



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
Неделя:1 День 1(понедельник)		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с сахаром и маслом	150	200	1,8	2,4	3,4	4,5	41,7	55,6	171,5	228,6	165
	Бутерброд с сыром	20/5	25/10	2,62	3,67	3,78	5,3	8,07	11,3	77,21	108,1	3
	Чай с сахаром,с лимоном	180	200	0,08	0,12	0,015	0,02	7,7	10,3	31,2	41,6	393
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>435</b>	<b>4,5</b>	<b>6,19</b>	<b>7,19</b>	<b>9,18</b>	<b>57,47</b>	<b>77,2</b>	<b>279,9</b>	<b>378,3</b>	
Обед	Огурчик консервированный	40	50	0	0	0	0	0,9	1,5	3,6	6	-----
	Борщ со свеклой/со сметаной «Свекольник»	139/ 11	186/ 14	1,13/ 0,2	1,5/ 0,25	3,78/ 1,65	5,06/ 2,1	7,83/ 0,4	10,5/ 0,5	53,02/ 17,8	70,9/ 22,7	58
	Гуляш из отварного мяса	70	90	6,1	7,8	8,22	11,29	2,31	2,97	97,57	125,4	277
	Картофельное пюре	110	140	2,24	2,64	3,5	5,16	14,9	17,7	100,65	118,95	321
	Сок	200	200	1	1	0	0	20,2	20,2	84,75	84,4	376
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,04	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>630</b>	<b>760</b>	<b>14,89</b>	<b>18,86</b>	<b>17,82</b>	<b>24,51</b>	<b>68,94</b>	<b>84,57</b>	<b>473,9</b>	<b>585,9</b>	
Полдник	Крендель сахарный	50	70	1,8	2,52	3,3	4,7	27,87	39	172	240,8	460
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	4,5	5	7,2	8	90	100	-----
<b>Итого за полдник</b>		<b>230</b>	<b>270</b>	<b>7,02</b>	<b>8,32</b>	<b>7,8</b>	<b>9,7</b>	<b>35,07</b>	<b>47</b>	<b>262</b>	<b>340,8</b>	
Ужин	Запеканка из творога	110	140	8	10,2	9,3	11,8	18,8	23,9	212,7	270,7	237
	С повидлом	50	60	0,12	0,15	0	0	10	12	47,2	56,8	-----
	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
	Кофейный напиток на молоке	180	200	2,5	3,12	2,14	2,66	11,46	14,17	75,58	93,33	395
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>465</b>	<b>17,28</b>	<b>20,5</b>	<b>16,24</b>	<b>19,3</b>	<b>50,2</b>	<b>62,42</b>	<b>445,48</b>	<b>542,63</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1615</b>	<b>1910</b>	<b>43,7</b>	<b>53,87</b>	<b>49,05</b>	<b>62,7</b>	<b>211,68</b>	<b>271,2</b>	<b>1461,28</b>	<b>1847,63</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
Неделя:1	День 2 (вторник)	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша пшеничная на молоке с маслом	150	200	3,65	4,9	4,7	6,3	26,31	35,6	171,2	228,3	168
	Какао на молоке	180	200	3,78	4,2	3,25	3,62	15,55	17,28	106,7	118,6	397
	Бутерброд с маслом	20/4	25/5	1,46	1,83	4,5	5,66	8,76	10,96	81,6	102	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>354</b>	<b>430</b>	<b>8,9</b>	<b>10,9</b>	<b>12,45</b>	<b>15,58</b>	<b>50,62</b>	<b>63,84</b>	<b>359,5</b>	<b>448,9</b>	
Обед	Икра кабачковая консервиров.	30	50	0,3	0,5	2,8	3,5	2,8	3,5	38,8	48,5	----
	Суп «Харчо»	150	200	1,5	2	4,56	6,08	8,23	10,97	78,82	105,09	101*
	Запеканка картофельная с печенью	140	160	10,63	12,15	8,3	9,48	25,75	29,42	216,1	246,97	291
