



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МДОУ д/с «Ландыш» г. Балашова  
 Н. И. Акинина  
 Приказ № 176 от 08.09.2012

**Основное меню**  
 муниципального дошкольного образовательного учреждения  
 «Детский сад комбинированного вида «Ландыш» города Балашова Саратовской области» для детей с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	PP	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
<b>Неделя 1 день 1</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
416	Каша манная жидкая на молоке изюм	200,0	6,5	5,4	29,0	180,0	0,07	0,10	1,80	7,60	143,0	159,3	77,6	17,7	90,0	0,60	31,0
			0,05	2,51	0,2	5,0											
3	Бутерброд со сливочным маслом сыром	40,0 10,0	4,79	4,88	13,56	136,0	46,0	0,05	0,05	0,51	0,07	195,2	50,2	96,1	13,4	77,6	0,71
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	2,03	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	<b>Итого в завтрак</b>	<b>450,0</b>	<b>11,34</b>	<b>12,79</b>	<b>52,76</b>	<b>361,0</b>	<b>46,07</b>	<b>0,15</b>	<b>1,85</b>	<b>8,13</b>	<b>145,1</b>	<b>354,8</b>	<b>135,5</b>	<b>123,8</b>	<b>104,7</b>	<b>80,7</b>	<b>31,99</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
400	Молоко кипячёное	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	32,0	0,06	0,24	0,16	2,05	79,0	230,7	189,6	22,1	142,2	0,16
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>100,0</b>	<b>2,7</b>	<b>3,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,0</b>	<b>32,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>0,16</b>	<b>2,05</b>	<b>79,0</b>	<b>230,7</b>	<b>189,6</b>	<b>22,1</b>	<b>142,2</b>	<b>0,16</b>
<b>ОБЕД</b>																	
10	Салат из горошка зеленого консервированного (сад) или салат из	50,0	1,79	3,11	3,75	50,0	0,0	0,2	0,009	0,13	2,2	68,46	20,14	4,29	4,16	11,9	0,13
80	Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне	180,0	1,97	2,73	12,58	73,75	0,0	0,008	0,04	0,09	0,66	8,32	18,45	2,07	2,12	6,98	0,08
304	Плов из птицы	200,0	10,47	14,69	38,69	299,0	64,0	0,26	0,11	4,94	1,01	340,0	262,1	40,3	46,8	209,5	2,03
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
	<b>Итого в обед</b>	<b>700,00</b>	<b>18,97</b>	<b>21,19</b>	<b>91,53</b>	<b>650,75</b>	<b>64,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,24</b>	<b>6,91</b>	<b>5,87</b>	<b>809,03</b>	<b>460,43</b>	<b>72,94</b>	<b>91,18</b>	<b>326,02</b>	<b>4,66</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
<b>ПОЛДНИК</b>																	
392	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
213	Яйцо вареное	40,0	4,08	6,3	9,28	110,26	100,0	0,03	0,18	0,08	0,0	3,6	56,0	22,0	4,8	76,8	1,0
	<b>Итого в полдник</b>	<b>270,0</b>	<b>8,54</b>	<b>9,65</b>	<b>39,28</b>	<b>270,51</b>	<b>140,0</b>	<b>0,08</b>	<b>0,21</b>	<b>0,59</b>	<b>0,02</b>	<b>118,8</b>	<b>106,6</b>	<b>41,3</b>	<b>16,0</b>	<b>108,4</b>	<b>1,9</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
417	Каша пшеничная вязкая на молоке	200,0	9,05	11,8	35,5	290,25	25,0	0,14	0,06	3,86	19,0	238,0	189,3	39,5	46,8	134,7	1,51
392	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
	<b>Итого в ужин</b>	<b>430,0</b>	<b>13,51</b>	<b>15,15</b>	<b>65,5</b>	<b>450,5</b>	<b>65,0</b>	<b>0,19</b>	<b>0,09</b>	<b>4,37</b>	<b>19,02</b>	<b>353,2</b>	<b>239,9</b>	<b>58,8</b>	<b>58,0</b>	<b>166,3</b>	<b>2,41</b>
	<b>Итого в день</b>	<b>1950,0</b>	<b>55,06</b>	<b>61,78</b>	<b>262,6</b>	<b>1802,76</b>	<b>500,0</b>	<b>0,90</b>	<b>1,00</b>	<b>20,16</b>	<b>50,60</b>	<b>1714,83</b>	<b>600,00</b>	<b>900,00</b>	<b>205,00</b>	<b>823,62</b>	<b>10,50</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
413	Каша геркулесовая вязкая на молоке	200,0	9,3	7,0	26,15	184,4	31,0	0,16	0,11	1,72	7,6	188,8	202,8	91,9	66,1	196,0	1,69
1	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	2,45	5,55	16,62	136,0	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	<b>Итого в завтрак</b>	<b>440,0</b>	<b>11,75</b>	<b>12,55</b>	<b>52,77</b>	<b>360,40</b>	<b>71,00</b>	<b>0,21</b>	<b>0,14</b>	<b>2,23</b>	<b>7,62</b>	<b>304,00</b>	<b>253,40</b>	<b>111,20</b>	<b>77,30</b>	<b>227,60</b>	<b>2,59</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
378	Кисель витаминизированный	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	0,0	0,001	0,003	0,016	1,52	2,2	23,9	6,92	1,36	4,74	0,10
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>100,0</b>	<b>2,7</b>	<b>3,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>0,016</b>	<b>1,52</b>	<b>2,2</b>	<b>23,9</b>	<b>6,92</b>	<b>1,36</b>	<b>4,74</b>	<b>0,10</b>
<b>ОБЕД</b>																	
82	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной (термич. обработка)	180,00	1,68	5,83	18,14	114,75	0,0	0,09	0,05	0,94	6,6	82,74	385,0	19,68	21,6	53,52	0,86
33	Салат из свеклы	50,0	0,7	3,0	4,2	46,9	0,0	0,009	0,02	0,10	4,75	21,90	136,80	17,60	10,45	20,50	0,7
244	Рыба, припущенная с овощами	80,0	9,12	8,81	10,54	169,0	3,0	0,04	0,04	0,59	0,77	52,0	90,2	10,3	8,0	67,4	0,43

