

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 27»

Утверждаю:

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 27»

Т.А. Разбегаева

«05» ноября 2024 г.

20 – дневное меню

Для детей с 12 часовым пребыванием

в дошкольном образовательном учреждении, ЗАТО Северск

сезон: зима - весна

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 150/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ 150/5	КАША ИЗ ПШЕНА ИЗ РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 150/3	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 150/3	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 150/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 150/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 150/3	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 150/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ 170/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ 150/5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 20/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/4	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 20/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5
ЧАЙ С САХАРОМ 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170	КАКАО С МОЛОКОМ 170	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 170/3	ЧАЙ С МОЛОКОМ 170	ЧАЙ С САХАРОМ 170	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 170/3	КАКАО С МОЛОКОМ 170	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 50	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 50	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 50	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 50
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 30	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 30	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАНный) ОТВАРНОЙ 30	ИКРА ОВОЩНАЯ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 30	ИКРА МОРКОВНАЯ 30	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАНный) ОТВАРНОЙ 30	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ 30
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 150/6/5	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ 150/6	СВЕКОЛЬНИК 150	ЩИ ДОНСКИЕ 150	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПТИЦЕЙ 150/6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 150/5	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ 150/6	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ 150/6/5	ЩИ ДОНСКИЕ 150	РАССОЛЬНИК "ДОМАШНИЙ" С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 150/6/5
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 50	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 50	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 50	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 50	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 50
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 110/5	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ 110/5	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 110	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 110/3	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ 110/5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 60/5	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 15	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 15	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 15	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 15
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 150	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 150	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 150	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОСЛИВА 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15			ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15
Полдник									
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 100	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 80	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 80	КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ 150/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 80	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 150/5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 150
МОЛОКО 3,2 % 150		ЧАЙ С САХАРОМ 150	СНЕЖОК 2,5 % 150		МОЛОКО 3,2 % 150		ЧАЙ С САХАРОМ 150	МОЛОКО 3,2 % 150	

1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5	4,34	6,62	20,81	160,67	0,39	0,07	0,10	0,03	0,08	182/07	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,53	4,71	10,32	89,80	0,00	0,02	0,01	0,04	0,08	14	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	13,46	53,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	350	5,87	11,33	44,59	304,27	0,39	0,09	0,11	0,07	0,16			
II Завтрак													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399 г/11	2008	
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,40	0,20	8,00	42,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012	
Итого за прием пищи:	120	0,65	0,25	12,95	63,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00			
Обед													
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,57	2,67	2,31	35,70	2,10	0,01	0,02	0,06	0,00	93/04	2008	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/6/5	5,02	7,46	10,04	127,74	4,19	0,06	0,06	0,14	0,00	76/11	2008	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,64	12,48	7,40	188,34	0,48	0,05	0,09	0,03	0,00	305/11	2008	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,27	1,43	3,27	31,02	9,01	0,01	0,00	0,04	0,00	336/11	2008	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	60/5	1,38	4,47	9,65	84,57	4,72	0,05	0,05	0,03	0,08	321/11	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	536	22,01	28,73	58,18	579,92	20,50	0,23	0,24	0,30	0,08			
Полдник													
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	100	15,84	11,48	11,07	213,98	0,16	0,03	0,19	0,07	0,29	230	2012	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,73	11,31	66,81	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
МОЛОКО 3,2 %	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82	0,04	0,17	0,03	0,00	4356/	2008	
Итого за прием пищи:	285	22,73	18,23	35,92	403,05	1,06	0,11	0,44	0,11	0,30			
Всего за день:		51,26	58,54	151,64	1 350,74	22,95	0,44	0,79	0,48	0,54			

2 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	150/5	4,88	7,71	21,60	175,88	0,39	0,10	0,10	0,03	0,08	182/07	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5	2,52	1,88	10,28	68,47	0,01	0,02	0,02	0,01	0,00	3/13	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,83	2,79	15,35	98,53	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	395/11	2012
Итого за прием пищи:	350	10,23	12,38	47,23	342,88	0,87	0,15	0,22	0,05	0,08		
II Завтрак												
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК	50	0,01	0,01	6,17	24,95	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	388/07	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	145	1,44	0,49	26,12	116,15	9,65	0,04	0,05	0,02	0,00		
Обед												
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	30	0,41	0,03	2,43	11,61	1,14	0,00	0,01	0,00	0,00	24/96	2012
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	150/6	7,41	7,35	14,56	154,21	2,93	0,12	0,06	0,16	0,00	81/11	2012
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	50	7,43	16,11	4,59	193,10	0,03	0,18	0,06	0,00	0,00	269	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,97	3,41	22,64	137,66	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	317/11	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	368	2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,26	0,03	14,77	60,62	0,06	0,01	0,01	0,02	0,00	4/10	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	541	22,02	28,85	74,46	646,57	4,20	0,40	0,17	0,19	0,03		
Полдник												
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	3,65	11,80	25,84	224,72	11,19	0,14	0,10	0,16	0,00	134	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,17	0,08	12,38	49,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	315	4,96	11,97	45,75	309,77	11,19	0,16	0,11	0,16	0,00		
Всего за день:		38,65	53,69	193,56	1 415,37	25,91	0,75	0,55	0,42	0,11		

3 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША ИЗ ПШЕНА ИЗ РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	150/3	4,53	6,18	19,94	154,32	0,59	0,06	0,13	0,03	0,05	66/07	2012
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/10	1,54	0,58	16,88	78,96	0,05	0,02	0,01	0,00	0,00	3	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,47	3,57	13,79	102,37	0,54	0,03	0,11	0,02	0,00	397/11	2012
Итого за прием пищи:	353	9,54	10,33	50,61	335,65	1,18	0,11	0,25	0,05	0,05		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50	0,16	0,07	5,05	24,61	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00	398/11	2012
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	120	0,16	0,07	16,81	24,61	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00		
Обед												
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	30	0,42	0,03	2,21	11,20	1,60	0,02	0,02	0,80	0,00	24/96	2008
СВЕКОЛЬНИК	150	4,36	6,16	8,61	107,61	5,69	0,05	0,05	0,11	0,00	67/08	2012
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	50	14,30	15,73	3,37	211,96	0,59	0,04	0,09	0,05	0,03	312/11	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,36	4,74	28,76	182,93	0,00	0,17	0,09	0,02	0,06	171/07	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	15	0,18	0,60	1,46	12,00	0,13	0,00	0,00	0,01	0,01	116/07	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК)	150	0,23	0,01	17,91	73,44	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	535	27,98	27,49	76,21	665,25	8,10	0,33	0,27	0,99	0,10		
Полдник												
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,61	10,20	1,46	128,22	0,12	0,03	0,20	0,13	1,30	215/11	2012
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,16	0,08	12,17	48,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	265	9,47	11,57	22,72	231,63	0,86	0,07	0,22	0,13	1,30		
Всего за день:		47,15	49,46	166,35	1 257,14	30,14	0,51	0,75	1,21	1,45		

4 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	150/3	4,66	5,02	22,80	155,50	0,39	0,07	0,10	0,03	0,05	170/12	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,53	4,71	10,32	89,80	0,00	0,02	0,01	0,04	0,08	14	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170/3	0,02	0,00	11,69	47,24	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008
Итого за прием пищи:	351	6,21	9,73	44,81	292,54	0,77	0,09	0,11	0,07	0,13		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388/07	2008
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	120	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед												
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ) ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4/07	к/к
ЩИ ДОНСКИЕ	150	3,18	3,90	8,42	82,28	10,39	0,05	0,05	0,12	0,00	30	2008
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	8,16	3,36	5,23	84,04	0,17	0,06	0,07	0,02	0,05	255/11	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	110/5	2,21	4,84	14,99	112,69	7,28	0,09	0,07	0,03	0,08	321/11	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	15	0,16	1,37	0,63	15,54	0,08	0,00	0,00	0,01	0,01	4/11	2012
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	150	0,23	0,04	27,52	111,21	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	382/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	550	16,97	13,79	72,57	483,51	19,48	0,27	0,22	0,18	0,14		
Полдник												
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	80	12,32	8,97	12,53	183,38	1,19	0,03	0,15	0,05	0,12	240/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,73	11,31	66,81	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
СНЕЖОК 2,5 %	150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42	0,04	0,18	0,02	0,00	401	2012
Итого за прием пищи:	265	19,15	14,43	37,19	362,83	1,69	0,10	0,41	0,08	0,13		
Всего за день:		42,33	37,95	166,33	1 138,88	21,94	0,46	0,74	0,33	0,40		

