|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Неделя:** 1 | | |  | |  | |  | | |  |  | | |  | |  | |  |
|  | **День:** понедельник | | |  | |  | |  | | |  |  | | |  | |  | |  |
|  | **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет. | | |  | |  | |  | | |  |  | | |  | |  | |  |
|  | **№** |  | | **Масса** | | **Пищевые вещества, г** | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | **Витамины, мг** | | | | |
|  | **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | |  | | **ккал** | | |
|  | **туры** |  | |  | | **Б** | | **Ж** | | | **У** |  | | | **С** | | **E** | | **A** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 184 | Каша молочная ячневая с маслом | | 155 | | 4,3 | | 10,2 | | | 22,9 | 201,6 | | | 0,4 | |  | |  |
|  | к/к | Батон | | 30 | | 2,3 | | 0,9 | | | 15,4 | 78,6 | | | 0 | |  | |  |
|  | 13 | Масло сливочное | | 5 | | 0 | | 4,1 | | | 0 | 37,4 | | | 0 | |  | |  |
|  | 392 | Чай с сахаром | | 160 | | 0.1 | | 0 | | | 7,9 | 31,6 | | | 0 | |  | |  |
|  |  | **Итого** | | **350** | | **6,6** | | **15,2** | | | **46,2** | **349,2** | | | **0,4** | |  | |  |
|  | **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 442 | Сок фруктовый | | 50 | | 0,25 | | 0,05 | | | 4,95 | 21,5 | | | 1 | |  | |  |
|  | к/к | Фрукты свежие (2-3 г) | | 95 | | 0,4 | | 0,4 | | | 9,3 | 44,7 | | | 9,5 | |  | |  |
|  |  | **Итого** | | **145** | | **0,65** | | **0,45** | | | **14,25** | **66,2** | | | **10,5** | |  | |  |
|  | 442 | Сок фруктовый | | 50 | | 0,25 | | 0,05 | | | 4,95 | 21,5 | | | 1 | |  | |  |
|  | к/к | Пюре фруктовое | | 70 | | 0 | | 0 | | | 6,5 | 26 | | | 0 | |  | |  |
|  |  | **Итого** | | **120** | | **0,25** | | **0,05** | | | **11,45** | **47,5** | | | **1** | |  | |  |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 56 | Икра свекольная | | 30 | | 0,75 | | 2,8 | | | 3,4 | 42,7 | | | 1,9 | |  | |  |
|  | 104 | Суп томатный с фасолью, курицей и сметаной | | 150/6/5 | | 4 | | 6 | | | 9 | 98 | | | 8 | |  | |  |
|  | 152 | Котлеты из птицы запеченые | | 50 | | 11,5 | | 12,3 | | | 6,4 | 181,8 | | | 0,5 | |  | |  |
|  | 368 | Соус молочный | | 15 | | 0,6 | | 2,17 | | | 8,8 | 29,17 | | | 0 | |  | |  |
|  | 171 | Каша гречневая рассыпчатая | | 80 | | 4,6 | | 3 | | | 24,2 | 142 | | | 0 | |  | |  |
|  | 440 | Напиток фруктово-ягодный | | 150 | | 0,08 | | 0 | | | 17,41 | 70,8 | | | 0,7 | |  | |  |
|  | к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | 20 | | 1,5 | | 0,1 | | | 10 | 47,4 | | | 0 | |  | |  |
|  | к/к | Хлеб "Дарницкий" | | 20 | | 1,6 | | 0,15 | | | 15,93 | 40,8 | | | 0 | |  | |  |
|  |  | **Итого** | | **526** | | **24,63** | | **26,52** | | | **95,14** | **652,67** | | | **11,1** | |  | |  |
|  | **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 453 | Ватрушка "Королевская" с творогом | | 80 | | 9,8 | | 11,4 | | | 23,3 | 236,9 | | | 0,2 | |  | |  |
|  | 394 | Чай с молоком | | 150 | | 2,1 | | 1,8 | | | 11,4 | 70,7 | | | 0,4 | |  | |  |
|  |  | **Итого** | | **230** | | **11,9** | | **13,2** | | | **34,7** | **307,6** | | | **0,6** | |  | |  |
|  |  | **Всего** | |  | | **43,38** | | **54,97** | | | **187,49** | **1356,97** | | | **13,1** | |  | |  |
| **Неделя:** 1 | | | | | | |  | |  |  | | |  |  | |  | |
| **День:** вторник | | |  | |  | |  | |  |  | | |  |  | |  | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | |  | |  | |  | |  |  | | |  |  | |  | |
| **№** |  | | **Масса порции** | | **Пищевые вещества, г** | | | | | **Энергет. ценность,** | | | **Витамины,** | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | **ккал** | | | **мг** | | | | |
| **туры** |  | | **Б** | | **Ж** | | **У** |  | | | **С** | **A** | | **Е** | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 328 | Каша молочная "Артековская" с маслом | | 153 | | 4 | | 6,2 | | 23,7 | 167,2 | | | 0,4 |  | |  | |
| к/к | Батон | | 30 | | 2,3 | | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | | 0 |  | |  | |
| 14 | Сыр | | 7 | | 1,6 | | 2,1 | | 0 | 25,5 | | | 0 |  | |  | |
| 433 | Какао с молоком | | 160 | | 3 | | 2,4 | | 19,5 | 112,7 | | | 0,4 |  | |  | |
|  | **Итого:** | | **350** | | **10,9** | | **11,6** | | **58,6** | **384** | | | **0,8** |  | |  | |
| **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | Фрукты свежие | | 95 | | 1,4 | | 0,5 | | 20 | 91,2 | | | 9,5 |  | |  | |
| 375 | Компот из изюма | | 50 | | 0,1 | | 0 | | 6,4 | 26,4 | | | 0 |  | |  | |
|  | **Итого:** | | **145** | | **1,5** | | **0,5** | | **26,4** | **117,6** | | | **9,5** |  | |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 55 | Икра овощная | | 30 | | 0,6 | | 1,4 | | 3 | 26,5 | | | 1,5 |  | |  | |
| 67 | Щи из свежей капусты с картофелем,птицей и сметаной | | 150/6/5 | | 3,6 | | 5,9 | | 5,2 | 90,6 | | | 11 |  | |  | |
| 290 | Пудинг из говядины | | 60 | | 14,4 | | 16,4 | | 0,5 | 206,4 | | | 0 |  | |  | |
| 322 | Пюре овощное | | 110 | | 2,2 | | 3,7 | | 14,2 | 99,6 | | | 6,6 |  | |  | |
| 354 | Соус сметанный | | 15 | | 0,25 | | 0,6 | | 0,95 | 12,05 | | | 0 |  | |  | |
| 437 | Напиток из свежих ягод | | 150 | | 0,2 | | 0 | | 18,8 | 77,1 | | | 14 |  | |  | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | 20 | | 1,5 | | 0,1 | | 10 | 47,4 | | | 0 |  | |  | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | 20 | | 1,24 | | 0,14 | | 8,54 | 40,8 | | | 0 |  | |  | |
|  | **Итого:** | | **541** | | **23,99** | | **28,24** | | **61,19** | **600,45** | | | **33,1** |  | |  | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 210 | Макароны отварные с сыром | | 100/10 | | 7,3 | | 8,7 | | 32,9 | 240,5 | | | 0 |  | |  | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | 15 | | 1,15 | | 0,1 | | 7,55 | 35,5 | | | 0 |  | |  | |
| 392 | Чай с сахаром | | 150 | | 0 | | 0 | | 7,4 | 29,5 | | | 0 |  | |  | |
|  | **Итого:** | | **275** | | **8,45** | | **8,8** | | **47,85** | **305,5** | | | **0** |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  |  | | |  |  | |  | |