	Соус томатный	20	40	0,2	0,4	0,84	1,68	1,6	3,2	14,9	29,8	348
	Компот из сухофруктов	150	200	0,33	0,39	0,015	0,018	20,8	27,76	84,75	101,7	376
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>550</b>	<b>730</b>	<b>17,18</b>	<b>21,11</b>	<b>17,2</b>	<b>21,66</b>	<b>82,2</b>	<b>106,05</b>	<b>549,97</b>	<b>689,56</b>	
Полдник	Печенье	20	50	1,4	3,5	3,2	8	14	35	99	247,5	----
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	4,5	5	7,2	8	90	100	-----
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>250</b>	<b>6,62</b>	<b>9,3</b>	<b>7,7</b>	<b>13</b>	<b>21,2</b>	<b>43</b>	<b>189</b>	<b>347,5</b>	
Ужин	Суфле рыбное	50	70	5	7	4	5,6	7,05	9,87	86,2	120,75	268
	Капуста тушеная	110	130	2	2,4	4	4,7	11,4	13,3	88	104	336
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
	Фрукты	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,7	45	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>455</b>	<b>525</b>	<b>9,03</b>	<b>11,83</b>	<b>8,61</b>	<b>10,97</b>	<b>46,86</b>	<b>55,54</b>	<b>301,79</b>	<b>370,65</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1559</b>	<b>1935</b>	<b>41,73</b>	<b>53,14</b>	<b>45,96</b>	<b>61,21</b>	<b>200,88</b>	<b>268,43</b>	<b>1400,26</b>	<b>1856,61</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
Неделя:1	День 3 (среда)	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Вермишель в молоке	150	200	4,31	5,75	4,95	6,62	17,1	22,8	133,9	178,5	93
	Кофейный напиток на молоке	180	200	2,8	3,12	2,39	2,66	12,75	14,17	83,99	93,33	395
	Бутерброд с сыром	20/5	25/10	2,62	3,67	3,78	5,3	8,07	11,3	77,21	108,1	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>435</b>	<b>9,73</b>	<b>12,54</b>	<b>11,12</b>	<b>14,58</b>	<b>37,92</b>	<b>48,27</b>	<b>295,1</b>	<b>379,93</b>	
Обед	Горошек консервированный	40	50	1,2	1,5	0	0	2,4	3	14	17,5	-----
	Суп картофельный с крупой	150	200	1,3	1,6	1,7	2,24	11,6	15,9	54,9	73,1	80
	Мясо тушеное с овощами	160	200	7,84	9,8	14,5	18,4	13,5	16,9	208	261	274
	Кисель из повидла	150	200	0,06	0,08	0	0	16,69	22,25	67,05	89,46	383
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>560</b>	<b>725</b>	<b>14,62</b>	<b>18,25</b>	<b>16,7</b>	<b>21,49</b>	<b>67,21</b>	<b>86,82</b>	<b>460,55</b>	<b>586,86</b>	
Полдник	Булочка «Домашняя»	50	70	1,5	2,1	3,24	4,76	25,9	37,74	159	222,6	477
	сок	200	200	1	1	0	0	20,2	20,2	84,4	84,4	399
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>270</b>	<b>2,5</b>	<b>3,1</b>	<b>3,24</b>	<b>4,76</b>	<b>46,1</b>	<b>57,94</b>	<b>243,4</b>	<b>307</b>	
Ужин	Сырники творожные	120	140	8,1	10,3	9,73	12,38	16,09	20,48	192	244	240
	Сгущенное молоко	40	40	1,9	1,9	3,3	3,3	19,4	19,4	128	128	-----
	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>16,7</b>	<b>19,71</b>	<b>17,84</b>	<b>20,6</b>	<b>54,88</b>	<b>65,16</b>	<b>467,9</b>	<b>547,6</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1565</b>	<b>1880</b>	<b>43,56</b>	<b>53,6</b>	<b>48,9</b>	<b>61,43</b>	<b>206,11</b>	<b>258,19</b>	<b>1466,9</b>	<b>1821,4</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