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
314	Каша пшеничная вязкая с маслом (гарнир)	150,0	3,74	5,96	18,92	149,24	20,0	0,10	0,01	0,5	0,0	4,17	73,5	10,4	28,47	81,4	0,93
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,6	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
<b>Итого в обед</b>		<b>680,0</b>	<b>19,3</b>	<b>21,3</b>	<b>84,1</b>	<b>640,99</b>	<b>23,0</b>	<b>0,38</b>	<b>0,18</b>	<b>3,78</b>	<b>9,37</b>	<b>531,16</b>	<b>708,4</b>	<b>66,7</b>	<b>96,2</b>	<b>299,8</b>	<b>4,6</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
392	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Печенье	70,0	6,38	9,82	28,16	230,0	0,0	0,24	0,21	0,5	0,0	247,7	61,6	9,1	9,8	46,2	2,08
<b>Итого в полдник</b>		<b>270,0</b>	<b>6,38</b>	<b>9,82</b>	<b>38,16</b>	<b>270,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>0,52</b>	<b>0,02</b>	<b>248,0</b>	<b>69,3</b>	<b>19,1</b>	<b>11,1</b>	<b>48,7</b>	<b>2,36</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
415	Каша рисовая вязкая на молоке	200,0	9,38	9,65	35,3	290,0	36,0	0,05	0,11	2,19	9,87	205,5	184,6	97,4	35,2	138,7	0,65
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
<b>Итого в ужин</b>		<b>430,0</b>	<b>13,84</b>	<b>13,0</b>	<b>65,3</b>	<b>450,25</b>	<b>76,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,14</b>	<b>2,7</b>	<b>9,89</b>	<b>320,7</b>	<b>235,2</b>	<b>116,7</b>	<b>46,4</b>	<b>170,3</b>	<b>1,55</b>
<b>Итого в день</b>		<b>1920,0</b>	<b>54,0</b>	<b>60,1</b>	<b>262,5</b>	<b>1811,6</b>	<b>501,2</b>	<b>0,9</b>	<b>1,0</b>	<b>21,4</b>	<b>49,9</b>	<b>925,3</b>	<b>600,0</b>	<b>900,0</b>	<b>232,3</b>	<b>751,1</b>	<b>11,2</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
417	Каша пшеничная вязкая на молоке	200,0	5,72	6,6	20,6	159,70	25,0	0,14	0,06	3,86	19,0	238,0	189,3	39,5	46,8	134,7	1,51
1	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	2,45	5,55	16,62	136,0	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
<b>Итого в завтрак</b>		<b>440,0</b>	<b>8,17</b>	<b>12,12</b>	<b>47,20</b>	<b>335,70</b>	<b>65,0</b>	<b>0,19</b>	<b>0,09</b>	<b>4,37</b>	<b>19,02</b>	<b>353,2</b>	<b>239,9</b>	<b>58,80</b>	<b>58,0</b>	<b>166,3</b>	<b>2,41</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
399	Сок для дошкольного питания	100,0	0,8	0,0	15,3	64,2	0,0	0,02	0,02	0,15	3,0	9,0	180,0	10,5	6,0	10,5	2,1
<b>Итого во 2-й завтрак</b>		<b>100,0</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>15,3</b>	<b>64,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>0,15</b>	<b>3,0</b>	<b>9,0</b>	<b>180,0</b>	<b>10,5</b>	<b>6,0</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>ОБЕД</b>																	
57	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной (термич. обработка)	180,0	5,64	6,47	27,55	133,8	0,0	0,035	0,034	0,46	8,23	98,06	305,3	35,5	21,0	42,58	0,95

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		ккал	А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P
203	Кулеш с мясом кур из крупы гречневой	200,0	8,52	14,5	27,29	290,0	0,0	0,07	0,15	3,0	1,2	183,24	160,3	31,66	40,0	225,9	2,46
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
<b>Итого в обед</b>		<b>650,0</b>	<b>18,90</b>	<b>21,63</b>	<b>91,35</b>	<b>631,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,26</b>	<b>0,26</b>	<b>5,21</b>	<b>11,43</b>	<b>673,55</b>	<b>625,34</b>	<b>93,44</b>	<b>99,1</b>	<b>366,12</b>	<b>5,83</b>

