



**Двухнедельное ( 10-дневное) меню на летне-осенний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9 и 10,5 часовым пребыванием**

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>Неделя 1</b>																
<b>1 день</b>																
Завтрак:	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209 М.П.Могильный 2005
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С	130	4,79	5,78	23,34	171,90	0,05	0,02	0,67	2,29	15,73	19,65	32,21	1,11	№ 433 А.Я.Перевалов 2012
		Я	110	4,05	4,89	19,76	145,40	0,04	0,02	2,46	1,93	13,31	16,60	27,25	0,94	
	Булочка «Ладушка» витаминно-йодированная	С	25	2,75	0,55	26,80	139,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,69	14,91	0,00	0,63	№ 1 М.П.Могильный 2005
		Я	25	2,75	0,55	26,80	139,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,69	14,91	0,00	0,63	
	Масло «сладко-сливочное "Крестьянское" (творожники) 72,5%	С	7	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный 2012
		Я	5	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>402</b>	<b>12,71</b>	<b>10,95</b>	<b>61,54</b>	<b>418,30</b>	<b>0,08</b>	<b>0,20</b>	<b>0,77</b>	<b>2,32</b>	<b>59,52</b>	<b>35,96</b>	<b>111,79</b>	<b>3,05</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>360</b>	<b>11,96</b>	<b>10,06</b>	<b>56,85</b>	<b>387,40</b>	<b>0,07</b>	<b>0,20</b>	<b>2,56</b>	<b>1,96</b>	<b>56,00</b>	<b>32,81</b>	<b>106,55</b>	<b>2,85</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80	0,24	0,72	1,80	4,60	18,78	15,96	136,00	0,65	№ 108 М.П.Могильный 2005
		Я	150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,18	0,54	1,35	6,30	25,80	19,80	102,00	1,08	
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	С	150	14,44	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12	№ 594 А.И.Злобнов 2005
		Я	150	14,44	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12	
	Компот из лимонов	С	180	0,41	0,09	30,59	124,74	0,01	0,01	0,00	11,61	7,06	5,85	0,00	0,22	№ 859 А.И.Злобнов 2005
		Я	150	0,33	0,07	25,49	103,95	0,01	0,01	0,00	9,67	5,88	4,87	0,00	0,18	
	Хлеб пшеничный	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,40	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>652</b>	<b>21,62</b>	<b>30,53</b>	<b>82,36</b>	<b>687,90</b>	<b>2,32</b>	<b>0,93</b>	<b>5,49</b>	<b>36,30</b>	<b>111,37</b>	<b>68,84</b>	<b>379,91</b>	<b>4,91</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>530</b>	<b>19,53</b>	<b>29,64</b>	<b>61,56</b>	<b>592,21</b>	<b>1,89</b>	<b>0,73</b>	<b>4,75</b>	<b>36,06</b>	<b>104,28</b>	<b>80,85</b>	<b>321,78</b>	<b>4,95</b>	
Полдник	Каша жидкая молочная рисовая	С	150/3,75	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,00	3,70	11,50	18,40	0,24	№ 182 М.П.Могильный 2005
		Я	130/3,25	1,42	3,31	14,65	94,47	0,01	0,02	0,42	0,00	3,21	9,97	15,92	0,21	
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)	С	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	1,43	137,00	19,20	108,00	0,43	№ 397 М.П.Могильный 2012
		Я	150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,00	0,00	0,11	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>330</b>	<b>5,31</b>	<b>7,01</b>	<b>32,72</b>	<b>216,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,63</b>	<b>1,43</b>	<b>140,70</b>	<b>30,70</b>	<b>126,40</b>	<b>0,67</b>
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>280</b>	<b>4,57</b>	<b>6,03</b>	<b>27,61</b>	<b>183,47</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,53</b>	<b>0,00</b>	<b>94,71</b>	<b>23,47</b>	<b>105,92</b>	<b>0,66</b>	
<b>Всего за день: сад</b>		С	<b>1384</b>	<b>39,64</b>	<b>48,49</b>	<b>176,62</b>	<b>1322,20</b>	<b>2,41</b>	<b>1,15</b>	<b>6,89</b>	<b>40,05</b>	<b>311,59</b>	<b>135,50</b>	<b>618,10</b>	<b>8,63</b>	
<b>Всего за день: ясли</b>		Я	<b>1170</b>	<b>36,06</b>	<b>45,73</b>	<b>146,02</b>	<b>1163,08</b>	<b>1,97</b>	<b>0,95</b>	<b>7,84</b>	<b>38,02</b>	<b>254,99</b>	<b>137,13</b>	<b>534,25</b>	<b>8,46</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
<i>2 день</i>																
Завтрак	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	С	180/9	7,10	15,90	47,70	362,00	0,05	0,03	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 183
		Я	150/7,5	5,33	11,93	35,76	271,50	0,04	0,03	0,50	0,00	130,76	24,70	104,10	0,45	М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 3
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,17	А.Я.Перевалов, 2012 г.