|  | **Всего:** | |  | | **44,84** | | **49,14** | | **194,04** | **1407,55** | | | **43,4** |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя:**  1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **День:** среда | | | | |  | | | | | |  |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **Возрастная категория:** c 1 года до 3 лет | | | | |  | | | | | |  |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **№** |  | | | | **Масса порции** | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ккал** | | | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| **туры** |  | | | | **Б** | | | | | | | | **Ж** | | | | | | | | **У** | | | | | | | |  | | | | | | | | **С** | | | | | | | | **А** | | | | | | | | | **Е** | | | | | |  | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| 328 | Каша молочная "Дружба" | | | | 150 | | | | | | | 4,8 | | | | | | | | 7,3 | | | | | | | | 23,5 | | | | | | | | 180 | | | | | | | | 0,2 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | | | 3 | | | | | | | 0 | | | | | | | | 2,5 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 22,5 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Батон | | | | 30 | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | | 15,4 | | | | | | | | 78,6 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | | | 5 | | | | | | | 0 | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 37,4 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 393 | Чай с лимоном | | | | 163 | | | | | | | 0 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 12,8 | | | | | | | | 51,8 | | | | | | | | 0,5 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого** | | | | **351** | | | | | | | **7,1** | | | | | | | | **14,8** | | | | | | | | **45,77** | | | | | | | | **370,3** | | | | | | | | **0,7** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| 442 | Сок фруктовый | | | | 50 | | | | | | | 0,25 | | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | 4,95 | | | | | | | | 21,5 | | | | | | | | 1 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Фрукты свежие (2-3 г) | | | | 95 | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | 44,7 | | | | | | | | 9,5 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого** | | | | **145** | | | | | | | **0,65** | | | | | | | | **0,45** | | | | | | | | **14,25** | | | | | | | | **66,2** | | | | | | | | **10,5** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 442 | Сок фруктовый | | | | 50 | | | | | | | 0,25 | | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | 4,95 | | | | | | | | 21,5 | | | | | | | | 1 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Пюре фруктовое | | | | 70 | | | | | | | 0 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 6,5 | | | | | | | | 26 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого** | | | | **120** | | | | | | | **0,25** | | | | | | | | **0,05** | | | | | | | | **11,45** | | | | | | | | **47,5** | | | | | | | | **1** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| 99 | Суп картофельный с горохом и курицей | | | | 150/6 | | | | | | | 5,7 | | | | | | | | 5,5 | | | | | | | | 11,1 | | | | | | | | 116,9 | | | | | | | | 2,6 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 321 | Картофельное пюре с маслом | | | | 60 | | | | | | | 1,7 | | | | | | | | 3 | | | | | | | | 9,2 | | | | | | | | 71,8 | | | | | | | | 4,2 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 131 | Капуста тушеная | | | | 60 | | | | | | | 1,92 | | | | | | | | 4,8 | | | | | | | | 8,16 | | | | | | | | 84 | | | | | | | | 18,75 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 312 | Кнели куриные с рисом | | | | 60 | | | | | | | 10,7 | | | | | | | | 12,1 | | | | | | | | 4,2 | | | | | | | | 166,9 | | | | | | | | 0,5 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 388 | Напиток из смеси сухофруктов | | | | 150 | | | | | | | 0,045 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 8,18 | | | | | | | | 51 | | | | | | | | 0,225 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | 20 | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | 10 | | | | | | | | 47,4 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | | | 20 | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | 8,54 | | | | | | | | 40,8 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого** | | | | **556** | | | | | | | **22,805** | | | | | | | | **25,64** | | | | | | | | **59,38** | | | | | | | | **578,8** | | | | | | | | **26,275** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| 215 | Омлет натуральный с маслом | | | | 80/3 | | | | | | 8,4 | | | | | | | | | 14 | | | | | | | | 2 | | | | | | | | 166,7 | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 10 | Салат из кукурузы консервированной | | | | 25 | | | | | | 0,7 | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | 2 | | | | | | | | 23,9 | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | 15 | | | | | | 1,15 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | 7,55 | | | | | | | | 35,5 | | | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| 440 | Напиток фруктово-ягодный | | | | 150 | | | | | | 0,08 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 17,41 | | | | | | | | 70,8 | | | | | | | | 0,7 | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого** | | | | **273** | | | | | | **10,33** | | | | | | | | | **15,6** | | | | | | | | **28,96** | | | | | | | | **296,9** | | | | | | | | **1,7** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | **Всего** | | | |  | | | | | | **40,485** | | | | | | | | | **56,09** | | | | | | | | **145,56** | | | | | | | | **1293,5** | | | | | | | | **29,675** | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **Неделя:** 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **День четвертый:** четверг | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **№** |  | | **Масса порции** | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | | | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ккал** | | | | | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **туры** |  | | **Б** | | | | | | | | | **Ж** | | | | | | | | | | **У** | | | | | | | |  | | | | | | | | | | **С** | | | | **А** | | | | | | | | | **Е** | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 189 | Каша манная молочная жидкая | | 150 | | | | | | | 4,4 | | | | | | | | | 6 | | | | | | | | | | 24,1 | | | | | | | | 168,4 | | | | | | | | | | 0,4 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | 3 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 2,5 | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 