**ПОЛДНИК**

578	Кисель плодово-ягодный витаминизи-рованный	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	0,0	0,001	0,003	0,016	1,52	2,2	23,9	6,92	1,36	4,74	0,10
211	Запеканка из макарон с творогом	200,0	9,31	7,66	25,20	283,0	55,0	0,07	0,16	0,78	0,34	53,5	129,0	105,0	26,7	141,9	1,11
<b>Итого в полдник</b>		<b>300,0</b>	<b>12,01</b>	<b>10,66</b>	<b>38,70</b>	<b>373,0</b>	<b>55,0</b>	<b>0,07</b>	<b>0,16</b>	<b>0,80</b>	<b>1,86</b>	<b>55,7</b>	<b>152,9</b>	<b>111,92</b>	<b>28,06</b>	<b>146,64</b>	<b>1,21</b>

**УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)**

416	Каша манная жидкая на молоке	200,0	9,5	11,4	35,0	288,0	0,07	0,10	1,80	7,60	143,0	159,3	77,6	17,7	90,0	0,6	31,0
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
<b>Итого в ужин</b>		<b>430,0</b>	<b>13,96</b>	<b>14,8</b>	<b>65,0</b>	<b>448,25</b>	<b>40,1</b>	<b>0,2</b>	<b>1,83</b>	<b>8,1</b>	<b>143,02</b>	<b>274,5</b>	<b>128,2</b>	<b>37,0</b>	<b>101,2</b>	<b>32,2</b>	<b>31,90</b>
<b>Итого в день</b>		<b>1920,00</b>	<b>54,70</b>	<b>60,50</b>	<b>267,30</b>	<b>1852,95</b>	<b>489,59</b>	<b>0,80</b>	<b>0,90</b>	<b>18,64</b>	<b>52,60</b>	<b>1365,95</b>	<b>600,00</b>	<b>879,10</b>	<b>292,36</b>	<b>721,76</b>	<b>9,87</b>

**Неделя 1 день 4**

**ЗАВТРАК**

415	Каша рисовая вязкая на молоке	200,0	6,59	6,89	35,1	232,0	36,0	0,05	0,11	2,19	9,87	205,5	184,6	97,4	35,2	138,7	0,65
1	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	2,45	5,55	16,62	136,0	40,0	0,05	0,05	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
<b>Итого в завтрак</b>		<b>440,0</b>	<b>9,0</b>	<b>12,44</b>	<b>61,69</b>	<b>408,00</b>	<b>76,0</b>	<b>0,10</b>	<b>0,14</b>	<b>2,70</b>	<b>9,89</b>	<b>320,7</b>	<b>235,2</b>	<b>116,7</b>	<b>46,4</b>	<b>170,3</b>	<b>1,55</b>

**2-Й ЗАВТРАК**

400	Молоко кипячёное	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	32,0	0,06	0,24	0,16	2,05	79,0	230,7	189,6	22,1	142,2	0,16
<b>Итого во 2-й завтрак</b>		<b>100,0</b>	<b>2,7</b>	<b>3,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,0</b>	<b>32,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>0,16</b>	<b>2,05</b>	<b>79,0</b>	<b>230,7</b>	<b>189,6</b>	<b>22,1</b>	<b>142,2</b>	<b>0,16</b>

**ОБЕД**

81	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180,0	4,31	7,5	16,83	140,11	0,0	0,18	0,05	0,91	4,65	86,16	378,18	30,46	28,24	69,74	1,62
----	---	-------	------	-----	-------	--------	-----	------	------	------	------	-------	--------	-------	-------	-------	------