	Сыр полутвердый "Российский" (порциями) 50%	С	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,00	0,00	0,00	0,11	132,00	5,25	0,00	0,15	№ 3 М.П.Могильный, 2012 г.
		Я	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,00	0,00	0,00	0,07	88,00	3,50	0,00	0,10	
	Кофейный напиток с молоком 2,5% (1 вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	1,31	125,70	14,00	120,00	1,31	№ 395
Я		180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>415</b>	<b>11,74</b>	<b>18,72</b>	<b>71,71</b>	<b>502,30</b>	<b>1,10</b>	<b>0,03</b>	<b>0,42</b>	<b>1,31</b>	<b>141,58</b>	<b>43,64</b>	<b>244,92</b>	<b>2,51</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>355</b>	<b>9,28</b>	<b>14,44</b>	<b>55,89</b>	<b>390,65</b>	<b>0,98</b>	<b>0,03</b>	<b>0,64</b>	<b>0,00</b>	<b>243,56</b>	<b>40,90</b>	<b>212,10</b>	<b>1,16</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С	50	0,72	1,91	1,97	14,58	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№ 700 А.И.Здобного, 2005г.
		Я	30	0,43	1,14	1,18	24,31	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,75	0,00	1,04	6,60	19,68	21,60	97,68	0,86	№ 103
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85	0,56	0,00	0,78	0,06	1,94	27,18	73,26	15,00	М.П.Могильный 2005
	Коллеты рубленые из бройлер-цыплят, масло сливочное 72,5%	С	70/5	10,73	9,67	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	№ 295 М.П.Могильный 2005
		Я	50/5	7,66	6,91	7,77	124,16	0,03	0,05	1,85	0,25	9,33	8,75	35,00	0,70	
	Каша рассыпчатая с овощами (крупа рисовая)	С	130	3,03	3,24	30,06	161,20	0,03	0,03	0,70	0,52	9,88	26,43	70,81	0,53	№ 166
		Я	110	2,57	2,74	25,44	136,40	0,02	0,02	0,59	0,44	8,36	22,37	59,91	0,45	М.П.Могильный 2012
	Компот из сухофруктов: смеси сушеных плодов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,14	50,73	5,40	81,90	1,42	№ 522
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	8,00	0,00	34,80	0,44	№ 122
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,00	0,00	26,10	0,33	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>657</b>	<b>11,88</b>	<b>8,18</b>	<b>105,99</b>	<b>528,98</b>	<b>2,79</b>	<b>0,09</b>	<b>2,74</b>	<b>16,01</b>	<b>126,86</b>	<b>79,93</b>	<b>343,65</b>	<b>4,78</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>520</b>	<b>9,29</b>	<b>6,18</b>	<b>82,18</b>	<b>430,14</b>	<b>2,23</b>	<b>0,07</b>	<b>2,14</b>	<b>5,75</b>	<b>50,70</b>	<b>104,30</b>	<b>274,92</b>	<b>19,23</b>	
Полдник	Запеканка из творога	С	120/30	21,05	14,46	20,58	296,48	0,0000	0,0000	0,00	0,2900	176,76	26,64	0,00	0,83	№ 223
		Я	100/30	17,54	12,05	17,15	247,00	0,0000	0,0000	0,00	0,2400	147,30	22,20	0,00	0,69	М.П.Могильный 2005
	Кефир 2,5% или ряженка 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 386
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	М.П.Могильный 2005
		<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>330</b>	<b>26,05</b>	<b>18,39</b>	<b>27,93</b>	<b>381,54</b>	<b>0,07</b>	<b>0,31</b>	<b>0,18</b>	<b>1,55</b>	<b>392,76</b>	<b>51,84</b>	<b>162,00</b>	<b>1,01</b>