<b>Неделя:1</b>	<b>День 4 (четверг)</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	
Завтрак	Каша «Геркулес» на молоке	150	200	3,31	4,4	3,9	5,22	23,0	28,87	158,9	211,8	168
	Какао намолоке	180	200	3,78	4,2	3,25	3,62	15,55	17,28	106,74	118,6	397
	Бутерброд с маслом	20/4	25/5	1,46	1,83	4,5	5,66	8,76	10,96	81,6	102	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>354</b>	<b>430</b>	<b>8,55</b>	<b>10,43</b>	<b>11,65</b>	<b>14,5</b>	<b>47,27</b>	<b>57,11</b>	<b>347,2</b>	<b>432,4</b>	
Обед	Морковь/свекла отвар. дольками	40	50	0,32	0,4	0,12	0,15	3,1	3,9	5,6	7	
	Суп картофельный с фасолью/со сметаной	139/ 11	186/ 14	2,3/ 0,2	3/ 0,25	2,5/ 1,65	3,3/ 2,1	9,7/ 0,4	12,9/ 0,5	66,3/ 17,82	88,71/ 22,68	81
	Суфле из печени с соусом	50/20	70/20	8,6	11,05	10,37	13,33	5,7	7,32	124,4	159,9	280/348
	Картофельное пюре	110	140	2,24	2,64	3,5	5,16	14,9	17,7	100,65	118,95	321
	Компот из изюма	150	200	0,33	0,39	0,015	0,018	20,82	27,76	84,75	101,7	373
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>570</b>	<b>770</b>	<b>18,21</b>	<b>23,4</b>	<b>18,07</b>	<b>24,96</b>	<b>77,64</b>	<b>101,28</b>	<b>516,12</b>	<b>656,44</b>	
Полдник	Печенье	20	40	1,4	2,8	3,2	6,4	14	28	99	198	-----
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	4,5	5	7,2	8	90	100	-----
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>240</b>	<b>6,62</b>	<b>8,6</b>	<b>7,7</b>	<b>11,4</b>	<b>21,2</b>	<b>36</b>	<b>189</b>	<b>298</b>	
Ужин	Рыба,припущенная с овощами	50/20	70/30	4,5	6,3	3,5	4,91	2,22	3,17	61,25	85,75	244
	Рис отварной	100	120	2,64	3,12	3,95	4,66	25,48	30,11	154	182	315
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
	Фрукты	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,7	45	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>465</b>	<b>545</b>	<b>9,17</b>	<b>11,85</b>	<b>8,06</b>	<b>10,24</b>	<b>56,11</b>	<b>65,65</b>	<b>342,84</b>	<b>413,65</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1589</b>	<b>1985</b>	<b>42,55</b>	<b>54,28</b>	<b>45,4</b>	<b>61,1</b>	<b>202,2</b>	<b>260,04</b>	<b>1395,16</b>	<b>1800,5</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
<b>Неделя:1</b>	<b>День 5 (пятница)</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	150	200	3,9	4,7	4,8	6,1	24,42	32,56	120,09	160,5	168
	Кофейный напиток на молоке	180	200	2,8	3,12	2,39	2,66	12,75	14,17	83,99	93,33	395
	Бутерброд с сыром	20/5	25/10	2,62	3,67	3,78	5,3	8,07	11,3	77,21	108,1	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>435</b>	<b>9,32</b>	<b>11,5</b>	<b>10,9</b>	<b>14</b>	<b>45,24</b>	<b>58,03</b>	<b>281,26</b>	<b>361,93</b>	
Обед	Огурчик консервированный	40	50	0	0	0	0	0,9	1,5	3,6	6	-----