22,5 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Батон | | 30 | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | | | | 15,4 | | | | | | | | 78,6 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | 5 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 37,4 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 14 | Сыр | | 5 | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | | 1,48 | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 18,09 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 394 | Кофейный напиток с молоком | | 160 | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | | 1,8 | | | | | | | | | | 12,4 | | | | | | | | 75,1 | | | | | | | | | | 0,4 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого:** | | **353** | | | | | | | **10,15** | | | | | | | | | **16,78** | | | | | | | | | | **51,9** | | | | | | | | **400,09** | | | | | | | | | | **0,8** | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 437 | Напиток вишневый | | 50 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 5,4 | | | | | | | | 22 | | | | | | | | | | 0,3 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| к/к | **Фрукты свежие (2-3 г)** | | 95 | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | 44,7 | | | | | | | | | | 9,5 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого:** | | **145** | | | | | | | **0,4** | | | | | | | | | **0,4** | | | | | | | | | | **14,7** | | | | | | | | **66,7** | | | | | | | | | | **9,8** | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 437 | Напиток вишневый | | 50 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 5,4 | | | | | | | | 22 | | | | | | | | | | 0,3 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Пюре фруктовое | | 70 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 6,5 | | | | | | | | 26 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого:** | | **120** | | | | | | | **0** | | | | | | | | | **0** | | | | | | | | | | **11,9** | | | | | | | | **48** | | | | | | | | | | **0,3** | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54 | Икра морковная | | 30 | | | | | | | 0,7 | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | | | 3,2 | | | | | | | | 29,5 | | | | | | | | | | 1,5 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 84 | Суп с рыбными фрикадельками | | 150/20 | | | | | | | 5,9 | | | | | | | | | 3,2 | | | | | | | | | | 10,9 | | | | | | | | 94,4 | | | | | | | | | | 5,6 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 246 | Рулет из рыбы | | 60 | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | | 6,2 | | | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | 139,5 | | | | | | | | | | 0,2 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 316 | Рис припущенный | | 110 | | | | | | | 2,67 | | | | | | | | | 3,15 | | | | | | | | | | 26,88 | | | | | | | | 146 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 354 | Соус сметанный | | 15 | | | | | | | 0,25 | | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | | | | 0,95 | | | | | | | | 12,05 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 374 | Компот плодовый | | 150 | | | | | | | 0,15 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 15,9 | | | | | | | | 65,1 | | | | | | | | | | 0,3 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | 20 | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | | 10 | | | | | | | | 47,4 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | 20 | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | | 8,54 | | | | | | | | 40,8 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого:** | | **575** | | | | | | | **21,71** | | | | | | | | | **14,89** | | | | | | | | | | **85,67** | | | | | | | | **574,75** | | | | | | | | | | **7,6** | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 240 | Пудинг из творога с яблоком | | 80 | | | | | | | 12 | | | | | | | | | 12,24 | | | | | | | | | | 30 | | | | | | | | 281,04 | | | | | | | | | | 0,64 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 490 | Молоко сгущенное | | 15 | | | | | | | 1,08 | | | | | | | | | 1,28 | | | | | | | | | | 8,33 | | | | | | | | 49 | | | | | | | | | | 0,15 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | 15 | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | | 7,55 | | | | | | | | 35,5 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| 392 | Чай с сахаром | | 150 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 7,4 | | | | | | | | 29,5 | | | | | | | | | | 0 | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | **Итого:** | | **290** | | | | | | | **14,23** | | | | | | | | | **13,62** | | | | | | | | | | **53,28** | | | | | | | | **395,04** | | | | | | | | | | **0,79** | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | **Всего:** | |  | | | | | | | **46,09** | | | | | | | | | **45,29** | | | | | | | | | | **202,75** | | | | | | | | **1417,88** | | | | | | | | | | **9,49** | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| **Неделя:** 1 | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **День:** пятница | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **№** |  | | | | | **Масса порции** | | | | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | | | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ккал** | | | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **туры** |  | | | | | **Б** | | | | | | | | **Ж** | | | | | | | | **У** | | | | | | |  | | | | | | | | **С** | | **А** | | | | | | | | | **Е** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 182 | Каша молочная рисовая с маслом | | | | | 150 | | | | | | | | | | 4,38 | | | | | | | | 5,87 | | | | | | | | 21,67 | | | | | | | 157 | | | | | | | | 0,4 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | | | | 5 | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | | 0 | | | | | | | 37,4 | | | | | | | | 0 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Батон | | | | | 30 | | | | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | | 15,4 | | | | | | | 78,6 | | | | | | | | 0 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | | | | 5 | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | | 0 | | | | | | | 37,4 | | | | | | | | 0 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 394 | Чай с молоком | | | | | 160 | | | | | | | | | | 2,1 | | | | | | | | 1,8 | | | | | | | | 11,4 | | | | | | | 71,4 | | | | | | | | 0,4 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого** | | | | | **350** | | | | | | | | | | **8,78** | | | | | | | | **16,77** | | | | | | | | **48,47** | | | | | | | **381,8** | | | | | | | | **0,8** | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 440 | Напиток фруктово ягодный | | | | | 50 | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 5 | | | | | | | 20,5 | | | | | | | | 0,2 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Фрукты свежие | | | | | 95 | | | | | | | | | | 1,4 | | | | | | | | 0,5 | | | | | | | | 20 | | | | | | | 91,2 | | | | | | | | 9,5 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого** | | | | | **145** | | | | | | | | | | **1,4** | | | | | | | | **0,5** | | | | | | | | **25** | | | | | | | **111,7** | | | | | | | | **9,7** | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | Икра кабачковая | | | | | 30 | | | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | | 2,6 | | | | | | | | 2,2 | | | | | | | 34,6 | | | | | | | | 0,8 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 76 | Борщ с капустой, картофелем, курицей и сметаной | | | | | 150/6/5 | | | | | | | | | | 3,5 | | | | | | | | 6 | | | | | | | | 8 | | | | | | | 102,6 | | | | | | | | 5,1 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 309 | Биточки рубленные из курицы | | | | | 60 | | | | | | | | | | 12,1 | | | | | | | | 3 | | | | | | | | 8,7 | | | | | | | 126,4 | | | | | | | | 0,18 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 321 | Картофельное пюре с маслом | | | | | 110 | | | | | | | | | | 2,29 | | | | | | | | 7,15 | | | | | | | | 15,06 | | | | | | | 134 | | | | | | | | 13,31 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 368 | Соус молочный | | | | | 15 | | | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | | 2,17 | | | | | | | | 8,8 | | | | | | | 29,17 | | | | | | | | 0 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 437 | Напиток из черноплодной рябины с яблоком | | | | | 150 | | | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | | 18,59 | | | | | | | 75,92 | | | | | | | | 9,42 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | | 20 | | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | 10 | | | | | | | 47,4 | | | | | | | | 0 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | | | | 20 | | | | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | 8,54 | | | | | | | 40,8 | | | | | | | | 0 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого** | | | | | **566** | | | | | | | | | | **21,92** | | | | | | | | **21,25** | | | | | | | | **79,89** | | | | | | | **590,89** | | | | | | | | **28,81** | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 582 | Булочка "Домашняя" молочная | | | | | 50 | | | | | | | | | | 6,7 | | | | | | | | 6,3 | | | | | | | | 39,6 | | | | | | | 242,3 | | | | | | | | 0,1 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 435б | Молоко цельное 2,5% | | | | | 150 | | | | | | | | | | 4,35 | | | | | | | | 4,8 | | | | | | | | 7,05 | | | | | | | 90 | | | | | | | | 1,95 | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого** | | | | | **200** | | | | | | | | | | **11,05** | | | | | | | | **11,1** | | | | | | | | **46,65** | | | | | | | **332,3** | | | | | | | | **2,05** | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Всего** | | | | |  | | | | | | | | | | **43,15** | | | | | | | | **49,62** | | | | | | | | **200,01** | | | | | | | **1416,69** | | | | | | | | **41,36** | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Неделя:** 2 | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **День:** понедельник | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **№** |  | | | | | | | | **Масса порции** | | | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | | | | | | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ккал** | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **туры** |  | | | | | | | | **Б** | | | | | | | **Ж** | | | | | | | | | **У** | | | | | | | |  | | | | | | **С** | | | | | | **А** | | | | | **Е** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 184 | Каша молочная ячневая с маслом | | | | | | | | 155 | | | | | | | | | 4,3 | | | | | | | 10,2 | | | | | | | | | 22,9 | | | | | | | | 201,6 | | | | | | 0,4 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Батон | | | | | | | | 30 | | | | | | | | | 2,3 | | | | | | | 0,9 | | | | | | | | | 15,4 | | | | | | | | 78,6 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | | | | | | | 5 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 4,1 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 37,4 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 392 | Чай с сахаром | | | | | | | | 160 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 6,99 | | | | | | | | 29,5 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | | | **350** | | | | | | | | | **6,6** | | | | | | | **15,2** | | | | | | | | | **45,29** | | | | | | | | **347,1** | | | | | | **0,4** | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 442 | Сок фруктовый | | | | | | | | 50 | | | | | | | | | 0,25 | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | | 4,95 | | | | | | | | 21,5 | | | | | | 1 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | **Фрукты свежие (2-3 г)** | | | | | | | | 95 | | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | 44,7 | | | | | | 9,5 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | | | **145** | | | | | | | | | **0,65** | | | | | | | **0,45** | | | | | | | | | **14,25** | | | | | | | | **66,2** | | | | | | **10,5** | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 442 | Сок фруктовый | | | | | | | | 50 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 5,4 | | | | | | | | | 22 | | | | | | | | 0,3 | | | | | | 1 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Пюре фруктовое | | | | | | | | 70 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 6,5 | | | | | | | | | 26 | | | | | | | | 0 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | | | **120** | | | | | | | | | **0** | | | | | | | **393,5** | | | | | | | | | **48** | | | | | | | | **0,3** | | | | | | **1** | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 