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>280</b>	<b>21,74</b>	<b>15,33</b>	<b>23,28</b>	<b>317,89</b>	<b>0,06</b>	<b>0,26</b>	<b>0,15</b>	<b>1,29</b>	<b>327,30</b>	<b>43,20</b>	<b>135,00</b>	<b>0,84</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1402</b>	<b>49,67</b>	<b>45,29</b>	<b>205,63</b>	<b>1412,82</b>	<b>3,96</b>	<b>0,43</b>	<b>3,34</b>	<b>18,87</b>	<b>661,20</b>	<b>175,41</b>	<b>750,57</b>	<b>8,30</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1155</b>	<b>40,31</b>	<b>35,95</b>	<b>161,35</b>	<b>1138,68</b>	<b>3,27</b>	<b>0,36</b>	<b>2,93</b>	<b>7,04</b>	<b>621,56</b>	<b>188,40</b>	<b>622,02</b>	<b>21,23</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры		
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe			
<i>3 день</i>																	
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121	
		Я	150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	М.П.Могильный 2005	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 1 А.Я.Первалов, 2012	
		Я	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный, 2012 г.	
	Масло сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5%	С	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01		
		Я	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394	
	Чай с молоком 2,5%	С	180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37	М.П.Могильный 2012	
Я		415	7,36	12,25	31,16	264,16	0,14	0,35	0,36	2,01	247,29	32,69	245,98	0,60			
	Итого: сад	С	415	7,36	12,25	31,16	264,16	0,14	0,35	0,36	2,01	247,29	32,69	245,98	0,60		
	Итого: ясли	Я	355	6,32	9,78	27,02	221,30	0,12	0,50	0,31	1,78	218,32	28,88	211,17	0,53		
2- завтрак	Молоко 2,5% кипяченое	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385	
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	М.П.Могильный 2005	
Обед	Икра овощная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50	0,00	0,00	0,00	2,18	16,03	11,10	0,00	0,47	№ 55	
		Я	30	0,39	1,24	2,15	21,30	0,00	0,00	0,00	1,31	9,62	6,66	0,00	0,28	М.П.Могильный 2012	
	Суп картофельный с крупой (рисовой)	С	200	1,58	2,18	11,66	72,60	0,09	0,06	1,14	6,60	18,44	20,00	164,00	0,71	№ 101	
		Я	150	1,18	1,64	8,75	54,45	0,07	0,05	0,90	4,95	13,83	15,00	123,00	0,53	М.П.Могильный 2005	
	Плов из птицы	С	150	14,17	11,96	25,08	264,40	0,06	0,13	5,60	2,02	38,40	30,00	150,00	2,75	№ 304	
		Я	150	14,17	11,96	25,08	264,40	0,06	0,13	5,60	2,02	38,40	30,00	150,00	2,75	М.П.Могильный 2012	
	Кисель из повидла, джема, варенья	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383	
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	М.П.Могильный 2012	
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	А.Я.Первалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Первалов 2012	
		Итого: сад	С	657	21,96	16,97	95,94	621,70	2,16	0,25	7,66	10,86	111,50	75,51	412,26	6,21	
		Итого: ясли	Я	540	20,07	15,44	77,46	529,90	1,78	0,22	7,21	8,33	87,15	76,67	350,70	5,55	
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	С	60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46	№ 557 А.Я.Первалов 2012	
		Я	60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46		
	Чай с лимоном	С	200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393	
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	М.П.Могильный 2012	
		Итого: сад	С	260	3,76	4,26	33,20	185,62	0,06	0,05	0,75	0,19	13,30	0,72	35,10	1,26	
		Итого: ясли	Я	210	3,70	4,25	29,00	169,12	0,06	0,05	0,75	0,19	13,76	0,72	35,10	1,18	
	Всего за день: сад	С	1332	33,08	33,48	160,30	1071,48	2,36	0,65	8,77	13,06	372,09	108,92	693,34	8,07		