5 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	150/5	5,72	7,47	27,78	201,06	0,54	0,06	0,12	0,04	0,08	173/12	2012	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5	2,56	1,92	10,28	68,96	0,03	0,02	0,02	0,01	0,00	3/13	2012	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,63	2,86	13,95	92,74	0,49	0,02	0,10	0,01	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	350	10,91	12,25	52,01	362,76	1,06	0,10	0,24	0,06	0,08			
II Завтрак													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399/11	2008	
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	145	1,68	0,53	24,90	112,70	10,50	0,05	0,05	0,02	0,00			
Обед													
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,42	1,39	2,36	23,84	0,99	0,01	0,01	0,24	0,00	55/11	2012	
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПТИЦЕЙ	150/6	4,46	7,15	7,99	114,52	6,45	0,05	0,04	0,17	0,00	98/15	2008	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	10,97	10,57	4,36	156,27	0,43	0,04	0,08	0,03	0,00	308/11	2012	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	110/5	2,67	4,38	27,96	161,93	0,00	0,02	0,02	0,02	0,08	326	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	368	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	150	0,33	0,07	21,19	87,33	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	546	21,39	25,48	79,33	633,26	7,91	0,19	0,19	0,47	0,11			
Полдник													
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/5	4,27	4,63	14,26	116,66	0,55	0,04	0,12	0,02	0,02	171	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,49	2,46	13,49	86,73	0,41	0,03	0,09	0,01	0,00	395/11	2012	
Итого за прием пищи:	320	7,90	7,18	35,28	238,91	0,96	0,09	0,22	0,03	0,02			
Всего за день:		41,88	45,44	191,52	1 347,63	20,43	0,43	0,70	0,58	0,21			

1 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5	6,61	8,21	25,15	201,60	0,55	0,12	0,16	0,04	0,08	183/07	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	0,88	6,72	6,00	88,00	0,00	0,02	0,00	0,06	0,00	14	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,19	0,09	13,88	55,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	350	7,68	15,02	45,03	345,13	0,55	0,14	0,16	0,10	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50	0,18	0,08	6,10	25,75	50,00	0,00	0,00	0,04	0,00	398/11	2008
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	120	0,18	0,08	17,86	25,75	50,00	0,00	0,00	0,04	0,00		
Обед												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,57	2,67	2,31	35,70	2,10	0,01	0,02	0,06	0,00	93/04	2008
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/5	4,44	6,63	7,09	106,27	6,93	0,04	0,05	0,14	0,00	2/2	2008
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,01	12,48	4,46	174,04	0,48	0,04	0,08	0,03	0,00	306/11	2008
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	2,72	3,38	28,26	153,39	0,00	0,02	0,00	0,02	0,00	317/11	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	350/11	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОСЛИВА	150	0,10	0,07	14,93	61,35	0,79	0,01	0,00	0,00	0,00	3/10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	540	21,38	27,15	72,52	620,12	10,34	0,17	0,18	0,26	0,03		
Полдник												
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	15,94	10,44	13,49	214,84	0,17	0,04	0,17	0,05	0,07	237/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,74	11,36	67,13	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
МОЛОКО 3,2 %	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82	0,04	0,17	0,03	0,00	4356/3,2	2008
Итого за прием пищи:	265	22,98	17,16	39,56	409,16	1,07	0,11	0,42	0,09	0,08		
Всего за день:		52,22	59,41	174,97	1 400,16	61,96	0,42	0,76	0,49	0,19		

2 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/3	4,16	4,97	20,13	142,06	1,07	0,10	0,08	0,04	0,05	182/07	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/4	2,58	5,00	4,25	75,23	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	3/13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170/3	0,28	0,09	14,10	57,51	2,78	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008
Итого за прием пищи:	350	7,02	10,06	38,48	274,80	3,85	0,11	0,08	0,09	0,05		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	50	0,09	0,02	8,59	35,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388/07	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	145	1,52	0,50	28,54	126,21	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00		
Обед												
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	30	0,31	0,02	1,66	8,40	1,20	0,01	0,02	0,60	0,00	24/96	2008
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	150/6	6,76	10,75	11,19	169,61	3,90	0,09	0,06	0,16	0,00	81/11	2012
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	50	7,40	13,14	7,47	177,66	0,00	0,16	0,05	0,00	0,00	269	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,75	3,23	11,59	88,27	24,11	0,04	0,06	0,08	0,06	336/11	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	526	19,35	27,36	57,42	556,49	29,21	0,35	0,21	0,84	0,06		
Полдник												
КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ	150/5	6,10	6,55	24,72	182,76	0,42	0,12	0,13	0,03	0,06	180/12	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,57	2,79	10,96	79,96	0,48	0,02	0,09	0,01	0,00	394/11	2012
Итого за прием пищи:	320	9,81	9,43	43,21	298,24	0,90	0,16	0,23	0,04	0,06		
Всего за день:		37,70	47,35	167,65	1 255,74	43,46	0,66	0,57	0,99	0,17		

3 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	150/5	4,87	7,48	29,21	204,44	0,54	0,04	0,12	0,04	0,08	176/12	2008	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/10	0,62	2,28	10,48	64,91	0,05	0,01	0,01	0,02	0,04	3	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,47	3,57	13,79	102,37	0,54	0,03	0,11	0,02	0,00	397/11	2012	
Итого за прием пищи:	355	8,96	13,33	53,48	371,72	1,13	0,08	0,24	0,08	0,12			
II Завтрак													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399г/11	2008	
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012	
Итого за прием пищи:	120	0,25	0,05	16,71	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00			
Обед													
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,65	1,49	3,31	29,90	1,51	0,02	0,02	0,49	0,00	54/11	2012	
ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ	150/6/5	4,85	6,73	5,21	101,50	6,80	0,03	0,04	0,15	0,00	72/11	2012	
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,01	12,48	4,46	174,04	0,48	0,04	0,08	0,03	0,00	306/11	2008	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,36	4,74	28,76	182,93	0,00	0,17	0,09	0,02	0,06	171/07	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК)	150	0,38	0,02	20,95	86,75	0,14	0,00	0,01	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	531	25,38	25,68	76,58	641,23	8,93	0,31	0,26	0,69	0,06			
Полдник													
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	10,52	17,51	1,52	205,89	0,10	0,04	0,28	0,20	1,92	215/11	2012	
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,17	0,08	12,38	49,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	265	12,39	18,88	22,99	310,17	0,84	0,08	0,30	0,20	1,92			
Всего за день:		46,98	57,94	169,76	1 344,62	11,90	0,48	0,80	0,97	2,10			

4 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ	170/5	3,87	6,81	14,57	135,76	0,44	0,04	0,10	0,04	0,08	171	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,15	4,56	7,75	76,70	0,00	0,02	0,01	0,04	0,08	14	2012
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,57	2,79	10,96	79,96	0,48	0,02	0,09	0,01	0,00	394/11	2012
Итого за прием пищи:	350	7,59	14,16	33,28	292,42	0,92	0,08	0,20	0,09	0,16		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50	0,16	0,07	4,57	22,68	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00	398/11	2012
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	120	0,16	0,07	16,33	22,68	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00		
Обед												
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАНый) ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4/07	к/к
ЩИ ДОНСКИЕ	150	4,02	8,72	2,98	107,66	5,14	0,02	0,04	0,16	0,11	30	2008
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	8,44	6,12	2,25	97,97	0,15	0,04	0,07	0,02	0,13	268	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	110/3	2,21	3,24	14,97	98,18	7,28	0,09	0,07	0,02	0,05	321/11	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ	15	0,24	0,98	0,92	13,50	0,01	0,00	0,00	0,01	0,00	356/11	2012
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,09	0,03	13,39	54,34	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	2/10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНый	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	548	18,03	19,37	50,29	449,40	13,89	0,22	0,21	0,21	0,29		
Полдник												
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	80	15,02	10,09	17,09	222,43	0,31	0,04	0,19	0,05	0,08	236/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,73	11,31	66,81	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНый	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
МОЛОКО 3,2 %	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82	0,04	0,17	0,03	0,00	4356/3,2	2008
Итого за прием пищи:	265	22,06	16,80	43,11	416,43	1,21	0,11	0,44	0,09	0,09		
Всего за день:		47,84	50,40	143,01	1 180,93	36,02	0,41	0,86	0,43	0,54		

5 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ	150/5	5,10	7,39	24,05	183,82	0,47	0,10	0,11	0,04	0,08	182/07	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5	2,58	5,00	4,25	75,23	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	3/13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,62	2,64	12,72	85,76	0,44	0,03	0,09	0,01	0,00	395/11	2012
Итого за прием пищи:	350	10,30	15,03	41,02	344,81	0,91	0,14	0,20	0,10	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	50	0,11	0,00	5,09	21,17	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	388/07	2012
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	145	1,54	0,48	25,04	112,37	9,54	0,04	0,05	0,02	0,00		
Обед												
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	30	0,51	0,91	2,96	22,06	1,40	0,01	0,01	0,00	0,00	59	2012
РАССОЛЬНИК "ДОМАШНИЙ" С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/6/5	4,45	7,86	8,86	124,50	6,43	0,06	0,06	0,14	0,00	75/11	2008
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	50	14,30	15,73	3,37	211,96	0,59	0,04	0,09	0,05	0,03	312/11	2012
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	110/5	2,67	4,38	27,96	161,93	0,00	0,02	0,02	0,02	0,08	326	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	15	0,19	0,26	1,24	8,13	0,21	0,00	0,00	0,03	0,00	1.370	2012
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00	0,02	0,00	0,00	0,00	399r	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	551	25,00	29,51	73,13	659,19	11,63	0,20	0,20	0,24	0,11		
Полдник												
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	150/5	4,43	6,55	19,21	153,33	0,39	0,04	0,09	0,03	0,08	173/12	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,17	0,08	12,38	49,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	320	5,74	6,72	39,12	238,38	0,39	0,06	0,10	0,03	0,08		
Всего за день:		42,58	51,74	178,31	1 354,75	22,47	0,44	0,55	0,39	0,27		

МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ 200/5	КАША ИЗ ПШЕНА ИЗ РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 200/3	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 200/3	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 200/5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 200/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ 200/5
БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ПОВИДЛО 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ПОВИДЛО 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/3	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 60	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ) ОТВАРНОЙ 60	ИКРА ОВОЩНАЯ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ) ОТВАРНОЙ 60	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ 60
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/6/5	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ 200/6/5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200	ЩИ ДОНСКИЕ 200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПТИЦЕЙ 200/6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ПТИЦЕЙ 200/6	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ 200/6/5	ЩИ ДОНСКИЕ 200	РАССОЛЬНИК "ДОМАШНИЙ" С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/6/5
БИГУС С ОТВАРНЫМ МЯСОМ (ПТИЦЫ) 200	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 70	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 70	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 70	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 70	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 70	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 70
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 150/5	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ 130/5	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОСЛИВА 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 150/5	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ 130/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 30	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 180	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 30
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 180	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30				ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30
Полдник									
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 140	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200/5	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 120	КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ 200/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 120	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 200/5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	МОЛОКО 3,2 % 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	БУЛОЧКА ОКТЯБРЕНОК 40		БУЛОЧКА "К ЧАЮ" 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 40
МОЛОКО 3,2 % 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	СНЕЖОК 2,5 % 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180		ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	МОЛОКО 3,2 % 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180

1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	5,72	7,48	29,25	207,87	0,52	0,09	0,13	0,04	0,08	182/07	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	430	8,77	12,79	59,54	388,87	0,52	0,13	0,14	0,08	0,08		
II Завтрак												
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	24,00	43,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10860 10.590-002-17840891 2016	2016
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		2008
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	33,80	90,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		
Обед												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4,20	0,01	0,03	0,11	0,00	93/04	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/6/5	4,13	6,57	13,11	128,51	5,45	0,07	0,06	0,17	0,00	76/11	2008
БИГУС С ОТВАРНЫМ МЯСОМ (ПТИЦЫ)	200	16,27	29,32	182,58	419,12	45,18	0,12	0,06	0,18	0,00	306/11	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	711	25,82	41,68	241,63	805,45	54,83	0,30	0,19	0,46	0,00		
Полдник												
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	140	21,99	20,84	27,83	390,84	0,21	0,05	0,27	0,13	0,62	230	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,20	2,60	16,96	100,22	0,13	0,01	0,10	0,01	0,02	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
МОЛОКО 3,2 %	180	5,32	5,87	8,62	110,00	0,98	0,05	0,20	0,03	0,00	4356/3,2	2008
Итого за прием пищи:	365	30,65	29,40	60,94	636,58	1,32	0,13	0,58	0,17	0,64		
Всего за день:		65,64	84,27	395,91	1 920,90	66,67	0,59	0,93	0,72	0,72		

2 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	200/5	6,54	8,97	28,99	223,55	0,52	0,13	0,13	0,04	0,08	182/07	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	3/13	2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,79	13,80	92,34	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	395/11	2012
Итого за прием пищи:	430	13,43	14,26	63,35	437,25	1,02	0,20	0,25	0,06	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00		
Обед												
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	60	0,83	0,06	4,87	23,22	2,28	0,01	0,02	0,00	0,00	24/96	2012
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	200/6/5	8,20	8,15	19,20	183,22	3,81	0,15	0,07	0,21	0,00	81/11	2012
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	70	9,86	15,12	6,80	202,63	0,02	0,23	0,08	0,00	0,00	269	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,63	4,50	35,94	206,95	0,00	0,07	0,02	0,02	0,07	317/11	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,82	3,39	3,15	46,51	0,08	0,01	0,02	0,02	0,05	368	2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,31	0,03	17,56	72,07	0,07	0,01	0,01	0,03	0,00	4/10	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	761	29,93	31,70	115,29	866,84	6,26	0,58	0,26	0,28	0,12		
Полдник												
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	4,38	14,20	31,03	270,11	13,43	0,17	0,12	0,19	0,00	134	2008
БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	40	3,06	1,53	19,86	105,34	0,00	0,04	0,02	0,01	0,08	485	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,87	59,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	415	8,78	15,92	73,29	470,43	13,43	0,23	0,15	0,20	0,08		
Всего за день:		53,64	62,38	272,93	1 870,52	30,71	1,05	0,71	0,57	0,28		

3 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
	200/3	6,01	7,41	26,53	198,01	0,78	0,08	0,17	0,04	0,05	66/07	2012
КАША ИЗ ПШЕНА ИЗ РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	3/13	2012
БАТОН	10	0,04	0,00	6,60	26,56	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	2	2008
ПОВИДЛО	180	3,56	3,71	14,89	108,33	0,57	0,03	0,12	0,02	0,00	397/11	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	433	12,61	12,28	68,58	437,70	1,40	0,15	0,30	0,06	0,05		
Итого за прием пищи:												
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00	118	2008
Итого за прием пищи:	200	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00		
Обед												
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	60	0,83	0,06	4,42	22,40	3,20	0,04	0,04	1,59	0,00	24/96	2008
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,53	7,44	9,45	123,51	9,19	0,05	0,06	0,18	0,00	2/2	2008
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	70	20,03	22,05	4,72	297,08	0,83	0,06	0,13	0,07	0,04	312/11	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,54	6,93	38,78	251,61	0,00	0,21	0,00	0,03	0,00	171/07	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	0,37	1,23	2,94	24,45	0,27	0,00	0,00	0,01	0,02	116/07	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК)	180	0,28	0,01	21,49	88,13	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	750	38,86	38,17	109,57	939,42	13,60	0,46	0,27	1,88	0,06		
Полдник												
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,77	12,08	1,79	151,11	0,15	0,04	0,23	0,15	1,49	215/11	2012
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,60	58,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	315	10,66	13,47	25,48	264,24	0,89	0,08	0,25	0,15	1,49		
Всего за день:		63,03	64,12	211,73	1 684,36	75,89	0,73	0,85	2,10	1,60		

4 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	200/3	5,44	5,10	28,81	183,42	0,39	0,09	0,11	0,03	0,05	170/12	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/3	0,02	0,00	12,37	49,98	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008
Итого за прием пищи:	431	8,51	10,41	61,79	375,70	0,79	0,13	0,12	0,07	0,05		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		
Обед												
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ) ОТВАРНОЙ	60	1,41	0,09	2,95	18,16	1,87	0,04	0,02	0,00	0,00	4/07	к/к
ЩИ ДОНСКИЕ	200	4,25	5,21	11,20	109,65	13,86	0,07	0,07	0,17	0,00	30	2008
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,52	3,92	6,09	97,99	0,20	0,07	0,08	0,02	0,05	255/11	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	3,16	5,21	21,36	145,45	10,38	0,12	0,10	0,03	0,08	321/11	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,32	2,74	1,29	31,21	0,16	0,00	0,01	0,01	0,02	4/11	2012
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,27	0,05	33,03	133,45	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	382/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	755	23,21	17,67	103,69	668,15	26,90	0,40	0,32	0,23	0,15		
Полдник												
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	100	13,23	10,17	15,34	209,37	1,46	0,04	0,16	0,06	0,15	240/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,20	2,60	16,96	100,22	0,13	0,01	0,10	0,01	0,02	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
СНЕЖОК 2,5 %	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50	0,05	0,21	0,03	0,00	401	2012
Итого за прием пищи:	325	21,63	17,23	46,81	437,65	2,09	0,12	0,48	0,10	0,17		
Всего за день:		53,75	45,71	222,09	1 528,50	39,78	0,68	0,94	0,41	0,37		

5 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
		5,93	7,41	31,64	216,63	0,52	0,06	0,12	0,04	0,08	173/12	2012	
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	200/5	5,93	7,41	31,64	216,63	0,52	0,06	0,12	0,04	0,08	173/12	2012	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	3,02	14,78	98,20	0,52	0,03	0,10	0,02	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	430	12,77	12,93	66,98	436,19	1,07	0,13	0,24	0,07	0,08			
II Завтрак													
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-17840889 1-2016		
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	200	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00			
Обед													
ИКРА ОВОЩНАЯ	60	0,84	2,78	4,73	47,69	1,98	0,02	0,02	0,48	0,00	55/11	2012	
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПТИЦЕЙ	200/6	3,91	7,46	10,54	125,47	8,44	0,06	0,05	0,22	0,00	98/15	2008	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	15,36	14,80	6,11	218,85	0,61	0,06	0,11	0,04	0,01	308/11	2012	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	130/5	3,13	5,16	32,85	190,42	0,00	0,03	0,02	0,03	0,09	326	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,82	3,39	3,15	46,51	0,08	0,01	0,02	0,02	0,05	368	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	180	0,40	0,09	25,43	104,79	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	741	28,74	34,13	110,58	865,97	11,11	0,30	0,27	0,79	0,15			
Полдник													
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	5,64	6,14	18,87	154,41	0,73	0,06	0,15	0,03	0,03	171	2008	
БУЛОЧКА ОКТЯБРЕНОК	40	4,19	2,44	23,48	132,73	0,09	0,05	0,07	0,01	0,01	471	2012	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,79	13,80	92,34	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	395/11	2012	
Итого за прием пищи:	440	13,80	11,46	63,68	415,00	1,29	0,16	0,33	0,05	0,04			
Всего за день:		56,81	59,02	262,24	1 813,16	23,47	0,63	0,89	0,94	0,27			