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		ккал	А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P
205	Макаронные изделия отварные с маслом	150,0	3,35	12,68	26,08	139,09	25,5	0,13	0,11	1,35	18,6	5,53	648,4	35,21	27,75	82,47	1,0
282	Котлета из мяса говядины в белом соусе с овощами	80,0	7,44	8,24	12,56	143,0	18,0	0,06	0,1	2,06	0,09	217,2	179,1	26,1	19,3	99,7	0,9
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
<b>Итого в обед</b>		<b>680,00</b>	<b>19,84</b>	<b>29,08</b>	<b>91,98</b>	<b>630,20</b>	<b>43,50</b>	<b>0,52</b>	<b>0,34</b>	<b>6,07</b>	<b>25,34</b>	<b>701,14</b>	<b>1365,42</b>	<b>118,05</b>	<b>113,39</b>	<b>349,55</b>	<b>5,94</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Пряник детский	50,0	7,24	8,4	28,86	201,59	28,0	0,04	0,04	0,52	0,005	9,05	42,2	8,55	10,3	30,35	0,61
<b>Итого в полдник</b>		<b>250,0</b>	<b>7,24</b>	<b>8,4</b>	<b>38,86</b>	<b>241,59</b>	<b>28,0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>0,54</b>	<b>0,025</b>	<b>9,35</b>	<b>49,9</b>	<b>18,55</b>	<b>11,6</b>	<b>32,85</b>	<b>0,89</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
168	Каша геркулесовая вязкая на молоке	200,0	7,21	7,28	25,79	185,0	20,0	0,15	0,08	1,79	0,0	116,1	187,8	12,2	98,1	147,7	3,32
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
<b>Итого в ужин</b>		<b>430,0</b>	<b>11,67</b>	<b>10,63</b>	<b>55,79</b>	<b>345,25</b>	<b>60,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,11</b>	<b>2,30</b>	<b>0,02</b>	<b>231,30</b>	<b>238,4</b>	<b>31,5</b>	<b>109,3</b>	<b>179,3</b>	<b>4,22</b>
<b>Итого в день</b>		<b>1900,0</b>	<b>55,30</b>	<b>63,55</b>	<b>261,82</b>	<b>1800,60</b>	<b>489,6</b>	<b>0,92</b>	<b>0,87</b>	<b>11,77</b>	<b>51,80</b>	<b>1341,49</b>	<b>601,40</b>	<b>904,70</b>	<b>199,40</b>	<b>874,20</b>	<b>11,00</b>
<b>Неделя 1 день 5</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
168	Каша гречневая вязкая с маслом, сахаром	200,0	7,21	7,28	25,79	185,0	20,0	0,15	0,08	1,79	0,0	116,1	187,8	12,2	98,1	147,7	3,32
1	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	2,45	5,55	16,62	136,0	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
<b>Итого в завтрак</b>		<b>440,0</b>	<b>9,66</b>	<b>12,83</b>	<b>52,41</b>	<b>361,0</b>	<b>60,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,11</b>	<b>2,30</b>	<b>0,02</b>	<b>231,3</b>	<b>238,4</b>	<b>31,5</b>	<b>109,3</b>	<b>179,3</b>	<b>4,22</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
368	Яблоко	100,0	1,4	1,4	12,8	84,0	0,0	0,03	0,02	0,3	10,0	26,0	278,0	16,0	9,0	11,0	2,2
<b>Итого во 2-й завтрак</b>		<b>100,0</b>	<b>1,4</b>	<b>1,4</b>	<b>12,8</b>	<b>84,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>0,3</b>	<b>10,0</b>	<b>26,0</b>	<b>278,0</b>	<b>16,0</b>	<b>9,0</b>	<b>11,0</b>	<b>2,2</b>
<b>ОБЕД</b>																	
80	Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	180,0	4,42	6,66	24,68	166,83	0,0	0,68	0,04	0,76	5,94	74,61	337,3	16,5	18,0	45,03	0,63

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		ккал	А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P
302	Птица, тушённая в соусе с овощами	200,0	10,13	9,96	28,63	226,0	10,0	0,11	0,09	4,0	7,34	307,1	573,6	33,6	38,7	122,3	1,4
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
	<b>Итого в обед</b>	<b>650,0</b>	<b>19,3</b>	<b>17,3</b>	<b>89,8</b>	<b>600,83</b>	<b>10,00</b>	<b>0,94</b>	<b>0,21</b>	<b>6,51</b>	<b>15,28</b>	<b>773,96</b>	<b>1070,64</b>	<b>76,38</b>	<b>94,80</b>	<b>264,97</b>	<b>4,45</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
397	Какао с молоком	200,0	3,77	3,19	16,0	106,0	22,0	0,05	0,17	0,15	1,43	55,3	194,7	137,0	19,2	112,1	0,43
	Печенье	50,0	4,38	6,12	23,16	165,0	0,0	0,24	0,21	0,5	0,0	247,7	61,6	9,1	9,8	46,2	2,08
	<b>Итого в полдник</b>	<b>250,0</b>	<b>8,15</b>	<b>9,31</b>	<b>39,16</b>	<b>271,0</b>	<b>22,0</b>	<b>0,29</b>	<b>0,38</b>	<b>0,65</b>	<b>1,43</b>	<b>303,0</b>	<b>256,3</b>	<b>146,1</b>	<b>29,0</b>	<b>158,3</b>	<b>2,51</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
417	Каша пшеничная вязкая на молоке	200,0	8,79	11,9	34,86	289,0	32,0	0,1	0,1	2,58	9,61	197,0	201,2	105,8	32,5	204,3	0,97
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
	<b>Итого в ужин</b>	<b>430,0</b>	<b>13,25</b>	<b>15,25</b>	<b>64,86</b>	<b>449,25</b>	<b>72,0</b>	<b>0,15</b>	<b>0,13</b>	<b>3,09</b>	<b>9,63</b>	<b>312,2</b>	<b>251,8</b>	<b>125,1</b>	<b>43,7</b>	<b>235,9</b>	<b>1,87</b>
	<b>Итого в день</b>	<b>1870,0</b>	<b>54,60</b>	<b>64,10</b>	<b>262,70</b>	<b>1805,30</b>	<b>483,90</b>	<b>0,90</b>	<b>1,00</b>	<b>12,85</b>	<b>50,30</b>	<b>1646,46</b>	<b>600,00</b>	<b>395,08</b>	<b>849,60</b>	<b>781,30</b>	<b>11,00</b>
<b>Неделя 2 день 1</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
317	Рожки отварные с маслом, сахаром	200,0	8,05	7,8	27,50	190,25	25,0	0,14	0,06	3,86	19,0	238,0	189,3	39,5	46,8	134,7	1,51
3	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	3,79	4,88	14,56	130,0	46,0	0,05	0,05	0,51	0,07	195,2	50,2	96,1	13,4	77,6	0,71
	сыром	10,0															
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	<b>Итого в завтрак</b>	<b>450,0</b>	<b>11,84</b>	<b>12,68</b>	<b>52,06</b>	<b>360,25</b>	<b>71,00</b>	<b>0,19</b>	<b>0,11</b>	<b>4,39</b>	<b>19,09</b>	<b>433,5</b>	<b>247,2</b>	<b>145,6</b>	<b>61,5</b>	<b>214,8</b>	<b>2,50</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
400	Молоко кипячёное	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	32,0	0,06	0,24	0,16	2,05	79,0	230,7	189,6	22,1	142,2	0,16
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>100,0</b>	<b>2,7</b>	<b>3,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,0</b>	<b>32,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>0,16</b>	<b>2,05</b>	<b>79,0</b>	<b>230,7</b>	<b>189,6</b>	<b>22,1</b>	<b>142,2</b>	<b>0,16</b>
<b>ОБЕД</b>																	
67	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	180,0	3,64	3,47	19,55	132,0	0,0	0,04	0,03	0,58	13,29	77,79	273,36	31,19	16,02	34,29	0,57