	Борщ с капустой и картофелем /со сметаной	139/ 11	166/ 14	1/ 0,2	1,2/ 0,25	2,7/ 1,65	3,6/ 2,1	7,08/ 0,4	8,46/ 0,5	57/ 17,82	68/ 22,68	57
	Плов из мяса птицы	160	200	8,3	10,4	16	20	27,19	34	309,33	386,66	304
	Кисель из кураги	150	200	0,66	0,8	0,04	0,05	21,43	28,5	88,8	106,56	380
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>560</b>	<b>690</b>	<b>14,39</b>	<b>18,28</b>	<b>21,1</b>	<b>25,7</b>	<b>80</b>	<b>104,22</b>	<b>593,15</b>	<b>747,4</b>	
Полдник	Булочка «Творожная»	50	70	5,5	7,7	3,6	5	24,8	39,68	153	214,2	483
	сок	200	200	1	1	0	0	20,2	20,2	84,4	84,4	399
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>270</b>	<b>6,5</b>	<b>8,7</b>	<b>3,6</b>	<b>5</b>	<b>44,98</b>	<b>54,92</b>	<b>237,4</b>	<b>298,6</b>	
Ужин	Биточки рыбные	60	80	5,5	7,3	2,4	3,3	5,09	6,8	72,75	97	255
	Соус основной белый	30	40	0,18	0,24	1,08	1,44	1,09	1,46	14,61	19,48	347
	Картофельное пюре	110	130	2,2	2,6	3,5	4,2	14,98	17,7	100,65	118,95	321
	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай с сахаром	150	200	0,04	0,05	0,01	0,01	7,87	10,5	31,57	42,09	392
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>410</b>	<b>515</b>	<b>14,58</b>	<b>17,24</b>	<b>11,8</b>	<b>13,8</b>	<b>38,97</b>	<b>48,81</b>	<b>329,58</b>	<b>399,32</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1575</b>	<b>1910</b>	<b>44,8</b>	<b>55,72</b>	<b>47,4</b>	<b>58,5</b>	<b>209,2</b>	<b>265,96</b>	<b>1411,4</b>	<b>1807,25</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
<b>Неделя:2</b>	<b>День 6 (понедельник)</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	
Завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	130/15	160/15	7,06	8,7	7,3	9	23,5	28,4	191,4	231	206
	Какао напиток на молоке	180	200	3,78	4,2	3,25	3,62	15,55	17,28	106,74	118,6	397
	Бутерброд с маслом	20/5	25/5	1,46	1,83	4,5	5,66	8,76	10,96	81,6	102	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>435</b>	<b>12,3</b>	<b>14,73</b>	<b>15,05</b>	<b>18,28</b>	<b>47,81</b>	<b>56,64</b>	<b>379,74</b>	<b>451,6</b>	
Обед	Икра кабачковая консервиров.	30	50	0,3	0,5	2,8	3,5	2,8	3,5	38,8	48,5	-----
	Суп картофельный с горохом/со сметаной	139/11	186/14	1,3/0,2	1,55/0,25	2,56/1,65	3,45/2,1	9,79/0,4	13,05/0,5	74,9/17,82	100,25/22,68	81
	Тефтели в соусе	50/20	70/40	3,55/0,23	4,97/0,46	3,97/0,84	5,56/1,68	6,65/1,6	9,31/3,2	78,75/14,9	110,25/29,8	286/348
	Капуста тушеная	110	130	2	2,4	4	4,7	11,4	13,3	88	104	336
	Компот из изюма	150	200	0,33	0,39	0,015	0,018	20,82	27,76	84,75	101,7	376
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>570</b>	<b>740</b>	<b>12,13</b>	<b>16,19</b>	<b>16,51</b>	<b>21,4</b>	<b>73,68</b>	<b>106,22</b>	<b>514,52</b>	<b>689,63</b>	
Полдник	Бутерброд с повидлом/джемом	30/20	40/40	2,26	3,6	1,57	2,51	26,25	42	141,8	226,8	2
	Кисломолочный продукт	150	200	4,35	5,8	3,75	5	7,2	8	75	100	-----
	Фрукты	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,7	45	-----