55 | Икра овощная | | | | | | | | 30 | | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | 1,4 | | | | | | | | | 3 | | | | | | | | 26,5 | | | | | | 1,5 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 76 | Рассольник "Ленинградский" с курицей и сметаной | | | | | | | | 150/6/5 | | | | | | | | | 3,3 | | | | | | | 5,47 | | | | | | | | | 10,5 | | | | | | | | 105,15 | | | | | | 2,85 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 309 | Биточки рубленные из курицы | | | | | | | | 60 | | | | | | | | | 12,8 | | | | | | | 13,3 | | | | | | | | | 7,5 | | | | | | | | 200,6 | | | | | | 0,6 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 171 | Каша гречневая рассыпчатая | | | | | | | | 80 | | | | | | | | | 4,6 | | | | | | | 3 | | | | | | | | | 24,2 | | | | | | | | 142 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 368 | Соус молочный | | | | | | | | 15 | | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | 2,17 | | | | | | | | | 8,8 | | | | | | | | 29,17 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 375 | Компот из изюма | | | | | | | | 150 | | | | | | | | | 0,3 | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 18 | | | | | | | | 79,05 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | | | | | 20 | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | 10 | | | | | | | | 47,4 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | | | | | | | 20 | | | | | | | | | 1,24 | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | 8,54 | | | | | | | | 40,8 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | | | **536** | | | | | | | | | **24,94** | | | | | | | **25,58** | | | | | | | | | **90,54** | | | | | | | | **670,67** | | | | | | **4,95** | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 236 | Пудинг из творога с рисом | | | | | | | | 80 | | | | | | | | | 9,6 | | | | | | | 7,8 | | | | | | | | | 12,9 | | | | | | | | 160,4 | | | | | | 0,2 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 490 | Молоко сгущеное | | | | | | | | 15 | | | | | | | | | 1,08 | | | | | | | 1,28 | | | | | | | | | 8,33 | | | | | | | | 49 | | | | | | 0,15 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | | | | | 15 | | | | | | | | | 1,15 | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | 7,55 | | | | | | | | 35,5 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| к/к | Пряник | | | | | | | | 30 | | | | | | | | | 1,59 | | | | | | | 0,39 | | | | | | | | | 22,05 | | | | | | | | 95,7 | | | | | | 0 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| 394 | Чай с молоком | | | | | | | | 150 | | | | | | | | | 2,1 | | | | | | | 1,8 | | | | | | | | | 11,4 | | | | | | | | 70,7 | | | | | | 0,4 | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | | | **290** | | | | | | | | | **15,52** | | | | | | | **11,37** | | | | | | | | | **62,23** | | | | | | | | **411,3** | | | | | | **0,75** | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
|  | **Всего:** | | | | | | | |  | | | | | | | | | **47,06** | | | | | | | **445,65** | | | | | | | | | **246,06** | | | | | | | | **1429,37** | | | | | | **7,1** | | | | | |  | | | | |  | | | | | | | | | |
| **Неделя:** 2 | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| **День:** вторник | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| **№** |  | | | | | | **Масса порции** | | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | | | | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ккал** | | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **туры** |  | | | | | | **Б** | | | | | | | | **Ж** | | | | | | | **У** | | | | | | | |  | | | | | | | **С** | | | | | **А** | | | | | | | **Е** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 189 | Каша молочная пшеничная с маслом | | | | | | 153 | | | | | | | | 4,6 | | | | | | | | 10,2 | | | | | | | 23,4 | | | | | | | | 205,1 | | | | | | | 0,4 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| к/к | Батон | | | | | | 30 | | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | 15,4 | | | | | | | | 78,6 | | | | | | | 0 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 14 | Сыр | | | | | | 5 | | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | 1,48 | | | | | | | 0 | | | | | | | | 18,09 | | | | | | | 0 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 433 | Какао с молоком | | | | | | 160 | | | | | | | | 3 | | | | | | | | 2,4 | | | | | | | 15,6 | | | | | | | | 97,3 | | | | | | | 0,4 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | **345** | | | | | | | | **11,05** | | | | | | | | **14,98** | | | | | | | **54,4** | | | | | | | | **399,09** | | | | | | | **0,8** | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 440 | Напиток фруктово ягодный | | | | | | 50 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | 0 | | | | | | | 5 | | | | | | | | 20,5 | | | | | | | 0,2 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| к/к | Фрукты свежие | | | | | | 95 | | | | | | | | 1,4 | | | | | | | | 0,5 | | | | | | | 20 | | | | | | | | 91,2 | | | | | | | 9,5 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | **185** | | | | | | | | **1,4** | | | | | | | | **0,5** | | | | | | | **25** | | | | | | | | **111,7** | | | | | | | **9,7** | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 56 | Икра свекольная | | | | | | 30 | | | | | | | | 0,75 | | | | | | | | 2,8 | | | | | | | 3,4 | | | | | | | | 42,7 | | | | | | | 1,9 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 67 | Щи из свежей капусты с картофелем ,птицей и сметаной | | | | | | 150/6/5 | | | | | | | | 2,9 | | | | | | | | 3,93 | | | | | | | 5,78 | | | | | | | | 70 | | | | | | | 11 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 256 | Запеканка из печени | | | | | | 60 | | | | | | | | 12,7 | | | | | | | | 5,3 | | | | | | | 3,6 | | | | | | | | 126,8 | | | | | | | 8,8 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 204 | Макаронные изделия отварные | | | | | | 110 | | | | | | | | 5,3 | | | | | | | | 3,1 | | | | | | | 34 | | | | | | | | 185,6 | | | | | | | 0 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 5 | Соус молочный с овощами | | | | | | 15 | | | | | | | | 0,27 | | | | | | | | 0,62 | | | | | | | 0,96 | | | | | | | | 10 | | | | | | | 