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
414	Каша гречневая вязкая с маслом (гарнир)	150,0	3,7	6,0	23,42	140,88	24,0	0,12	0,09	3,91	15,0	165,9	216,5	29,3	81,9	134,6	2,73
277	Птица тешеная	80,0	7,63	11,3	12,24	150,0	20,0	0,05	0,14	3,03	1,11	391,6	258,8	37,2	34,8	163,7	1,58
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
	<b>Итого в обед</b>	<b>680,0</b>	<b>19,71</b>	<b>21,43</b>	<b>91,72</b>	<b>630,88</b>	<b>44,0</b>	<b>0,36</b>	<b>0,34</b>	<b>9,27</b>	<b>31,40</b>	<b>1027,54</b>	<b>908,40</b>	<b>123,97</b>	<b>170,82</b>	<b>430,23</b>	<b>7,30</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
213	Яйцо вареное	40,0	4,08	6,3	9,28	110,26	100,0	0,03	0,18	0,08	0,0	3,6	56,0	22,0	4,8	76,8	1,0
	<b>Итого в полдник</b>	<b>270,0</b>	<b>8,54</b>	<b>9,65</b>	<b>39,3</b>	<b>270,51</b>	<b>140,0</b>	<b>0,08</b>	<b>0,21</b>	<b>0,59</b>	<b>0,02</b>	<b>118,8</b>	<b>106,6</b>	<b>41,3</b>	<b>16,0</b>	<b>108,4</b>	<b>1,9</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
415	Каша рисовая вязкая на молоке	200,0	9,38	9,65	35,3	290,0	36,0	0,05	0,11	2,19	9,87	205,5	184,6	97,4	35,2	138,7	0,65
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,35	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
	<b>Итого в ужин</b>	<b>430,0</b>	<b>13,84</b>	<b>13,0</b>	<b>65,3</b>	<b>450,25</b>	<b>76,0</b>	<b>0,10</b>	<b>0,14</b>	<b>2,7</b>	<b>9,89</b>	<b>320,7</b>	<b>235,2</b>	<b>116,7</b>	<b>46,4</b>	<b>170,3</b>	<b>1,55</b>
	<b>Итого в день</b>	<b>1930,0</b>	<b>56,63</b>	<b>60,50</b>	<b>261,86</b>	<b>1801,89</b>	<b>489,6</b>	<b>0,890</b>	<b>1,04</b>	<b>52,30</b>	<b>62,45</b>	<b>600,00</b>	<b>1728,10</b>	<b>216,80</b>	<b>200,00</b>	<b>653,80</b>	<b>9,78</b>
<b>Неделя 2 день 2</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
416	Каша манная жидкая на молоке изюм	200,0	6,5	5,4	29,0	180,0	0,07	0,1	1,8	7,6	143,0	159,3	77,6	17,7	90,0	0,6	31,0
			0,05	2,51	0,2	5,0											
3	Бутерброд со сливочным маслом сыром	40,0	4,79	4,88	13,56	136,0	46,0	0,05	0,05	0,51	0,07	195,2	50,2	96,1	13,4	77,6	0,71
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	2,03	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	<b>Итого в завтрак</b>	<b>450,0</b>	<b>11,34</b>	<b>12,79</b>	<b>52,76</b>	<b>361,00</b>	<b>46,07</b>	<b>0,15</b>	<b>1,85</b>	<b>8,13</b>	<b>145,10</b>	<b>354,8</b>	<b>135,5</b>	<b>123,8</b>	<b>104,7</b>	<b>80,7</b>	<b>32,0</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
378	Кисель витаминизированный	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	0,0	0,001	0,003	0,016	1,52	2,2	23,9	6,92	1,36	4,74	0,10
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>100,0</b>	<b>2,7</b>	<b>3,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>0,016</b>	<b>1,52</b>	<b>2,2</b>	<b>23,9</b>	<b>6,92</b>	<b>1,36</b>	<b>4,74</b>	<b>0,10</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		ккал	A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P
<b>ОБЕД</b>																	
82	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной (термич. обработка)	180,00	1,68	5,83	18,14	114,75	0,0	0,09	0,05	0,94	6,6	82,74	385,0	19,68	21,6	53,32	0,86
256	Котлета рыбная любительская в соусе (основной)	80,0	9,12	8,81	10,54	169,0	3,0	0,04	0,04	0,59	0,77	52,0	90,2	10,3	8,0	67,4	0,43
321	Картофельное пюре	150,0	3,35	5,18	26,08	139,09	25,5	0,13	0,11	1,35	18,6	5,53	648,4	35,21	27,75	82,47	1,0
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
	<b>Итого в обед</b>	<b>680,0</b>	<b>18,89</b>	<b>20,48</b>	<b>91,27</b>	<b>630,84</b>	<b>28,5</b>	<b>0,41</b>	<b>0,28</b>	<b>4,63</b>	<b>27,97</b>	<b>532,52</b>	<b>1283,34</b>	<b>91,47</b>	<b>95,45</b>	<b>300,83</b>	<b>4,71</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