1 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8,77	9,58	34,11	258,65	0,72	0,16	0,22	0,04	0,08	183/07	2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,69	58,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	430	12,02	14,99	69,41	459,72	0,72	0,20	0,23	0,08	0,08		
II Завтрак												
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ " ВИТОШКА"	100	0,15	0,03	18,35	74,14	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10860 10.590-002-17840891 2016	2016
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	200	0,55	0,43	28,15	121,14	10,24	0,03	0,02	0,01	0,00		
Обед												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4,20	0,01	0,03	0,11	0,00	93/04	2008
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	7,87	9,66	11,88	166,44	9,98	0,07	0,09	0,29	0,00	2/2	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	33,62	37,31	33,59	604,49	2,51	0,11	0,21	0,38	0,12	304/11	2012
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОСЛИВА	180	0,11	0,08	15,18	62,55	0,89	0,01	0,00	0,00	0,00	3/10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	705	47,02	52,84	93,04	1 037,12	17,58	0,30	0,37	0,78	0,12		
Полдник												
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	120	13,35	3,74	59,07	324,20	0,06	0,11	0,10	0,01	0,01	2/12	2008
МОЛОКО 3,2 %	180	5,32	5,87	8,62	110,00	0,98	0,05	0,20	0,03	0,00	4356/3,2	2008
Итого за прием пищи:	300	18,67	9,61	67,69	434,20	1,04	0,16	0,30	0,04	0,01		
Всего за день:		78,26	77,87	258,29	2 052,18	29,58	0,69	0,92	0,91	0,21		

2 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	5,83	8,53	22,06	189,05	1,36	0,11	0,14	0,06	0,08	182/07	2012	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,29	0,10	14,91	60,83	2,94	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008	
Итого за прием пищи:	435	10,18	11,13	57,53	371,24	4,33	0,15	0,16	0,07	0,08			
II Завтрак													
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016		
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	200	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00			
Обед													
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛКА)	60	0,62	0,05	3,31	16,80	2,40	0,03	0,03	1,20	0,00	24/96	2008	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ПТИЦЕЙ	200/6	8,91	14,15	14,76	223,39	5,14	0,11	0,08	0,21	0,00	81/11	2012	
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	70	10,35	18,39	10,46	248,72	0,00	0,23	0,07	0,00	0,00	269	2008	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,73	5,34	15,75	128,46	32,88	0,05	0,07	0,09	0,00	336/11	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	726	27,89	38,38	83,67	796,05	40,42	0,52	0,29	1,50	0,00			
Полдник													
КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ	200/5	8,07	8,64	32,76	241,80	0,56	0,16	0,18	0,04	0,08	180/12	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	40	3,06	1,53	19,86	105,34	0,00	0,04	0,02	0,01	0,08	485	2012	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,08	3,35	13,14	95,86	0,57	0,03	0,11	0,02	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	440	15,35	13,61	73,29	478,52	1,13	0,25	0,32	0,07	0,16			
Всего за день:		54,92	63,62	235,49	1 741,81	55,88	0,96	0,82	1,67	0,24			

3 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	200/5	3,29	5,09	33,64	193,73	0,12	0,03	0,04	0,03	0,08	176/12	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,60	26,56	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	2	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,78	14,56	108,14	0,57	0,03	0,12	0,02	0,00	397/11	2012
Итого за прием пищи:	435	10,00	10,03	75,36	433,23	0,74	0,10	0,17	0,05	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00	118	2008
Итого за прием пищи:	200	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00		
Обед												
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,30	2,97	6,62	59,81	3,03	0,03	0,03	0,99	0,00	54/11	2012
ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С ПТИЦЕЙ ,СМЕТАНОЙ	200/6/5	4,06	6,43	6,85	102,50	8,82	0,04	0,04	0,19	0,00	72/11	2012
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	15,41	17,50	6,26	244,02	0,67	0,06	0,11	0,04	0,00	306/11	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,67	6,42	39,20	248,95	0,00	0,23	0,12	0,02	0,08	171/07	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК)	180	0,00	0,00	13,94	55,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	731	33,72	33,77	100,64	843,25	12,52	0,46	0,34	1,24	0,08		
Полдник												
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	13,15	21,91	1,90	257,49	0,13	0,05	0,34	0,25	2,40	215/11	2012
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,87	59,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	315	15,05	23,30	25,86	371,70	0,87	0,09	0,36	0,25	2,40		
Всего за день:		59,67	67,30	209,96	1 691,18	74,13	0,69	0,90	1,55	2,56		

4 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ	200/5	4,53	7,31	19,34	162,09	0,52	0,05	0,11	0,04	0,08	171	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,08	3,35	13,14	95,86	0,57	0,03	0,11	0,02	0,00	394/11	2012
Итого за прием пищи:	430	10,66	15,97	53,09	400,25	1,09	0,12	0,23	0,10	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-17840889 1-2016	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		
Обед												
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ (КОНСЕРВИРОВАНЫЙ) ОТВАРНОЙ	60	1,80	0,12	3,78	23,28	2,40	0,05	0,03	0,00	0,00	4/07	к/к
ЩИ ДОНСКИЕ	200	5,37	11,60	3,96	143,33	6,85	0,03	0,05	0,22	0,14	30	2008
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	11,30	8,27	3,09	132,10	0,20	0,08	0,09	0,04	0,17	268	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	4,02	5,38	28,37	178,52	13,93	0,16	0,13	0,03	0,08	321/11	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,48	1,96	1,84	27,00	0,01	0,00	0,01	0,01	0,01	356/11	2012
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,10	0,03	16,09	65,27	0,13	0,01	0,00	0,00	0,00	2/10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	765	27,35	27,81	84,90	701,74	23,52	0,43	0,35	0,30	0,40		
Полдник												
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120	18,81	13,29	24,98	298,65	0,43	0,05	0,24	0,07	0,12	236/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,20	2,60	16,96	100,22	0,13	0,01	0,10	0,01	0,02	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
МОЛОКО 3,2 %	180	5,32	5,87	8,62	110,00	0,98	0,05	0,20	0,03	0,00	4356/3,2	2008
Итого за прием пищи:	345	27,47	21,85	58,09	544,39	1,54	0,13	0,55	0,11	0,14		
Всего за день:		65,88	66,03	205,88	1 693,38	36,15	0,71	1,15	0,52	0,62		

5 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ	200/5	6,15	7,89	30,69	219,10	0,52	0,12	0,12	0,04	0,08	182/07	2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,79	13,48	90,85	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	395/11	2012
Итого за прием пищи:	430	12,98	13,18	64,73	431,31	1,02	0,19	0,24	0,06	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00		
Обед												
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	60	1,01	1,82	5,93	44,15	2,80	0,01	0,02	0,00	0,00	59	2012
РАССОЛЬНИК "ДОМАШНИЙ"С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/6/5	4,51	8,94	11,62	145,63	8,37	0,07	0,07	0,18	0,00	75/11	2008
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	70	20,03	22,05	4,72	297,08	0,83	0,06	0,13	0,07	0,04	312/11	2012
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	130/5	3,13	5,16	32,85	190,42	0,00	0,03	0,02	0,03	0,09	326	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,39	0,51	2,49	16,28	0,41	0,01	0,00	0,06	0,01	1.370	2012
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60	0,02	0,00	0,00	0,00	399г	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	746	34,25	39,11	103,20	903,20	16,01	0,30	0,28	0,34	0,14		
Полдник												
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	200/5	5,51	6,84	30,99	206,46	0,23	0,06	0,07	0,04	0,09	173/12	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2,88	2,40	21,78	121,71	0,00	0,06	0,00	0,02	0,00	471	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,87	59,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	440	9,73	9,43	75,17	423,15	0,23	0,14	0,08	0,06	0,09		
Всего за день:		58,46	62,22	264,10	1 853,66	27,26	0,67	0,65	0,49	0,31		