0,11 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 388 | Напиток из смеси сухофруктов | | | | | | 150 | | | | | | | | 0,045 | | | | | | | | 0 | | | | | | | 8,18 | | | | | | | | 51 | | | | | | | 0,225 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | | | 20 | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | 10 | | | | | | | | 47,4 | | | | | | | 0 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | | | | | 20 | | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | 8,54 | | | | | | | | 40,8 | | | | | | | 0 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | **566** | | | | | | | | **24,705** | | | | | | | | **15,99** | | | | | | | **74,46** | | | | | | | | **574,3** | | | | | | | **22,035** | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 215 | Омлет натуральный с маслом | | | | | | 83 | | | | | | | | 8,4 | | | | | | | | 14 | | | | | | | 2 | | | | | | | | 166,7 | | | | | | | 0,1 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 10 | Салат из горошка консервированного | | | | | | 15 | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | | 0,45 | | | | | | | 1,29 | | | | | | | | 12 | | | | | | | 0,3 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | | | | 15 | | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | 7,55 | | | | | | | | 35,5 | | | | | | | 0 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| 437 | Напиток из черноплодной рябины с яблоком | | | | | | 150 | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | | 0,09 | | | | | | | 18,59 | | | | | | | | 75,92 | | | | | | | 9,42 | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | | | | **263** | | | | | | | | **10,24** | | | | | | | | **14,64** | | | | | | | **29,43** | | | | | | | | **290,12** | | | | | | | **9,82** | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
|  |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | **Всего:** | | | | | |  | | | | | | | | **47,395** | | | | | | | | **46,11** | | | | | | | **183,29** | | | | | | | | **1 375,21** | | | | | | | **42,355** | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | |
| **Неделя:** 2 | |  | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **День:** среда | |  | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | | | | |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **№** | |  | | | | **Масса порции** | | | | | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет.** | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **рецеп-** | | **Приём пищи, наименование блюда** | | | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ценность,** | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **туры** | |  | | | | **Б** | | | | | | | | | **Ж** | | | | | | | **У** | | | | | | | **ккал** | | | | | | **С** | | | | | | | **А** | | | | | | | | | | **Е** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 188 | | Каша из смеси круп с маслом | | | | 153 | | | | | | | | | | | 5,8 | | | | | | | | | 9,07 | | | | | | | 21,1 | | | | | | | 192 | | | | | | 1,35 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | | Батон | | | | 30 | | | | | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | 15,4 | | | | | | | 78,6 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 13 | | Масло сливочное | | | | 5 | | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | 0 | | | | | | | 37,4 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 393 | | Чай с лимоном | | | | 163 | | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 12,8 | | | | | | | 51,8 | | | | | | 0,5 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **Итого:** | | | | **351** | | | | | | | | | | | **8,1** | | | | | | | | | **14,07** | | | | | | | **49,3** | | | | | | | **359,8** | | | | | | **1,85** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Второй полдник 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 374 | | Компот плодовый | | | | **50** | | | | | | | | | | | **0** | | | | | | | | | **0** | | | | | | | **5,4** | | | | | | | **21,7** | | | | | | **0,1** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | | **Фрукты свежие (2-3 г)** | | | | 95 | | | | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | 9,3 | | | | | | | 44,7 | | | | | | 9,5 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **Итого:** | | | | **145** | | | | | | | | | | | **0,4** | | | | | | | | | **0,4** | | | | | | | **14,7** | | | | | | | **66,4** | | | | | | **9,6** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 374 | | Компот плодовый | | | | 50 | | | | | | | | | | | **0** | | | | | | | | | **0** | | | | | | | **5,4** | | | | | | | **21,7** | | | | | | **0,1** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | | Пюре фруктовое | | | | 70 | | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 6,5 | | | | | | | 26 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **Итого:** | | | | **120** | | | | | | | | | | | **0** | | | | | | | | | **0** | | | | | | | **11,9** | | | | | | | **47,7** | | | | | | **0,1** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 100 | | Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей | | | | 150/6 | | | | | | | | | | | 4 | | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | 11,2 | | | | | | | 96,8 | | | | | | 3,6 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 152 | | Котлеты из птицы запеченые | | | | 50 | | | | | | | | | | | 11,5 | | | | | | | | | 12,3 | | | | | | | 6,4 | | | | | | | 181,8 | | | | | | 0,5 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 321 | | Картофельное пюре с маслом | | | | 60 | | | | | | | | | | | 1,7 | | | | | | | | | 3 | | | | | | | 9,2 | | | | | | | 71,8 | | | | | | 4,2 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 131 | | Капуста свежая тушенная | | | | 60 | | | | | | | | | | | 1,92 | | | | | | | | | 4,8 | | | | | | | 8,16 | | | | | | | 84 | | | | | | 18,75 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 437 | | Напиток вишневый | | | | 150 | | | | | | | | | | | 0,08 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | 18,58 | | | | | | | 75,58 | | | | | | 0,92 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | | Хлеб пшеничный йодированный | | | | 20 | | | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | 10 | | | | | | | 47,4 