	Батон	40,0	4,3	5,9	23,2	164,0	20,0	0,05	0,03	0,51	0,1	114,4	67,2	10,9	11,3	29,4	0,9
397	Какао с молоком	200,0	3,77	3,19	16,0	106,0	22,0	0,05	0,17	0,15	1,43	55,3	194,7	137,0	19,2	112,1	0,43
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>240,0</b>	<b>8,10</b>	<b>9,12</b>	<b>39,2</b>	<b>270,0</b>	<b>42,0</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>0,66</b>	<b>1,53</b>	<b>169,7</b>	<b>261,9</b>	<b>147,9</b>	<b>30,5</b>	<b>141,5</b>	<b>1,3</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
417	Каша пшеничная вязкая на молоке	200,0	9,38	9,7	35,3	290,00	36,0	0,05	0,11	2,19	9,87	205,5	184,6	97,4	35,2	138,7	0,65
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,46	3,40	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
	<b>Итого в ужин</b>	<b>430,0</b>	<b>13,84</b>	<b>13,05</b>	<b>65,3</b>	<b>450,25</b>	<b>76,0</b>	<b>0,10</b>	<b>0,14</b>	<b>2,70</b>	<b>9,89</b>	<b>320,70</b>	<b>235,2</b>	<b>116,7</b>	<b>46,4</b>	<b>170,3</b>	<b>1,55</b>
	<b>Итого в день</b>	<b>1900,0</b>	<b>54,87</b>	<b>60,60</b>	<b>261,98</b>	<b>1802,09</b>	<b>510,00</b>	<b>91,00</b>	<b>1,00</b>	<b>16,14</b>	<b>54,60</b>	<b>1379,92</b>	<b>599,00</b>	<b>486,79</b>	<b>207,00</b>	<b>698,07</b>	<b>20,00</b>
<b>Неделя 2 день 3</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
413	Каша геркулесовая вязкая на молоке	200,0	9,3	7,0	26,15	184,4	31,0	0,16	0,11	1,72	7,6	188,8	202,8	91,9	66,1	196,0	1,69
1	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	2,45	5,55	16,62	136,0	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	<b>Итого в завтрак</b>	<b>440,00</b>	<b>11,75</b>	<b>12,55</b>	<b>52,77</b>	<b>360,40</b>	<b>71,00</b>	<b>0,21</b>	<b>0,14</b>	<b>2,23</b>	<b>7,62</b>	<b>304,00</b>	<b>253,40</b>	<b>111,20</b>	<b>77,30</b>	<b>227,60</b>	<b>2,59</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
399	Сок для дошкольного питания	100,0	0,8	0,0	15,3	64,2	0,0	0,02	0,02	0,15	3,0	9,0	180,0	10,5	6,0	10,5	2,1
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>100,0</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>15,3</b>	<b>64,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>0,15</b>	<b>3,0</b>	<b>9,0</b>	<b>180,0</b>	<b>10,5</b>	<b>6,0</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
<b>ОБЕД</b>																	
80	Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	180,0	4,42	6,66	24,68	166,83	0,0	0,68	0,04	0,76	5,94	74,61	337,3	16,5	18,0	45,03	0,63
301	Птица тушенная	80,0	6,94	7,28	9,7	174,0	44,0	0,38	0,25	0,09	0,01	346,7	121,5	37,3	14,6	107,5	1,09
344	Рагу овощное (гарнир)	150,0	2,8	6,4	20,0	82,0	31,32	0,06	0,06	0,96	9,95	64,59	366,0	39,66	23,28	57,62	0,92
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	205,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
<b>Итого в обед</b>		<b>680,0</b>	<b>18,90</b>	<b>21,00</b>	<b>90,89</b>	<b>630,83</b>	<b>75,32</b>	<b>1,27</b>	<b>0,43</b>	<b>3,56</b>	<b>17,90</b>	<b>878,15</b>	<b>984,54</b>	<b>119,74</b>	<b>93,98</b>	<b>307,79</b>	<b>5,06</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
211	Запеканка из макарон с творогом	200,0	7,86	8,77	27,13	183,0	55,0	0,07	0,16	0,78	0,34	53,5	129,0	105,0	26,7	141,9	1,11
378	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	0,0	0,001	0,003	0,016	1,52	2,2	23,9	6,92	1,36	4,74	0,10
<b>Итого во 2-й завтрак</b>		<b>300,0</b>	<b>10,56</b>	<b>11,77</b>	<b>40,63</b>	<b>273,0</b>	<b>55,0</b>	<b>0,071</b>	<b>0,163</b>	<b>0,796</b>	<b>1,86</b>	<b>55,7</b>	<b>152,9</b>	<b>111,9</b>	<b>28,1</b>	<b>146,6</b>	<b>1,21</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
