	<b>2,10</b>	<b>0,14</b>	<b>4,05</b>	<b>0,75</b>	<b>173,01</b>	<b>96,50</b>	<b>351,60</b>	<b>6,71</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>525</b>	<b>15,93</b>	<b>14,11</b>	<b>70,57</b>	<b>474,70</b>	<b>1,71</b>	<b>0,11</b>	<b>2,98</b>	<b>0,55</b>	<b>140,80</b>	<b>76,97</b>	<b>282,33</b>	<b>5,36</b>		
Полдник	Запеканка из творога 5% жирн.	С	120	21,05	14,46	20,58	296,48	0,06	0,04	0,61	0,36	182,40	27,60	168,00	1,04	№ 223	
		Я	100	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,03	0,51	0,30	152,00	23,00	140,00	0,87	М.П.Могильный 2005	
	Соус молочный (сладкий)	С	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	№ 327	
		Я	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	М.П.Могильный 2005	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392	
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012	
		<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>350</b>	<b>21,70</b>	<b>15,84</b>	<b>35,66</b>	<b>371,33</b>	<b>0,07</b>	<b>0,06</b>	<b>0,67</b>	<b>0,49</b>	<b>212,31</b>	<b>31,64</b>	<b>185,47</b>	<b>1,40</b>	
		<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>310</b>	<b>18,18</b>	<b>13,43</b>	<b>31,12</b>	<b>317,45</b>	<b>0,06</b>	<b>0,05</b>	<b>0,57</b>	<b>0,43</b>	<b>180,81</b>	<b>26,94</b>	<b>157,19</b>	<b>1,20</b>	
		<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1519</b>	<b>49,49</b>	<b>42,64</b>	<b>100,55</b>	<b>983,61</b>	<b>1,22</b>	<b>0,14</b>	<b>2,36</b>	<b>0,99</b>	<b>549,99</b>	<b>87,52</b>	<b>515,19</b>	<b>3,52</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1285</b>	<b>42,30</b>	<b>35,47</b>	<b>85,23</b>	<b>825,35</b>	<b>1,08</b>	<b>0,11</b>	<b>1,96</b>	<b>0,84</b>	<b>469,76</b>	<b>73,79</b>	<b>438,14</b>	<b>2,96</b>		
Прим				Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					