<b>Итого за полдник</b>		<b>295</b>	<b>380</b>	<b>7</b>	<b>9,8</b>	<b>5,72</b>	<b>7,91</b>	<b>42,75</b>	<b>59,83</b>	<b>259,5</b>	<b>371,8</b>	
Ужин	Суп с рыбными консервами	160	200	5,15	6,86	5,37	6,72	11,3	14,13	107,04	133,8	87
	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,9	42,1	392
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>465</b>	<b>11,86</b>	<b>13,97</b>	<b>10,18</b>	<b>11,59</b>	<b>30,7</b>	<b>36,98</b>	<b>254,94</b>	<b>297,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1625</b>	<b>2020</b>	<b>43,29</b>	<b>54,69</b>	<b>47,46</b>	<b>59,18</b>	<b>194,94</b>	<b>259,67</b>	<b>1408,7</b>	<b>1810,7</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
Неделя:2 День 7 (вторник)		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша рисовая на молоке с маслом	150	200	3,24	4,7	4,83	6,6	25,3	33,7	136,45	181,9	168
	Кофейный напиток на молоке	180	200	2,8	3,12	2,39	2,66	12,75	14,17	83,99	93,33	395
	Бутерброд с сыром	20/5	25/10	2,62	3,67	3,78	5,3	8,07	11,3	77,21	108,1	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>435</b>	<b>8,66</b>	<b>11,49</b>	<b>11</b>	<b>14,56</b>	<b>46,12</b>	<b>59,17</b>	<b>297,65</b>	<b>383,33</b>	
Обед	Свекла/морковь отварная дольками	30	50	0,24	0,4	0,03	0,05	2,34	3,9	4,2	7	
	Щи из свежей капусты/со сметаной	139/ 11	186/ 14	0,96/ 0,2	1,3/ 0,25	2,71/ 1,65	3,58/ 2,1	4,71/ 0,4	5,62/ 0,5	47,12/ 17,82	56,27/ 22,68	67
	Печень «по-строгановски» в соусе	40/10	50/20	5,1	7,1	7,41	10,48	1,05	1,48	113,41	158,78	
	Рожки отварные	110	130	4	4,72	4,52	5,34	19,38	22,9	147,9	174,8	317
	Кисель из сух/фруктов	150	200	0,42	0,51	0,04	0,05	24,75	33	106,7	142,24	379
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>550</b>	<b>700</b>	<b>15,14</b>	<b>19,95</b>	<b>17,04</b>	<b>22,5</b>	<b>75,65</b>	<b>98,6</b>	<b>553,75</b>	<b>725,8</b>	
Полдник	Булка «Алтайская»	50	70	1,2	1,6	2,49	3,48	24,89	34,84	139	194,6	469
	сок	200	200	1	1	0	0	20,2	20,2	84,4	84,4	399
<b>Итого за полдень</b>		<b>250</b>	<b>270</b>	<b>2,2</b>	<b>2,6</b>	<b>2,49</b>	<b>3,48</b>	<b>45,09</b>	<b>55,04</b>	<b>223,4</b>	<b>279</b>	
Ужин	Оладьи из творога	110	140	9,66	12,3	9,68	12,32	15,26	19,42	192	244,36	239
	Соус сметано-молочный	50	50	0,8	0,8	2,25	2,25	3,95	3,95	50,75	50,75	351
	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>455</b>	<b>17,17</b>	<b>20,21</b>	<b>16,74</b>	<b>19,44</b>	<b>38,6</b>	<b>46,22</b>	<b>343,64</b>	<b>459</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1555</b>	<b>1860</b>	<b>43,17</b>	<b>54,25</b>	<b>47,27</b>	<b>59,98</b>	<b>205,46</b>	<b>259,03</b>	<b>1418,44</b>	<b>1847,13</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
Неделя: 2 День 8 (среда)		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша гречневая на молоке	150	200	3,8	5,1	5,8	7,7	25,58	34,1	146,3	195,1	168
	Какао напиток на молоке	180	200	3,78	4,2	3,25	3,62	15,55	17,28	106,74	118,6	397