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП (ГРЕЧНЕВАЯ, ОВСЯНАЯ, ПШЕННАЯ) С МАСЛОМ 150/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ 150/5	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 150/3	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 150/5	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 150/5	КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 150/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 150/5	КАША "РИСОВАЯ" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 150/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ 180/3	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ 150/3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 20/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 20/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5
ЧАЙ С САХАРОМ 170	ЧАЙ С МОЛОКОМ 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170	КАКАО С МОЛОКОМ 170	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 170/3	ЧАЙ С САХАРОМ 170	КАКАО С МОЛОКОМ 170	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 170/3	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 50
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 70	БАНАН СВЕЖИЙ 95
Обед									
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ 30	ИКРА ОВОЩНАЯ 30	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	ИКРА МОРКОВНАЯ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 30	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 30	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ) ОТВАРНОЙ 30	ИКРА МОРКОВНАЯ 30
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 150/5	СУП С ТОМАТОМ, ЯЙЦОМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 150/6	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ 150/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ 150/20	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 150/6/5	СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ 150/20	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ, ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ 150/6/5	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150	СУП СВЕКОЛЬНИК 150
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 50	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 50	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 50	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 50	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 50	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ 50	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 60	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 110/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 60/3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	СОУС СМЕТАННЫЙ 15	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ 110/5
СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	СОУС СМЕТАННЫЙ 15	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 15	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	КАПУСТА СВЕЖАЯ ТУШЕНАЯ 50	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 15	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 110/5	СОУС МОЛОЧНЫЙ 15
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 150	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 150	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 150	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 150	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 15
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 80	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 100/15	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 80	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 80	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ 150/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 80	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 150/5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150
МОЛОКО 3,2 % 150		ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150		МОЛОКО 3,2 % 150		ЧАЙ С САХАРОМ 150	СНЕЖОК 2,5 % 150	

1 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

1 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)												
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
	150/5	7,43	9,28	30,51	236,11	0,54	0,12	0,17	0,05	0,25	188/11	2012
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП (ГРЕЧНЕВАЯ,ОВСЯНАЯ,ПШЕННАЯ) С МАСЛОМ	20/5	1,15	4,56	7,75	76,70	0,00	0,02	0,01	0,04	0,08	14	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	170	0,19	0,09	13,88	55,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	350	8,77	13,93	52,14	368,34	0,54	0,14	0,18	0,09	0,33		
Итого за прием пищи:												
II Завтрак												
	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399 г/11	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	120	0,25	0,05	16,71	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:												
Обед												
	30	0,84	1,80	2,34	28,84	1,12	0,02	0,01	0,00	0,00	245	2012
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ	150/5	4,44	6,63	7,09	106,27	6,93	0,04	0,05	0,14	0,00	2/2	2008
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	50	10,67	16,54	7,47	221,55	0,46	0,04	0,09	0,07	0,12	307	2012
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	110	4,11	0,49	26,33	126,23	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	317/11	2012
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	350/11	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	150	0,84	0,18	35,55	148,66	0,00	0,04	0,03	0,00	0,00	376/11	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	540	23,44	27,56	94,25	720,92	8,55	0,24	0,22	0,22	0,15		
Итого за прием пищи:												
Полдник												
	80	10,97	7,64	13,74	169,70	0,29	0,03	0,12	0,04	0,09	237/11	2012
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	20	1,47	1,74	11,36	67,13	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82	0,04	0,17	0,03	0,00	4356/3,2	2008
МОЛОКО 3,2 %	265	17,86	14,40	38,64	359,09	1,19	0,11	0,37	0,08	0,10		
Итого за прием пищи:		50,32	55,94	201,74	1 469,85	11,28	0,50	0,77	0,39	0,58		
Всего за день:												

2 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

2 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)												
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
	150/5	4,84	7,56	19,70	166,71	0,40	0,10	0,10	0,03	0,07	182/07	2008
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	20/5	2,02	1,68	6,84	50,86	0,03	0,02	0,02	0,01	0,00	3/13	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	170	2,91	3,17	12,38	90,43	0,54	0,03	0,11	0,02	0,00	394/11	2012
ЧАЙ С МОЛОКОМ	350	9,77	12,41	38,92	308,00	0,97	0,15	0,23	0,06	0,07		
Итого за прием пищи:												
II Завтрак												
	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388/07	2008
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	145	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00		
Итого за прием пищи:												
Обед												
	30	0,46	1,40	2,28	23,68	1,65	0,01	0,01	0,16	0,00	55/11	2012
ИКРА ОВОЩНАЯ	150/6	4,53	5,61	8,74	103,66	0,69	0,04	0,03	0,03	0,05	80/11	2008
СУП С ТОМАТОМ ,ЯЙЦОМ,ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	50	10,23	17,77	7,47	230,65	0,00	0,23	0,07	0,00	0,00	269	2008
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	110	2,15	3,85	14,17	100,44	6,60	0,08	0,08	0,48	0,06	322/11	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВОЮ	15	0,21	0,57	0,87	9,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	354/11	2012
СОУС СМЕТАННЫЙ	150	0,23	0,04	27,52	111,21	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	382/11	2012
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	541	19,94	29,46	74,94	645,21	9,30	0,41	0,21	0,67	0,11		
Итого за прием пищи:												
Полдник												
	100/15	5,53	6,85	16,03	148,70	0,04	0,03	0,04	0,04	0,05	206/11	2012
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	150	0,17	0,08	12,38	49,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	280	6,84	7,02	35,94	233,75	0,04	0,05	0,05	0,04	0,05		
Итого за прием пищи:												
Всего за день:												
		37,98	49,37	169,75	1 278,16	19,81	0,65	0,54	0,79	0,23		

3 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

3 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)												
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	150/3	3,01	3,56	23,42	137,81	0,00	0,06	0,01	0,02	0,06	66/07	2012
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/10	0,60	0,22	10,46	46,21	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,62	2,64	12,72	85,76	0,44	0,03	0,09	0,01	0,00	395/11	2012
Итого за прием пищи:	353	6,23	6,42	46,60	269,78	0,49	0,10	0,10	0,03	0,06		
II Завтрак												
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399 г/11	2008
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	120	0,25	0,05	16,71	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00		
Обед												
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	30	0,31	0,02	1,66	8,40	1,20	0,01	0,02	0,60	0,00	24/96	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/5	4,22	6,76	4,08	94,62	8,14	0,03	0,04	0,14	0,00	2	2012
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,20	13,34	5,10	185,18	0,48	0,04	0,08	0,05	0,05	306/11	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00	0,15	0,00	0,03	0,00	171/07	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	350/11	2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,23	0,00	24,62	100,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	401	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	540	24,76	27,12	79,37	662,67	9,86	0,28	0,17	0,83	0,08		
Полдник												
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	9,11	16,35	2,34	193,19	0,21	0,04	0,25	0,18	1,57	215/11	2012
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,57	2,79	10,96	79,96	0,48	0,02	0,09	0,01	0,00	394/11	2012
Итого за прием пищи:	265	13,38	20,43	22,39	327,90	1,43	0,10	0,36	0,19	1,57		
Всего за день:		44,62	54,02	165,07	1 281,85	12,78	0,49	0,63	1,05	1,71		

4 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

4 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)												
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
	150/5	6,10	11,48	26,55	234,59	0,52	0,09	0,14	0,06	0,15	170/12	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	20/5	1,15	4,56	7,75	76,70	0,00	0,02	0,01	0,04	0,08	14	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	170	3,47	3,57	13,79	102,37	0,54	0,03	0,11	0,02	0,00	397/11	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	350	10,72	19,61	48,09	413,66	1,06	0,14	0,26	0,12	0,23		
Итого за прием пищи:												
II Завтрак												
	50	0,16	0,07	4,57	22,68	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00	398/11	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	120	0,16	0,07	16,33	22,68	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00		
Итого за прием пищи:												
Обед												
	30	0,57	2,67	2,31	35,70	2,10	0,01	0,02	0,06	0,00	93/04	2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150/20	3,68	1,86	10,78	74,82	5,50	0,07	0,05	0,12	0,01	84/11	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	50	12,36	2,55	3,08	84,59	0,62	0,06	0,07	0,22	0,15	256/11	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	110	2,72	3,38	28,26	153,39	0,00	0,02	0,00	0,02	0,00	317/11	2008
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	15	0,18	0,73	1,04	11,57	0,30	0,00	0,00	0,03	0,01	116/07	2012
СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,15	0,08	20,86	86,27	1,50	0,02	0,00	0,75	0,00	3/10	2008
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ЯБЛОК	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	555	21,79	11,49	80,22	512,45	10,02	0,23	0,16	1,20	0,17		
Итого за прием пищи:												
Полдник												
	80	15,35	11,13	13,87	220,68	0,95	0,03	0,18	0,06	0,19	236/11	2012
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	20	0,59	0,72	0,96	12,28	0,05	0,00	0,02	0,00	0,00	490/13	2008
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	150	0,16	0,08	12,17	48,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	265	17,24	12,02	34,53	317,14	1,00	0,05	0,21	0,06	0,19		
Итого за прием пищи:												
Всего за день:		49,91	43,19	179,17	1 265,93	32,08	0,42	0,64	1,42	0,59		