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | | Хлеб "Дарницкий" | | | | 20 | | | | | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | 8,54 | | | | | | | 40,8 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **Итого:** | | | | **546** | | | | | | | | | | | **21,94** | | | | | | | | | **24,44** | | | | | | | **72,08** | | | | | | | **598,18** | | | | | | **27,97** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 181 | | Каша гречневая с овощами | | | | 100 | | | | | | | | | | | 5 | | | | | | | | | 3,6 | | | | | | | 22,8 | | | | | | | 143,3 | | | | | | 0,7 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | | Хлеб пшеничный йодированный | | | | 15 | | | | | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | 7,55 | | | | | | | 35,5 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 392 | | Чай с сахаром | | | | 150 | | | | | | | | | | | 0,04 | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | 6,99 | | | | | | | 28 | | | | | | 0,02 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 467 | | Булочка домашняя | | | | 50 | | | | | | | | | | | 3,9 | | | | | | | | | 3,4 | | | | | | | 29,8 | | | | | | | 165,5 | | | | | | 0 | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **Итого:** | | | | **315** | | | | | | | | | | | **10,09** | | | | | | | | | **7,115** | | | | | | | **67,14** | | | | | | | **372,3** | | | | | | **0,72** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | | **Всего:** | | | |  | | | | | | | | | | | **40,13** | | | | | | | | | **45,625** | | | | | | | **200,42** | | | | | | | **1377,98** | | | | | | **31,14** | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Неделя:** 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **День:** четверг | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **№** |  | | | **Масса порции** | | | | | | | | | **Пищевые вещества,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность,** | | | | | | **Витамины,** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **рецеп-** | **Приём пищи, наименование блюда** | | | **г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ккал** | | | | | | **мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **туры** |  | | | **Б** | | | | | | | | | **Ж** | | | | | | | | | **У** | | | | | | | | | |  | | | | | | **С** | | | | | | | | **В1** | | | | | | | **В2** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 182 | Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом | | | 153 | | | | | | | | | 4,4 | | | | | | | | | 8,9 | | | | | | | | | 18,8 | | | | | | | | | | 218,5 | | | | | | 0,4 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | Батон | | | 30 | | | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | | 0,9 | | | | | | | | | 15,4 | | | | | | | | | | 78,6 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 13 | Масло сливочное | | | 5 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 4,1 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 37,4 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 14 | Сыр | | | 5 | | | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | | 1,48 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | 18,09 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 395 | Кофейный напиток с молоком | | | 160 | | | | | | | | | 2,3 | | | | | | | | | 1,8 | | | | | | | | | 12,4 | | | | | | | | | | 75,1 | | | | | | 0,4 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | **353** | | | | | | | | | **10,15** | | | | | | | | | **17,18** | | | | | | | | | **46,6** | | | | | | | | | | **427,69** | | | | | | **0,8** | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Второй завтрак 10 ч** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 442 | Сок фруктовый | | | 50 | | | | | | | | | 0,25 | | | | | | | | | 0,05 | | | | | | | | | 4,95 | | | | | | | | | | 21,5 | | | | | | 1 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | **Фрукты свежие (2-3 г)** | | | 95 | | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | 0,4 | | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | | | 44,7 | | | | | | 9,5 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | **145** | | | | | | | | | **0,65** | | | | | | | | | **0,45** | | | | | | | | | **14,25** | | | | | | | | | | **66,2** | | | | | | **10,5** | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 442 | Сок фруктовый | | | 50 | | | | | | | | | 0,015 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 2,73 | | | | | | | | | | 17 | | | | | | 0,075 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | Пюре фруктовое | | | 70 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 6,5 | | | | | | | | | | 26 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | **120** | | | | | | | | | **0,015** | | | | | | | | | **0** | | | | | | | | | **9,23** | | | | | | | | | | **43** | | | | | | **0,075** | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54 | Икра морковная | | | 30 | | | | | | | | | 0,7 | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | | 3,2 | | | | | | | | | | 29,5 | | | | | | 1,5 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 84 | Суп с рыбными фрикадельками и крупой | | | 150/20 | | | | | | | | | 6,6 | | | | | | | | | 3,3 | | | | | | | | | 11,3 | | | | | | | | | | 100,5 | | | | | | 4,4 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 239 | Биточек рыбный | | | 60 | | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | | 6,2 | | | | | | | | | 9,3 | | | | | | | | | | 139,5 | | | | | | 0,2 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 321 | Пюре картофельное с маслом | | | 110/5 | | | | | | | | | 3,0 | | | | | | | | | 5,6 | | | | | | | | | 17 | | | | | | | | | | 130,0 | | | | | | 7,70 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 354 | Соус сметанный | | | 15 | | | | | | | | | 0,25 | | | | | | | | | 0,6 | | | | | | | | | 0,95 | | | | | | | | | | 12,05 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 440 | Напиток фруктово ягодный | | | 150 | | | | | | | | | 0,08 | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | 17,41 | | | | | | | | | | 70,8 | | | | | | 0,7 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | 20 | | | | | | | | | 1,5 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | 10 | | | | | | | | | | 47,4 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб "Дарницкий" | | | 20 | | | | | | | | | 1,24 | | | | | | | | | 0,14 | | | | | | | | | 8,54 | | | | | | | | | | 40,8 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | **580** | | | | | | | | | **22,67** | | | | | | | | | **17,44** | | | | | | | | | **77,7** | | | | | | | | | | **570,55** | | | | | | **14,5** | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 230 | Вареники ленивые (отварные) | | | 85 | | | | | | | | | 12,6 | | | | | | | | | 10,2 | | | | | | | | | 12,2 | | | | | | | | | | 199,7 | | | | | | 0,1 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 394 | Чай с молоком | | | 150 | | | | | | | | | 2,1 | | | | | | | | | 1,8 | | | | | | | | | 11,4 | | | | | | | | | | 70,7 | | | | | | 0,4 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| к/к | Хлеб пшеничный йодированный | | | 15 | | | | | | | | | 1,15 | | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | 7,55 | | | | | | | | | | 35,5 | | | | | | 0 | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | **Итого:** | | | **260** | | | | | | | | | **15,85** | | | | | | | | | **12,1** | | | | | | | | | **31,15** | | | | | | | | | | **305,9** | | | | | | **0,5** | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
|  | **Всего:** | | |  | | | | | | | | | **48,685** | | | | | | | | | **46,72** | | | | | | | | | **164,68** | | | | | | | | | | **1347,14** | | | | | | **15,875** | | | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| **Неделя:** 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| **День:** пятница | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| **Возрастная категория:** с 1 года до 3 лет | | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| **№ рецептуры** | | **Прием пищи, наименование блюда** | | | | | | **Масса порции** | | | | | | **Пещевые вещества.г** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Энергет. ценность, ккл** | | | | | | | | **Витамины,мг** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| **Б** | | | | | | | **Ж** | | | | | | **У** | | | | | | | | **С** | | | | | | | | | | | | | **А** | | | | | | | | **Е** | | | | | |  | | | |
| **Затрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| 182 | | Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом | | | | | | 155 | | | | | | 5,1 | | | | | | | 5,5 | | | | | | 23,6 | | | | | | | | 164 | | | | | | | | 0,75 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| к/к | | Батон | | | | | | 30 | | | | | | 2,3 | | | | | | | 0,9 | | | | | | 15,4 | | | | | | | | 78,6 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 13 | | Масло словочное | | | | | | 5 | | | | | | 0 | | | | | | | 4,1 | | | | | | 0 | | | | | | | | 37,4 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 392 | | Чай с сахаром | | | | | | 160 | | | | | | 0 | | | | | | | 0 | | | | | | 6,99 | | | | | | | | 29,5 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | | **Итого:** | | | | | | **350** | | | | | | **7,4** | | | | | | | **10,5** | | | | | | **45,99** | | | | | | | | **309,5** | | | | | | | | **0,75** | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| **Второй завтрак 10 ч.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| 374 | | Компот плодовый | | | | | | 50 | | | | | | 0 | | | | | | | 0 | | | | | | 5,4 | | | | | | | | 21,7 | | | | | | | | 0,1 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| к/к | | Фрукты свкжие | | | | | | 95 | | | | | | 1,4 | | | | | | | 0,5 | | | | | | 20 | | | | | | | | 91,2 | | | | | | | | 9,5 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | | **Итого:** | | | | | | **145** | | | | | | **1,4** | | | | | | | **0,5** | | | | | | **25,4** | | | | | | | | **112,9** | | | | | | | | **9,6** | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| к/к | | Икра кабачковая | | | | | | 30 | | | | | | 0,6 | | | | | | | 2,6 | | | | | | 2,2 | | | | | | | | 34,6 | | | | | | | | 0,8 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 76 | | Борщ с капустой, картофелем, курицей и сметаной | | | | | | 150/6/5 | | | | | | 3,5 | | | | | | | 6 | | | | | | 8 | | | | | | | | 102,6 | | | | | | | | 5,1 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 312 | | Кнели куриные с рисом | | | | | | 60 | | | | | | 17,03 | | | | | | | 5,3 | | | | | | 5,31 | | | | | | | | 166,9 | | | | | | | | 0,03 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 368 | | Соус молочный | | | | | | 15 | | | | | | 0,6 | | | | | | | 2,17 | | | | | | 8,8 | | | | | | | | 29,17 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 316 | | Рис припущенный | | | | | | 110 | | | | | | 2,67 | | | | | | | 3,15 | | | | | | 26,8 | | | | | | | | 146 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 437 | | Напиток из свежих ягод | | | | | | 150 | | | | | | 0,2 | | | | | | | 0 | | | | | | 18,8 | | | | | | | | 77,1 | | | | | | | | 14 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| к/к | | Хлеб пшеничный йодированный | | | | | | 20 | | | | | | 1,5 | | | | | | | 0,1 | | | | | | 10 | | | | | | | | 47,4 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| к/к | | Хлеб "Дарницкий" | | | | | | 20 | | | | | | 1,24 | | | | | | | 0,14 | | | | | | 8,54 | | | | | | | | 40,8 | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | | **Итого:** | | | | | | **566** | | | | | | **27,34** | | | | | | | **19,46** | | | | | | **88,45** | | | | | | | | **644,57** | | | | | | | | **19,93** | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| 451 | | Пирожки печеные с картофелем | | | | | | 60 | | | | | | 4,1 | | | | | | | 3 | | | | | | 28 | | | | | | | | 155,3 | | | | | | | | 1,9 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
| 435б | | Молоко 2,5% | | | | | | 150 | | | | | | 4,35 | | | | | | | 4,8 | | | | | | 7,05 | | | | | | | | 90 | | | | | | | | 1,95 | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | | **Итого:** | | | | | | **210** | | | | | | **8,45** | | | | | | | **7,8** | | | | | | **35,05** | | | | | | | | **245,3** | | | | | | | | **3,85** | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |
|  | | **Итого:** | | | | | |  | | | | | | **44,59** | | | | | | | **38,26** | | | | | | **194,89** | | | | | | | | **1312,27** | | | | | | | | **34,13** | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | |  | | | |