417	Каша пшеничная вязкая на молоке	200,0	8,79	11,9	34,86	289,0	32,0	0,1	0,1	2,58	9,61	197,0	201,2	105,8	32,5	204,3	0,97
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон	30,0	4,75	3,4	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
<b>Итого в ужин</b>		<b>430,0</b>	<b>13,54</b>	<b>15,3</b>	<b>64,86</b>	<b>449,25</b>	<b>72,0</b>	<b>0,15</b>	<b>0,13</b>	<b>3,09</b>	<b>9,63</b>	<b>312,2</b>	<b>251,8</b>	<b>125,1</b>	<b>43,7</b>	<b>235,9</b>	<b>1,87</b>
<b>Итого в день</b>		<b>1950,0</b>	<b>55,55</b>	<b>60,62</b>	<b>264,45</b>	<b>1800,90</b>	<b>500,00</b>	<b>0,90</b>	<b>1,01</b>	<b>9,83</b>	<b>40,01</b>	<b>1559,05</b>	<b>604,00</b>	<b>478,46</b>	<b>207,00</b>	<b>928,43</b>	<b>20,60</b>
<b>Неделя 2 день 4</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200,0	5,75	5,2	18,83	145,2	30,6	0,08	0,2	0,44	0,91	117,4	233,54	161,62	24,14	137,98	0,5
1	Бутерброд со сливочным маслом	40,0	2,45	5,55	16,62	136,0	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
<b>Итого в завтрак</b>		<b>440,00</b>	<b>8,20</b>	<b>10,75</b>	<b>45,45</b>	<b>321,20</b>	<b>70,60</b>	<b>0,13</b>	<b>0,23</b>	<b>0,95</b>	<b>0,93</b>	<b>232,60</b>	<b>284,14</b>	<b>180,92</b>	<b>35,34</b>	<b>169,58</b>	<b>1,40</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
378	Кисель витаминизированный	100,0	2,7	3,0	13,5	90,0	0,0	0,001	0,003	0,016	1,52	2,2	23,9	6,92	1,36	4,74	0,10
<b>Итого во 2-й завтрак</b>		<b>100,0</b>	<b>2,7</b>	<b>3,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>0,016</b>	<b>1,52</b>	<b>2,2</b>	<b>23,9</b>	<b>6,92</b>	<b>1,36</b>	<b>4,74</b>	<b>0,10</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	PP	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
<b>ОБЕД</b>																	
80	Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне	180,0	1,97	2,73	12,58	73,75	0,0	0,008	0,04	0,09	0,66	8,32	18,45	2,07	2,12	6,98	0,08
277	Гуляш из отварного мяса	80,0	5,7	8,0	20,42	164,88	24,0	0,12	0,09	3,91	15,0	165,9	216,5	29,3	81,9	134,6	2,73
314	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным (Гарнир)	150,0	4,78	5,33	12,96	129,0	14,0	0,07	0,01	0,35	0,0	2,92	51,46	7,31	19,93	56,98	0,65
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
	<b>Итого в обед</b>	<b>680,0</b>	<b>17,19</b>	<b>16,72</b>	<b>82,47</b>	<b>575,63</b>	<b>38,00</b>	<b>0,348</b>	<b>0,22</b>	<b>6,10</b>	<b>17,66</b>	<b>569,39</b>	<b>446,15</b>	<b>64,96</b>	<b>142,05</b>	<b>296,20</b>	<b>5,88</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	Батон со сгущенным мо	50,0	6,38	9,82	28,16	230,0	0,0	0,24	0,21	0,5	0,0	247,7	61,6	9,1	9,8	46,2	2,08
	<b>Итого в полдник</b>	<b>250,0</b>	<b>6,38</b>	<b>9,82</b>	<b>38,16</b>	<b>270,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>0,52</b>	<b>0,02</b>	<b>248,0</b>	<b>69,3</b>	<b>19,1</b>	<b>11,1</b>	<b>48,7</b>	<b>2,36</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
416	Каша манная жидкая на молоке	200,0	9,5	11,4	35,0	288,0	0,07	0,10	1,8	7,6	143,0	159,3	77,6	17,7	90,0	0,6	31,0
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28	
	Батон	30,0	4,75	3,4	20,0	120,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
	<b>Итого в ужин</b>	<b>430,00</b>	<b>14,25</b>	<b>14,80</b>	<b>65,00</b>	<b>448,25</b>	<b>40,07</b>	<b>0,15</b>	<b>1,83</b>	<b>8,11</b>	<b>143,02</b>	<b>274,50</b>	<b>128,20</b>	<b>37,00</b>	<b>101,20</b>	<b>32,20</b>	<b>31,90</b>