5 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150/5	4,16	5,20	23,43	156,36	0,18	0,04	0,05	0,03	0,07	173/12	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5	2,03	3,50	6,85	67,32	0,03	0,02	0,02	0,03	0,03	3/13	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170/3	0,28	0,09	14,10	57,51	2,78	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008
Итого за прием пищи:	353	6,47	8,79	44,38	281,19	2,99	0,06	0,07	0,06	0,10		
II Завтрак												
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399/11	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	145	1,68	0,53	24,90	112,70	10,50	0,05	0,05	0,02	0,00		
Обед												
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,66	1,49	3,34	30,08	1,54	0,02	0,02	0,49	0,00	54/11	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/6/5	4,36	5,68	9,87	108,34	4,14	0,06	0,05	0,14	0,05	76/11	2008
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	50	10,62	14,48	3,28	185,73	0,44	0,03	0,07	0,05	0,08	312/11	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	110/5	2,97	3,98	20,96	131,91	10,29	0,12	0,10	0,02	0,06	321/11	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	350/11	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2/10	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	551	21,15	27,55	64,54	591,87	16,45	0,28	0,27	0,71	0,22		
Полдник												
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,40	3,44	12,80	96,34	0,39	0,03	0,08	0,02	0,02	171	2008
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,76	6,44	29,87	192,34	0,00	0,05	0,02	0,00	0,02	469/11	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,16	0,08	12,17	48,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	350	7,32	9,96	54,84	337,34	0,39	0,08	0,10	0,02	0,04		
Всего за день:		36,62	46,83	188,66	1 323,10	30,33	0,47	0,49	0,81	0,36		

1 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

1 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛИ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)												
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150/5	4,53	7,36	20,03	165,37	0,59	0,06	0,13	0,04	0,07	180/12	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	0,88	6,72	6,00	88,00	0,00	0,02	0,00	0,06	0,00	14	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,19	0,09	13,88	55,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	350	5,60	14,17	39,91	308,90	0,59	0,08	0,13	0,10	0,07		
II Завтрак												
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50	0,18	0,08	6,10	25,75	50,00	0,00	0,00	0,04	0,00	398/11	2008
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012
Итого за прием пищи:	120	0,18	0,08	17,86	25,75	50,00	0,00	0,00	0,04	0,00		
Обед												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,57	2,67	2,31	35,70	2,10	0,01	0,02	0,06	0,00	93/04	2008
СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/20	5,03	5,33	11,55	114,46	5,91	0,07	0,07	0,13	0,00	100	2012
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,20	13,34	5,10	185,18	0,48	0,04	0,08	0,05	0,05	305/11	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	60/3	1,28	2,11	8,57	58,57	4,15	0,05	0,04	0,01	0,03	321/11	2008
КАПУСТА СВЕЖАЯ ТУШЕНАЯ	50	1,21	1,81	5,04	42,06	10,73	0,02	0,02	0,03	0,00	336/11	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	543	21,42	25,48	58,08	548,52	23,37	0,24	0,25	0,28	0,08		
Полдник												
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	10,97	7,64	13,85	170,14	0,30	0,03	0,12	0,04	0,09	237/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,74	11,36	67,13	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
МОЛОКО 3,2 %	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82	0,04	0,17	0,03	0,00	4356/3,2	2008
Итого за прием пищи:	265	18,01	14,36	39,92	364,46	1,20	0,10	0,37	0,08	0,10		
Всего за день:		45,21	54,09	155,77	1 247,63	75,16	0,42	0,75	0,50	0,25		

2 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5	4,07	5,30	21,82	151,41	0,18	0,07	0,06	0,03	0,07	182/07	2012	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5	2,58	5,00	4,25	75,23	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	3/13	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,47	3,57	13,79	102,37	0,54	0,03	0,11	0,02	0,00	397/11	2012	
Итого за прием пищи:	350	10,12	13,87	39,86	329,01	0,72	0,11	0,17	0,10	0,07			
II Завтрак													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399/11	2008	
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368r/11	2008	
Итого за прием пищи:	145	1,68	0,53	24,90	112,70	10,50	0,05	0,05	0,02	0,00			
Обед													
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	30	0,36	0,02	2,13	10,19	1,00	0,00	0,01	0,00	0,00	24/96	2012	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ,ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ	150/6/5	4,12	5,60	6,50	93,15	5,23	0,05	0,05	0,14	0,05	99/07	2008	
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	50	10,23	17,77	7,47	230,65	0,00	0,23	0,07	0,00	0,00	269	2008	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00	0,15	0,00	0,03	0,00	171/07	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	350/11	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	546	23,51	30,39	71,63	654,33	6,27	0,48	0,16	0,18	0,08			
Полдник													
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ	150/5	2,63	14,96	15,92	210,05	9,19	0,08	0,07	0,63	0,17	137/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,57	2,79	10,96	79,96	0,48	0,02	0,09	0,01	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	320	6,34	17,84	34,41	325,53	9,67	0,12	0,17	0,64	0,17			
Всего за день:		41,65	62,63	170,80	1 421,57	27,16	0,76	0,55	0,94	0,32			

3 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,69	6,43	22,34	162,60	0,40	0,03	0,09	0,03	0,07	176/12	2008	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/10	0,60	0,22	10,46	46,21	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	3	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170/3	0,28	0,09	14,10	57,51	2,78	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008	
Итого за прием пищи:	358	4,57	6,74	46,90	266,32	3,23	0,04	0,09	0,03	0,07			
II Завтрак													
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50	0,16	0,07	4,57	22,68	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00	398/11	2012	
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012	
Итого за прием пищи:	120	0,16	0,07	16,33	22,68	20,00	0,00	0,01	0,04	0,00			
Обед													
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	30	0,31	0,02	1,66	8,40	1,20	0,01	0,02	0,60	0,00	24/96	2008	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150	4,64	6,58	3,91	93,97	8,16	0,03	0,04	0,13	0,00	2	2012	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,80	11,47	5,13	170,80	0,50	0,04	0,08	0,03	0,00	308/11	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,97	3,41	22,64	137,66	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	317/11	2008	
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	15	0,30	0,81	1,29	13,79	0,28	0,00	0,00	0,01	0,00	4/10	2012	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,45	0,08	23,78	98,28	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	4/10	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	535	23,60	22,59	72,30	589,01	10,14	0,19	0,16	0,78	0,00			
Полдник													
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,56	14,84	1,36	169,34	0,10	0,03	0,20	0,16	1,39	215/11	2012	
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,17	0,08	12,38	49,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	265	9,43	16,21	22,83	273,62	0,84	0,07	0,22	0,16	1,39			
Всего за день:		37,76	45,61	158,36	1 151,63	34,21	0,30	0,48	1,01	1,46			

4 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ	180/3	4,10	3,53	15,62	111,55	0,72	0,06	0,00	0,01	0,00	171	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,15	4,56	7,75	76,70	0,00	0,02	0,01	0,04	0,08	14	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,16	0,08	12,26	49,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	358	5,41	8,17	35,63	237,27	0,72	0,08	0,01	0,05	0,08			
II Завтрак													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399/11	2008	
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	70	0,00	0,00	11,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2012	
Итого за прием пищи:	120	0,25	0,05	16,71	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00			
Обед													
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАНый) ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4/07	к/к	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	3,68	1,86	10,78	74,82	5,50	0,07	0,05	0,12	0,01	87/11	2012	
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	12,67	2,76	5,36	96,82	1,91	0,07	0,07	0,03	0,04	258	2012	
СОУС СМЕТАННЫЙ	15	0,21	0,57	0,87	9,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	354/11	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	110/5	2,97	3,98	20,96	131,91	10,29	0,12	0,10	0,02	0,06	321/11	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОКО)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНый	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	550	22,56	9,45	65,37	437,20	18,90	0,33	0,25	0,17	0,11			
Полдник													
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	80	10,49	9,61	16,90	198,09	0,26	0,03	0,14	0,05	0,15	236/11	2012	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,73	11,31	66,81	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНый	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
СНЕЖОК 2,5 %	150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42	0,04	0,18	0,02	0,00	401	2012	
Итого за прием пищи:	265	17,32	15,07	41,56	377,54	0,76	0,10	0,40	0,08	0,16			
Всего за день:		45,54	32,74	159,27	1 073,51	21,38	0,52	0,66	0,30	0,35			

5 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МА́СЛОМ	150/3	3,80	4,73	23,19	150,57	0,00	0,11	0,01	0,02	0,07	182/07	2012	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5	2,58	5,00	4,25	75,23	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	3/13	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,62	2,64	12,72	85,76	0,44	0,03	0,09	0,01	0,00	395/11	2012	
Итого за прием пищи:	348	9,00	12,37	40,16	311,56	0,44	0,15	0,10	0,08	0,07			
II Завтрак													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	4,95	21,50	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	399г/11	2008	
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	145	1,68	0,53	24,90	112,70	10,50	0,05	0,05	0,02	0,00			
Обед													
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,66	1,49	3,34	30,08	1,54	0,02	0,02	0,49	0,00	54/11	2012	
СУП СВЕКОЛЬНИК	150	4,90	6,71	8,61	114,72	5,71	0,05	0,06	0,11	0,00	67/08	2012	
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,93	28,38	5,24	324,09	0,51	0,04	0,09	0,13	0,32	306/11	2008	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	110/5	2,67	4,38	27,96	161,93	0,00	0,02	0,02	0,02	0,08	326	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,41	1,70	1,58	23,26	0,04	0,00	0,01	0,01	0,03	350/11	2008	
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	150	0,40	0,08	30,95	125,80	0,64	0,01	0,01	0,00	0,00	382/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	540	23,10	42,96	91,57	845,99	8,44	0,19	0,23	0,76	0,43			
Полдник													
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	4,16	5,20	23,43	156,36	0,18	0,04	0,05	0,03	0,07	173/12	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,57	2,79	10,96	79,96	0,48	0,02	0,09	0,01	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	320	7,87	8,08	41,92	271,84	0,66	0,08	0,15	0,04	0,07			
Всего за день:		41,65	63,94	198,55	1 542,09	20,04	0,47	0,53	0,90	0,57			

МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП (ГРЕЧНЕВАЯ, ОВСЯНА, ПШЕННАЯ) С МАСЛОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 200/5	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 200/5	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 200/5	КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ 200/5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 200/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ 200/5
БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40	БАТОН 40
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ПОВИДЛО 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ПОВИДЛО 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/3	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/3	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" 100
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 95	АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 95
Обед									
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ 60	ИКРА ОВОЩНАЯ 60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА) 60	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ) ОТВАРНОЙ 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60
СВЕКОЛЬНИК 200	СУП С ТОМАТОМ, ЯЙЦОМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/6/5	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ 200/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/20	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/6/5	СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/20	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ, ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ 200/6/5	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП СВЕКОЛЬНИК 200
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР (ЗАПЕЧЕННЫЕ) 70	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 70	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 70	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 70	РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 200	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 70	КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ) 70	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 70	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 70
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 50	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 150/5	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ 130/5
СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 100	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ЯБЛОК 180	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК) 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) 180	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОКО) 180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 30
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ 30
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200/5	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 120	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ 180/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 120/5	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 200/5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	МОЛОКО 3,2 % 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 180		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ 15	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 40
МОЛОКО 3,2 % 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180			ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	СНЕЖОК 2,5 % 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180

1 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП (ГРЕЧНЕВАЯ,ОВСЯНАЯ,ПШЕННАЯ) С МАСЛОМ	200/5	9,82	12,26	40,27	311,80	0,72	0,16	0,22	0,07	0,33	188/11	2012	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	430	13,07	17,67	75,59	512,93	0,72	0,20	0,23	0,11	0,33			
II Завтрак													
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	24,00	43,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10860 10.590-002-17840891 2016	2016	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	33,80	90,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00			
Обед													
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ	60	1,68	3,60	4,68	57,69	2,23	0,05	0,02	0,00	0,00	245	2012	
СВЕКОЛЬНИК	200	4,37	6,75	11,48	124,61	7,53	0,06	0,06	0,14	0,00	67/08	2012	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР (ЗАПЕЧЕННЫЕ)	70	9,62	17,73	10,44	240,07	0,43	0,04	0,09	0,08	0,17	307	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,60	0,66	35,90	172,13	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	317/11	2012	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,82	3,39	3,15	46,51	0,08	0,01	0,02	0,02	0,05	350/11	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	750	26,37	32,58	106,97	827,43	10,27	0,33	0,25	0,24	0,22			
Полдник													
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	13,71	9,52	17,47	213,21	0,38	0,03	0,15	0,05	0,11	237/11	2012	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,47	1,73	11,31	66,81	0,08	0,01	0,07	0,01	0,01	490/13	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
МОЛОКО 3,2 %	180	5,32	5,87	8,62	110,00	0,98	0,05	0,20	0,03	0,00	4356/3,2	2008	
Итого за прием пищи:	315	21,64	17,21	44,93	425,54	1,44	0,11	0,43	0,09	0,12			
Всего за день:			61,48	67,86	261,29	1 855,90	22,43	0,67	0,93	0,45	0,67		

2 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,39	8,92	26,02	210,61	0,53	0,13	0,13	0,04	0,08	182/07	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	3,02	14,78	98,20	0,52	0,03	0,10	0,02	0,00	394/11	2012
Итого за прием пищи:	430	13,23	14,44	61,36	430,17	1,08	0,20	0,25	0,07	0,08		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00	368/11	2008
Итого за прием пищи:	200	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00		
Обед												
ИКРА ОВОЩНАЯ	60	0,92	2,80	4,56	47,36	3,30	0,02	0,02	0,32	0,00	55/11	2012
СУП С ТОМАТОМ ,ЯЙЦОМ,ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/6/5	4,00	5,44	11,51	111,16	0,83	0,05	0,03	0,03	0,06	80/11	2008
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	70	9,86	15,12	6,80	202,63	0,02	0,23	0,08	0,00	0,00	269	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	5,23	19,31	136,83	9,00	0,11	0,10	0,65	0,08	322/11	2012
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,48	1,96	1,84	27,00	0,01	0,00	0,01	0,01	0,01	356/11	2012
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,27	0,05	33,03	133,45	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00	382/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	761	22,74	31,05	104,82	790,67	13,59	0,51	0,28	1,01	0,15		
Полдник												
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	8,26	10,17	23,97	221,65	0,06	0,05	0,06	0,06	0,08	206/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	40	3,06	1,53	19,86	105,34	0,00	0,04	0,02	0,01	0,08	485	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	385	12,66	11,89	66,07	421,34	0,06	0,11	0,09	0,07	0,16		
Всего за день:		50,13	57,88	253,25	1 738,18	24,73	0,86	0,67	1,18	0,39		

3 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200/5	6,82	7,82	35,69	241,26	0,52	0,11	0,12	0,04	0,07	66/07	2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,60	26,56	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	2	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,79	13,80	92,34	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	395/11	2012
Итого за прием пищи:	435	12,69	11,77	76,65	464,96	1,04	0,18	0,23	0,05	0,07		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00	118	2008
Итого за прием пищи:	200	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00		
Обед												
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	60	0,62	0,05	3,31	16,80	2,40	0,03	0,03	1,20	0,00	24/96	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	4,14	7,31	5,39	104,70	10,80	0,03	0,05	0,18	0,00	2	2012
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	15,68	18,67	7,14	259,16	0,67	0,05	0,11	0,06	0,06	306/11	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,54	6,93	38,78	251,61	0,00	0,21	0,00	0,03	0,00	171/07	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	725	33,26	33,41	94,01	810,95	13,87	0,42	0,23	1,47	0,06		
Полдник												
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,77	12,08	1,79	151,11	0,15	0,04	0,23	0,15	1,49	215/11	2012
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,08	3,35	13,14	95,86	0,57	0,03	0,11	0,02	0,00	394/11	2012
Итого за прием пищи:	315	13,55	16,72	24,02	301,72	1,46	0,11	0,36	0,17	1,49		
Всего за день:		60,40	62,10	202,78	1 620,63	76,37	0,75	0,85	1,70	1,62		

4 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	200/5	8,07	15,16	35,11	310,08	0,69	0,12	0,18	0,08	0,20	170/12	2008	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,78	14,56	108,14	0,57	0,03	0,12	0,02	0,00	397/11	2012	
Итого за прием пищи:	430	14,79	24,25	70,28	560,52	1,26	0,19	0,31	0,14	0,20			
II Завтрак													
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00			
Обед													
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4,20	0,01	0,03	0,11	0,00	93/04	2008	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,83	2,37	13,96	96,75	7,11	0,10	0,06	0,16	0,02	84/11	2012	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	9,10	3,28	4,32	83,23	0,66	0,05	0,07	0,31	0,21	256/11	2012	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,70	4,60	38,50	209,00	0,00	0,03	0,00	0,03	0,00	317/11	2008	
СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	0,35	1,46	2,08	23,14	0,59	0,00	0,00	0,05	0,03	116/07	2012	
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ЯБЛОК	180	0,21	0,12	24,30	100,36	1,44	0,01	0,01	0,00	0,00	3/10	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	770	23,61	17,62	115,55	716,12	14,00	0,30	0,21	0,66	0,26			
Полдник													
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120	23,03	16,66	20,64	330,13	1,42	0,05	0,27	0,10	0,28	236/11	2012	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	0,89	1,07	1,44	18,39	0,08	0,00	0,03	0,01	0,00	490/13	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	345	25,26	17,92	44,32	442,87	1,50	0,07	0,31	0,11	0,28			
Всего за день:		64,06	60,19	239,95	1 766,51	26,76	0,59	0,85	0,92	0,74			

5 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	5,50	5,80	30,98	197,02	0,23	0,06	0,06	0,03	0,08	173/12	2012	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/3	0,02	0,00	12,37	49,98	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008	
Итого за прием пищи:	433	9,58	8,30	63,91	368,36	0,66	0,10	0,08	0,04	0,08			
II Завтрак													
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-17840889-1-2016		
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	200	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	0,04	0,05	0,03	0,00			
Обед													
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,32	2,97	6,68	60,16	3,09	0,03	0,03	0,99	0,00	54/11	2012	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/6/5	4,13	6,57	13,11	128,51	5,45	0,07	0,06	0,17	0,00	76/11	2008	
РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	200	17,09	21,96	17,32	335,61	8,71	0,13	0,15	0,28	0,00	3/9	2008	
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,10	0,03	16,09	65,27	0,13	0,01	0,00	0,00	0,00	2/10	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	711	26,92	31,98	80,97	721,79	17,38	0,34	0,28	1,44	0,00			
Полдник													
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	5,64	6,14	18,87	154,41	0,73	0,06	0,15	0,03	0,03	171	2008	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,76	6,44	29,87	192,34	0,00	0,05	0,02	0,00	0,02	469	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	435	9,60	12,68	63,45	405,58	0,73	0,11	0,17	0,03	0,05			
Всего за день:		47,60	53,46	229,33	1 591,73	28,77	0,59	0,58	1,54	0,13			