	Бутерброд с маслом	20/5	25/5	1,46	1,83	4,5	5,66	8,76	10,96	81,6	102	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>435</b>	<b>9,04</b>	<b>11,13</b>	<b>13,55</b>	<b>16,98</b>	<b>49,9</b>	<b>62,34</b>	<b>334,64</b>	<b>415,7</b>	
Обед	Кукуруза консервированная	40	50	0,88	1,1	0	0	4,48	6,72	23,22	29	----
	Рассольник/со сметаной	139/ 11	186/ 14	0,88/ 0,2	1,06/ 0,25	2,81/ 1,65	3,35/ 2,1	7,26/ 0,4	9,67/ 0,5	57,96/ 17,82	77,22/ 22,68	76
	Котлета мясная с яйцом	70	90	9,2	11,8	8,6	11,1	9,42	12,11	182,8	235	282
	Морковный гарнир	110	130	1,43	1,69	3,7	4,37	7,75	9,16	70,18	82,94	324
	Компот из кураги	150	200	0,33	0,39	0,015	0,018	20,82	27,76	84,75	101,7	373
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>540</b>	<b>750</b>	<b>17,15</b>	<b>21,96</b>	<b>17,45</b>	<b>21,84</b>	<b>72,15</b>	<b>97,12</b>	<b>553,33</b>	<b>706</b>	-----
Полдник	Печенье	20	40	1,4	2,8	3,2	6,4	14	28	99	198	-----
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	4,5	5	7,2	8	90	100	-----
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>240</b>	<b>6,62</b>	<b>8,6</b>	<b>7,7</b>	<b>11,4</b>	<b>21,2</b>	<b>36</b>	<b>189</b>	<b>298</b>	
Ужин	Шницель рыбный	60	80	5,89	7,85	3,68	4,9	7,55	10,1	83	110,6	258
	Картофельное пюре	110	140	2,24	2,64	3,5	5,16	14,9	17,7	100,65	118,95	321
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Хлеб пшеничный	20	25	1,58	1,97	0,2	0,25	9,66	12,07	47	58,8	-----
	Фрукт	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,7	45	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>465</b>	<b>545</b>	<b>10,16</b>	<b>12,92</b>	<b>7,79</b>	<b>10,73</b>	<b>50,86</b>	<b>60,17</b>	<b>311,24</b>	<b>375,45</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1560</b>	<b>1970</b>	<b>42,95</b>	<b>54,61</b>	<b>46,5</b>	<b>60,95</b>	<b>195,1</b>	<b>255,63</b>	<b>1388,21</b>	<b>1795,15</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
<b>Неделя:2 День 9 (четверг)</b>		<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	<b>ясли</b>	<b>сад</b>	
Завтрак	Каша ячневая на молоке	150	200	3,15	4,2	5,09	6,8	23,22	30,96	147,09	196,12	168
	Бутерброд с сыром	20/5	25/10	2,62	3,67	3,78	5,3	8,07	11,3	77,21	108,1	3
	Кофейный напиток на молоке	180	200	2,8	3,12	2,39	2,66	12,75	14,17	84	93,33	395
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>435</b>	<b>8,5</b>	<b>11</b>	<b>11,26</b>	<b>14,76</b>	<b>44,04</b>	<b>56,43</b>	<b>308,3</b>	<b>397,55</b>	
Обед	Сельдь среднесоленая порционная	30	50	0,3	0,5	5,54	9,23	0	0	43,5	72,5	---
	Щи «По -Уральски» /со сметаной	139/ 11	186/ 14	1,12/ 0,2	1,34/ 0,25	2,73/ 1,65	3,27/ 2,1	10,08/ 0,4	13,5/ 0,5	45,45/ 17,82	54,28/ 22,68	72
	Жаркое по-домашнему	160	200	9,2	11,5	5,43	7,79	15,9	19,8	192,6	240,8	276
	Компот из свежих фруктов	150	200	0,18	0,24	0,1	0,14	21	27,8	88	113,6	376
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>550</b>	<b>730</b>	<b>15,15</b>	<b>19,5</b>	<b>16,12</b>	<b>22,62</b>	<b>70,4</b>	<b>92,8</b>	<b>503,97</b>	<b>661,36</b>	