Группа пищи	Наименование блюда		Выход	Химическая составляющая				Энергетическая ценность (ккал)	В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	№ рецептуры
				Б	Ж	У											
<b>9 день</b>																	
Завтрак	Суп молочный с крупой пшеничной	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121	
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	М.П.Могильный 2005	
	Бутерброд с сыром50%жир.	С	20/15	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55	№ 3	
		Я	15/10	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39	М.П.Могильный 2005	
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397	
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>415</b>	<b>12,21</b>	<b>13,55</b>	<b>33,75</b>	<b>345,94</b>	<b>0,14</b>	<b>0,24</b>	<b>0,79</b>	<b>0,74</b>	<b>315,86</b>	<b>45,71</b>	<b>338,13</b>	<b>1,33</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>355</b>	<b>9,91</b>	<b>10,82</b>	<b>36,53</b>	<b>283,52</b>	<b>0,11</b>	<b>0,40</b>	<b>0,63</b>	<b>0,62</b>	<b>266,41</b>	<b>38,62</b>	<b>282,05</b>	<b>1,08</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005	
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389	
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005	
Обед	Свекольник	С	200	1,74	3,53	9,67	92,62	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 145	
		Я	150	1,31	2,65	7,25	69,46	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	А.Я.Перевалов 2012	
	Котлеты или биточки рыбные	С	70	8,87	2,85	6,22	86,33	0,08	0,06	0,33	0,09	28,00	25,36	149,64	1,25	№ 234	
		Я	50	6,34	2,04	4,44	61,66	0,06	0,04	0,24	0,06	20,00	18,11	106,88	1,89,00	М.П.Могильный 2005	
	Соус №330	С	30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	№ 330	
		Я	30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	М.П.Могильный 2005	
	Каша рассыпчатая гречневая	С	110	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 302	
		Я	100	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	М.П.Могильный 2005	
	Кисель из повидла	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383	
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	М.П.Могильный 2012	
	Хлеб из пшеничной муки	С	25	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 122	
		Я	20	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный"Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>652</b>	<b>23,10</b>	<b>13,74</b>	<b>89,46</b>	<b>588,14</b>	<b>2,23</b>	<b>1,48</b>	<b>4,24</b>	<b>19,50</b>	<b>144,63</b>	<b>108,66</b>	<b>457,72</b>	<b>6,95</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>530</b>	<b>18,33</b>	<b>11,13</b>	<b>73,94</b>	<b>478,75</b>	<b>1,84</b>	<b>1,43</b>	<b>3,71</b>	<b>17,24</b>	<b>120,85</b>	<b>90,98</b>	<b>368,91</b>	<b>193,90</b>		
Полдник	Омлет натуральный с маслом сливочным72,5%жир.	С	80/5	7,52	13,46	1,51	157,00	0,05	0,31	0,15	0,21	100,54	16,90	138,60	2,55	№ 210	
		Я	60/3	5,73	11,04	1,10	127,00	0,04	0,24	0,12	0,18	85,07	14,30	105,10	2,16	М.П.Могильный 2005	
	Кондитерские изделия (пром.)	С	50	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 602, 603, 604	
		Я	30	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	А.Я.Перевалов 2012	
	Кефир 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 386	
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	М.П.Могильный 2005	
	Хлеб из пшеничной муки	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122	
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>330</b>	<b>15,91</b>	<b>20,45</b>	<b>38,56</b>	<b>402,41</b>	<b>0,17</b>	<b>0,66</b>	<b>0,88</b>	<b>1,47</b>	<b>328,69</b>	<b>53,23</b>	<b>331,86</b>	<b>3,66</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>253</b>	<b>11,81</b>	<b>15,87</b>	<b>23,31</b>	<b>283,89</b>	<b>0,14</b>	<b>0,52</b>	<b>0,59</b>	<b>1,23</b>	<b>271,72</b>	<b>41,69</b>	<b>257,91</b>	<b>2,82</b>		
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1397</b>	<b>51,22</b>	<b>47,74</b>	<b>161,77</b>	<b>1336,49</b>	<b>2,55</b>	<b>2,37</b>	<b>5,91</b>	<b>21,71</b>	<b>789,18</b>	<b>207,60</b>	<b>1127,71</b>	<b>11,94</b>		
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1138</b>	<b>40,05</b>	<b>37,82</b>	<b>133,78</b>	<b>1046,16</b>	<b>2,09</b>	<b>2,35</b>	<b>4,93</b>	<b>19,09</b>	<b>658,98</b>	<b>171,29</b>	<b>908,87</b>	<b>197,80</b>		