1 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ	200/5	5,99	9,78	26,51	219,14	0,77	0,08	0,17	0,05	0,09	180/12	2008	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008	
Итого за прием пищи:	430	9,24	15,19	61,83	420,27	0,77	0,12	0,18	0,09	0,09			
II Завтрак													
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	24,00	43,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10860 10.590-002-17840891 2016	2016	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	33,80	90,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00			
Обед													
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4,20	0,01	0,03	0,11	0,00	93/04	2008	
СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	3,90	4,23	14,96	113,80	7,54	0,09	0,07	0,16	0,00	100	2012	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	15,68	18,67	7,14	259,16	0,67	0,05	0,11	0,06	0,06	305/11	2008	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	50	1,12	1,87	7,58	51,82	3,68	0,04	0,04	0,01	0,03	321/11	2008	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,49	3,53	10,50	85,34	21,92	0,04	0,05	0,06	0,00	336/11	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОК)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	710	28,61	34,09	84,19	760,20	38,01	0,33	0,34	0,40	0,09			
Полдник													
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	120	13,35	3,74	59,07	324,20	0,06	0,11	0,10	0,01	0,01	2/12	2008	
МОЛОКО 3,2 %	180	5,32	5,87	8,62	110,00	0,98	0,05	0,20	0,03	0,00	4356/3,2	2008	
Итого за прием пищи:	300	18,67	9,61	67,69	434,20	1,04	0,16	0,30	0,04	0,01			
Всего за день:		56,92	59,29	247,51	1 704,67	49,82	0,64	0,84	0,54	0,19			

2 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	5,83	8,53	22,06	189,05	1,36	0,11	0,14	0,06	0,08	182/07	2012	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	3,71	14,89	108,33	0,57	0,03	0,12	0,02	0,00	397/11	2012	
Итого за прием пищи:	430	13,45	14,74	57,51	418,74	1,96	0,18	0,28	0,09	0,08			
II Завтрак													
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-17840889 1-2016		
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	195	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00			
Обед													
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	60	0,73	0,05	4,27	20,37	2,00	0,01	0,02	0,00	0,00	24/96	2012	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ,ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ	200/6/5	3,99	5,89	8,51	103,43	6,80	0,06	0,06	0,18	0,06	99/07	2008	
КОТЛЕТЫ "ОСОБЫЕ" (СВИНИНА ПОСТНАЯ)	70	9,86	15,12	6,80	202,63	0,02	0,23	0,08	0,00	0,00	269	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,82	3,39	3,15	46,51	0,08	0,01	0,02	0,02	0,05	350/11	2008	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,54	6,93	38,78	251,61	0,00	0,21	0,00	0,03	0,00	171/07	2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	180	0,00	0,00	13,94	55,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	761	28,22	31,83	103,22	812,52	8,90	0,62	0,22	0,23	0,11			
Полдник													
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ	180/5	3,14	17,84	18,94	250,38	10,96	0,09	0,09	0,75	0,20	137/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	40	3,27	2,56	23,14	128,63	0,00	0,04	0,02	0,00	0,02	473	2012	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,08	3,35	13,14	95,86	0,57	0,03	0,11	0,02	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	420	10,63	23,84	62,75	510,39	11,53	0,18	0,23	0,77	0,22			
Всего за день:		53,73	70,89	243,43	1 832,85	31,89	1,02	0,78	1,11	0,41			

3 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,88	8,47	29,52	214,60	0,53	0,04	0,12	0,04	0,09	176/12	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,60	26,56	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	2	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/3	0,02	0,00	12,37	49,98	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	393/11	2008
Итого за прием пищи:	438	7,94	9,63	69,05	395,94	0,98	0,08	0,13	0,04	0,09		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00	118	2008
Итого за прием пищи:	200	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	0,04	0,03	0,01	0,00		
Обед												
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКА)	60	0,62	0,05	3,31	16,80	2,40	0,03	0,03	1,20	0,00	24/96	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,44	3,98	5,22	63,24	10,68	0,02	0,03	0,16	0,00	2	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,47	9,93	7,20	160,04	0,46	0,04	0,07	0,03	0,00	308/11	2012
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,42	4,65	30,90	187,93	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	317/11	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,60	1,63	2,57	27,58	0,56	0,01	0,01	0,02	0,01	4/10	2012
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,54	0,09	28,53	117,91	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	4/10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	750	23,37	20,78	105,50	705,74	14,10	0,28	0,18	1,42	0,01		
Полдник												
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,77	12,08	1,79	151,11	0,15	0,04	0,23	0,15	1,49	215/11	2012
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	20	0,56	1,20	1,56	19,23	0,74	0,02	0,01	0,00	0,00		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	315	10,67	13,47	25,59	264,69	0,89	0,08	0,25	0,15	1,49		
Всего за день:		42,88	44,08	208,24	1 409,37	75,97	0,48	0,59	1,62	1,59		

4 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Завтрак												
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ	200/5	4,55	3,91	17,33	123,82	0,80	0,06	0,00	0,02	0,00	171	2008
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,71	58,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392/11	2008
Итого за прием пищи:	430	7,80	9,32	52,65	324,95	0,80	0,10	0,01	0,06	0,00		
II Завтрак												
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		2008
Итого за прием пищи:	200	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00		
Обед												
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАНый) ОТВАРНОЙ	60	1,80	0,12	3,78	23,28	2,40	0,05	0,03	0,00	0,00	4/07	к/к
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,91	2,48	14,38	99,76	7,33	0,10	0,06	0,17	0,02	87/11	2012
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,54	3,56	7,13	110,60	2,46	0,08	0,07	0,04	0,06	258	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	4,00	5,38	28,24	177,87	13,86	0,16	0,13	0,03	0,08	321/11	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,41	1,13	1,75	18,92	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	354/11	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЯБЛОКО)	180	0,00	0,00	13,94	55,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376/11	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНый	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008
Итого за прием пищи:	765	27,94	13,12	96,99	618,40	26,06	0,49	0,34	0,25	0,16		
Полдник												
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120/5	15,55	14,22	25,19	294,03	0,38	0,05	0,21	0,08	0,22	236/11	2012
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,21	2,61	17,01	100,54	0,13	0,01	0,10	0,01	0,02	490/13	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНый	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008
СНЕЖОК 2,5 %	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50	0,05	0,21	0,03	0,00	401	2012
Итого за прием пищи:	350	23,96	21,29	56,71	522,63	1,01	0,13	0,53	0,12	0,24		
Всего за день:		60,10	44,13	216,15	1 512,98	37,87	0,75	0,90	0,44	0,40		

5 ДЕНЬ 4 НЕДЕЛЯ (ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
Завтрак													
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ	200/5	5,05	6,30	30,78	200,08	0,00	0,14	0,02	0,03	0,10	182/07	2012	
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	14	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,06	1,34	0,00	16,56	0,03	0,00	0,01	0,01	0,00	14	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,79	13,48	90,85	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	395/11	2012	
Итого за прием пищи:	430	11,88	11,59	64,82	412,29	0,50	0,21	0,14	0,05	0,10			
II Завтрак													
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ " ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	РЦ.10.86.10.590-003-178408891-2016		
БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00	368/11	2008	
Итого за прием пищи:	195	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50	0,04	0,05	0,02	0,00			
Обед													
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,32	2,97	6,68	60,16	3,09	0,03	0,03	0,99	0,00	54/11	2012	
СУП СВЕКОЛЬНИК	200	4,07	6,45	11,48	120,69	7,52	0,06	0,06	0,14	0,00	67/08	2012	
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	15,68	18,67	7,14	259,16	0,67	0,05	0,11	0,06	0,06	306/11	2008	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	130/5	3,13	5,16	32,85	190,42	0,00	0,03	0,02	0,03	0,09	326	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,82	3,39	3,15	46,51	0,08	0,01	0,02	0,02	0,05	350/11	2008	
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,47	0,09	37,14	150,96	0,77	0,01	0,01	0,00	0,00	382/11	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	701/11	2008	
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	700/11	2008	
Итого за прием пищи:	735	29,77	37,18	126,21	960,14	12,13	0,29	0,29	1,24	0,20			
Полдник													
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	5,51	6,84	30,99	206,46	0,23	0,06	0,07	0,04	0,09	173/12	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	701/11	2008	
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2,88	2,40	21,78	121,71	0,00	0,06	0,00	0,02	0,00	471	2008	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,08	3,35	13,14	95,86	0,57	0,03	0,11	0,02	0,00	394/11	2012	
Итого за прием пищи:	440	12,61	12,68	73,44	459,55	0,80	0,17	0,19	0,08	0,09			
Всего за день:		55,69	61,93	284,42	1 923,18	22,93	0,71	0,67	1,39	0,39			