Полдник	Булка «Гребешок»	50	70	1,5	2,1	3,44	4,81	22,9	32,06	149	222,6	462
	сок	200	200	1	1	0	0	20,2	20,2	84,4	84,4	399
<b>Итого за полдник</b>		<b>230</b>	<b>270</b>	<b>2,5</b>	<b>3,1</b>	<b>3,44</b>	<b>4,8</b>	<b>43,1</b>	<b>52,26</b>	<b>233,4</b>	<b>307</b>	
Ужин	Пудинг из творога с яблоком	120	140	8,1	10,3	9,73	12,38	16,09	20,48	192	244	240
	Сгущенное молоко	40	40	1,9	1,9	3,3	3,3	19,4	19,4	128	128	-----
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>16,7</b>	<b>19,56</b>	<b>17,84</b>	<b>20,6</b>	<b>54,88</b>	<b>65,16</b>	<b>467,9</b>	<b>547,6</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1510</b>	<b>1855</b>	<b>42,85</b>	<b>53,46</b>	<b>48,66</b>	<b>62,78</b>	<b>212,4</b>	<b>266,65</b>	<b>1396,45</b>	<b>1852</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
Неделя: 2 День 10 (пятница)		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша «Дружба» на молоке	150	200	3,31	4,4	3,9	5,22	23,0	28,87	158,9	211,8	168
	Какао напиток на молоке	180	200	3,78	4,2	3,25	3,62	15,55	17,28	106,74	118,6	397
	Бутерброд с маслом	20/5	25/5	1,46	1,83	4,5	5,66	8,76	10,96	81,6	102	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>430</b>	<b>8,55</b>	<b>10,43</b>	<b>11,65</b>	<b>14,5</b>	<b>47,3</b>	<b>57,11</b>	<b>347,2</b>	<b>432,4</b>	
Обед	Горошек консервированный	40	50	1,2	1,5	0	0	2,4	3	14	17,5	-----
	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	200	1,6	1,9	2,69	3,58	12,28	16,37	71,4	95,2	67
	Биточки из филе кур	60	80	7,54	10,56	9,26	12,34	5,95	7,93	143	190,66	306
	Свекольный гарнир	110	130	1,43	1,69	3,7	4,37	7,75	9,16	70,18	82,94	324
	Кисель из сока	180	180	0,56	0,61	0,04	0,04	24,6	24,6	111,24	111,24	382
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,5	47	70,5	-----
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	-----
<b>Итого за обед</b>		<b>600</b>	<b>730</b>	<b>16,55</b>	<b>21,85</b>	<b>16,37</b>	<b>21,2</b>	<b>76</b>	<b>92,26</b>	<b>526,42</b>	<b>655,04</b>	
Полдник	Печенье	25	50	1,75	3,5	4	8	17,5	35	123,75	247,5	-----
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	4,5	5	7,2	8	90	100	
<b>Итого за полдник</b>		<b>225</b>	<b>250</b>	<b>6,97</b>	<b>9,3</b>	<b>8,5</b>	<b>13</b>	<b>24,7</b>	<b>43</b>	<b>213,75</b>	<b>347,5</b>	
Ужин	Пирог с капустой и яйцом	130	150	10,35	11,94	10,6	12,2	42,56	49,1	286	330	454
	Чай с сахаром	180	200	0,05	0,06	0,01	0,02	9,45	10,5	37,89	42,1	392
	Фрукт	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,7	45	-----
<b>Итого за ужин</b>		<b>405</b>	<b>450</b>	<b>10,8</b>	<b>12,4</b>	<b>11</b>	<b>12,62</b>	<b>61,3</b>	<b>69,4</b>	<b>366,6</b>	<b>417,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1605</b>	<b>1890</b>	<b>42,87</b>	<b>53,95</b>	<b>47,49</b>	<b>61,35</b>	<b>209,3</b>	<b>261,77</b>	<b>1453,97</b>	<b>1852,04</b>	