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe		
<i>10 день</i>																	
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	С	180	2,88	4,58	19,32	129,60	0,05	0,03	0,99	0,82	113,80	10,80	45,00	0,40	№ 181 М.П.Могильный 2005	
		Я	150	2,40	3,82	16,10	108,00	0,04	0,02	0,83	0,68	94,80	9,00	37,50	0,33		
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5%жир.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1 М.П.Могильный 2005	
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31		
	Чай с молоком 2,5%жир.	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012	
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37		
	<b>Итого: сад</b>		<b>С</b>	<b>407</b>	<b>7,51</b>	<b>12,28</b>	<b>45,11</b>	<b>320,20</b>	<b>0,12</b>	<b>0,21</b>	<b>1,45</b>	<b>2,15</b>	<b>246,58</b>	<b>32,88</b>	<b>157,42</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>350</b>	<b>7,20</b>	<b>9,94</b>	<b>37,74</b>	<b>265,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,17</b>	<b>1,19</b>	<b>1,88</b>	<b>213,35</b>	<b>27,55</b>	<b>135,55</b>	<b>1,01</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие или сок фруктовый	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005	
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20		
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		№ 389 М.П.Могильный 2005
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		
Борщ Ставропольский	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 57 Сборник Ставр.фирм.блюд		
	Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61			
сельдь с луком	С	25/25	5,10	6,60	2,30	89,00	0,08	0,06	0,33	0,09	28,00	25,36	149,64	1,25	№ 76 М.П.Могильный 2012		
	Я	25/25	5,10	6,60	2,30	89,00	0,06	0,04	0,24	0,06	20,00	18,11	106,88	189,00			
Пюре картофельное	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	1,90	15,60	13,00	26,86	0,33	№ 312/125 М.П.Могильный 2005		
	Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,04	0,28	0,35	1,60	13,20	11,00	22,70	0,28			
Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521 М.П.Могильный 2012		
	Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33			
Хлеб из пшеничной муки	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Первалов 2012		
	Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	2,91	0,06	0,39	0,00	20,93	26,09	87,69	2,16			
Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123 А.Я.Первалов 2012		
	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17			
<b>Итого: сад</b>		<b>С</b>	<b>617</b>	<b>35,53</b>	<b>41,03</b>	<b>74,48</b>	<b>811,20</b>	<b>2,26</b>	<b>0,66</b>	<b>6,14</b>	<b>40,93</b>	<b>167,47</b>	<b>60,29</b>	<b>220,52</b>	<b>5,69</b>		
<b>Итого: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>505</b>	<b>31,07</b>	<b>35,94</b>	<b>62,54</b>	<b>694,44</b>	<b>4,77</b>	<b>0,63</b>	<b>5,34</b>	<b>36,40</b>	<b>163,99</b>	<b>71,37</b>	<b>263,31</b>	<b>6,75</b>		
Полдник	Рагу из овощей с зеленым горошком	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137 М.П.Могильный 2012	
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62		
	Чай с лимоном	С	200/11/4	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012	
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72		
	Хлеб из пшеничной муки	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Первалов 2012	
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	0,14	0,13	1,07	10,41	62,73	20,30	59,85	2,90		
	<b>Итого: сад</b>		<b>С</b>	<b>349</b>	<b>3,62</b>	<b>9,37</b>	<b>33,22</b>	<b>231,70</b>	<b>0,09</b>	<b>0,08</b>	<b>0,71</b>	<b>6,94</b>	<b>41,82</b>	<b>13,53</b>	<b>39,90</b>	<b>1,93</b>	
<b>Итого: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>274</b>	<b>2,88</b>	<b>7,91</b>	<b>24,70</b>	<b>182,05</b>	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>	<b>1,40</b>	<b>16,29</b>	<b>95,51</b>	<b>26,16</b>	<b>78,95</b>	<b>4,24</b>		
<b>Всего за день: сад</b>		<b>С</b>	<b>1373</b>	<b>46,66</b>	<b>62,68</b>	<b>152,81</b>	<b>1363,10</b>	<b>2,47</b>	<b>0,95</b>	<b>8,30</b>	<b>50,02</b>	<b>455,87</b>	<b>106,70</b>	<b>417,84</b>	<b>8,85</b>		
<b>Всего за день: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>1129</b>	<b>41,15</b>	<b>53,79</b>	<b>124,98</b>	<b>1141,49</b>	<b>5,06</b>	<b>0,99</b>	<b>7,93</b>	<b>54,57</b>	<b>472,85</b>	<b>125,08</b>	<b>477,81</b>	<b>12,00</b>		

	<b>Итого за весь период:</b>	<b>С</b>		<b>385,39</b>	<b>389,11</b>	<b>1457,72</b>	<b>10932,31</b>								
	<b>Итого за весь период: ясли</b>	<b>Я</b>		<b>715,14</b>	<b>326,67</b>	<b>1220,52</b>	<b>9140,30</b>								
	<b>Среднее значение за весь период</b>	<b>С</b>		<b>38,54</b>	<b>38,91</b>	<b>145,77</b>	<b>1093,23</b>								
		<b>Я</b>		<b>71,51</b>	<b>32,67</b>	<b>122,05</b>	<b>914,03</b>								
	<b>% выполнения от калорийности</b>	<b>С</b>		<b>94,00</b>	<b>86,47</b>	<b>74,75</b>	<b>80,98</b>								
		<b>Я</b>		<b>223,48</b>	<b>93,33</b>	<b>80,30</b>	<b>87,05</b>								

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Дели принт Москва 2012 г. М.П.Могильный

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт Москва 2005 г. М.П.Могильный

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я.Перевалов

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Москва "Лада" 2005 г. А.И.Здобнов

Сборник ставропольских фирменных блюд

Технолог МКУ "Ресурсный центр"

Чалая И.А.