	<b>Итого в день</b>	<b>1900,0</b>	<b>54,50</b>	<b>60,20</b>	<b>264,30</b>	<b>1810,20</b>	<b>508,00</b>	<b>0,93</b>	<b>1,00</b>	<b>15,70</b>	<b>51,60</b>	<b>1326,69</b>	<b>600,00</b>	<b>308,90</b>	<b>204,00</b>	<b>551,42</b>	<b>23,20</b>
<b>Неделя 2 день 5</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
415	Каша рисовая вязкая на молоке	200,0	7,38	8,65	32,3	190,0	36,0	0,05	0,11	2,19	9,87	205,5	184,6	97,4	35,2	138,7	0,65
3	Бутерброд со сливочным маслом сыром	40,0	4,79	3,88	10,56	136,0	46,0	0,05	0,05	0,51	0,07	195,2	50,2	96,1	13,4	77,6	0,71
		10,0															
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,02	2,03	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28
	<b>Итого в завтрак</b>	<b>450,00</b>	<b>12,17</b>	<b>12,53</b>	<b>52,86</b>	<b>366,00</b>	<b>82,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,16</b>	<b>2,72</b>	<b>11,97</b>	<b>401,00</b>	<b>242,50</b>	<b>203,50</b>	<b>49,90</b>	<b>218,80</b>	<b>1,64</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>																	
368	Яблоко	100,0	1,4	1,4	12,8	84,0	0,0	0,03	0,02	0,3	10,0	26,0	278,0	16,0	9,0	11,0	2,2
	<b>Итого во 2-й завтрак</b>	<b>100,0</b>	<b>1,4</b>	<b>1,4</b>	<b>12,8</b>	<b>84,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>0,3</b>	<b>10,0</b>	<b>26,0</b>	<b>278,0</b>	<b>16,0</b>	<b>9,0</b>	<b>11,0</b>	<b>2,2</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества					
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		А	В1	В2	РР	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
<b>ОБЕД</b>																	
80	Суп картофельный с пшеном на курином бульоне	180,0	4,92	10,89	25,24	196,73	0,0	0,07	0,04	0,76	5,94	74,53	341,2	17,28	19,18	48,0	0,69
292	Макаронник с мясом кур/говяжьей печенью	200,0	9,93	10,73	26,69	211,0	38,0	0,14	0,17	3,54	0,39	223,1	329,0	27,5	41,3	185,7	2,2
376	Компот из сушеных фруктов	200,0	0,39	0,0	19,0	98,0	0,0	0,01	0,03	0,72	2,0	0,25	11,64	3,18	6,0	1,54	0,12
	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,36	8,02	49,0	0,0	0,06	0,02	0,23	0,0	203,0	81,6	11,6	15,6	52,6	1,3
	Хлеб пшеничный	40,0	2,37	0,3	9,49	61,0	0,0	0,08	0,03	0,8	0,0	189,0	66,5	11,5	16,5	43,5	1,0
	<b>Итого в обед</b>	<b>650,0</b>	<b>19,59</b>	<b>22,28</b>	<b>88,44</b>	<b>615,73</b>	<b>38,00</b>	<b>0,36</b>	<b>0,29</b>	<b>6,050</b>	<b>8,33</b>	<b>689,88</b>	<b>829,94</b>	<b>71,06</b>	<b>98,58</b>	<b>331,34</b>	<b>5,31</b>
<b>ПОЛДНИК</b>																	
397	Какао с молоком	200,0	3,77	3,19	14,0	88,0	22,0	0,05	0,17	0,15	1,43	55,3	194,7	137,0	19,2	112,1	0,43
	Пряник детский	50,0	5,24	6,4	25,86	183,6	28,0	0,04	0,04	0,52	0,005	9,05	42,2	8,55	10,3	30,35	0,61
	<b>Итого в полдник</b>	<b>250,0</b>	<b>9,01</b>	<b>9,59</b>	<b>39,86</b>	<b>271,6</b>	<b>50,0</b>	<b>0,09</b>	<b>0,21</b>	<b>0,67</b>	<b>1,435</b>	<b>64,4</b>	<b>236,9</b>	<b>145,55</b>	<b>29,5</b>	<b>142,5</b>	<b>1,04</b>
<b>УЖИН (ДЕЖУРНАЯ ГРУППА)</b>																	
413	Каша геркулесовая вязкая на молоке	200,0	9,3	10,0	34,15	234,4	31,0	0,16	0,11	1,72	7,6	188,8	202,8	91,9	66,1	196,0	1,69
391	Чай с сахаром	200,0	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,02	0,02	0,3	7,7	10,0	1,3	2,5	0,28	
	Батон	30,0	4,46	5,4	20,0	170,25	40,0	0,05	0,03	0,49	0,0	114,9	42,9	9,3	9,9	29,1	0,62
	<b>Итого в ужин</b>	<b>430,0</b>	<b>13,76</b>	<b>15,4</b>	<b>64,15</b>	<b>444,65</b>	<b>71,0</b>	<b>0,21</b>	<b>0,14</b>	<b>2,23</b>	<b>7,62</b>	<b>304,0</b>	<b>253,4</b>	<b>111,2</b>	<b>77,3</b>	<b>227,6</b>	<b>2,59</b>
	<b>Итого в день</b>	<b>1880,0</b>	<b>55,93</b>	<b>61,20</b>	<b>262,50</b>	<b>1806,40</b>	<b>524,00</b>	<b>0,92</b>	<b>1,02</b>	<b>11,97</b>	<b>50,00</b>	<b>1485,23</b>	<b>605,00</b>	<b>547,31</b>	<b>200,00</b>	<b>931,19</b>	<b>20,00</b>