	Всего за день: ясли	Я	1105	30,09	29,47	133,48	920,32	1,96	0,77	8,27	10,30	319,23	106,27	596,97	7,26		

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
<i>4 день</i>																
Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	С	180/4,5	6,68	6,53	32,75	219,36	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 279
		Я	150/3,75	5,57	5,44	27,29	182,80	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82	А.Я.Перевалов 2012
	Бутерброд с повидлом	С	20/15,5	2,62	3,42	29,53	159,27	0,03	0,02	0,32	0,07	6,93	7,20	18,71	0,56	№ 2 М.П.Могильный 2005
		Я	15/10,5	1,96	2,56	22,14	119,45	0,02	0,01	0,23	0,05	4,95	5,14	13,36	0,40	
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
Итого: сад	С	407	13,50	13,58	69,56	497,30	0,15	0,07	0,74	0,07	140,81	54,84	263,63	2,14		
Итого: ясли	Я	350	11,20	11,19	65,25	409,25	0,12	0,05	0,87	0,05	124,65	46,04	225,46	1,76		
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Икра марковная	С	50	1,17	2,30	6,17	50,05	0,00	0,00	0,00	3,37	19,12	14,82	0,00	0,88	№75 М.П.Могильный, 2005г.
		Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,00	0,00	0,00	2,02	11,47	8,89	0,00	0,53	
	Суп картофельный с бобовыми	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06	№ 102
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,05	0,04	0,61	7,20	33,12	21,24	132,50	0,05	М.П.Могильный 2005
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46	0,08	0,03	0,76	0,00	10,88	15,60	41,11	0,95	№ 115
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64	0,05	0,02	0,51	0,00	7,25	10,40	27,41	0,63	М.П.Могильный 2012
	Рыба, тушенная в томате с овощами	С	70/70	13,35	7,19	6,01	142,15	0,00	0,00	0,00	2,88	36,14	45,15	0,00	0,63	№354, А.Я.Перевалов 2012г.
		Я	50/50	9,53	5,13	4,29	101,53	0,00	0,00	0,00	2,05	25,81	32,25	0,00	0,45	
	Каша рассыпчатая гречневая	С	130/4,5	7,46	5,28	33,49	211,25	0,00	0,00	0,00	0,00	12,85	117,72	0,00	3,95	№ 302
		Я	110/4	6,31	4,47	28,34	178,75	0,00	0,00	0,00	0,00	10,87	99,61	0,00	3,34	М.П.Могильный 2005
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,00	0,00	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№521 А.Я.Перевалов, 2012 г.
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,00	0,00	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012
Итого: сад	С	662	26,66	14,99	84,03	575,06	2,09	0,12	1,94	16,59	139,74	107,36	259,82	4,44		
Итого: ясли	Я	540	19,11	10,64	58,48	407,26	1,71	0,10	1,49	13,17	101,59	92,88	216,01	3,36		
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	М.П.Могильный 2012
	Кондитерские изделия печенье, пряники, вафли	С	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 602, 603, 604
		Я	15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
Итого: сад	С	375	5,43	12,27	52,88	343,95	0,11	0,10	0,96	6,87	55,07	19,46	56,54	1,97		
Итого: ясли	Я	285	3,61	9,35	36,29	243,80	0,09	0,07	0,67	5,81	43,57	13,55	39,41	1,41		
Всего за день: сад	С	1444	45,59	40,84	206,47	1416,31	2,34	0,29	3,64	23,53	335,62	181,66	579,99	8,55		
Всего за день: ясли	Я	1175	33,92	31,18	160,02	1060,31	1,92	0,22	3,03	19,03	269,81	152,47	480,88	6,53		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
<i>5 день</i>																
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,82	142,93	20,75	153,20	0,22	№ 121 М.П.Могильный 2005
		Я	150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 1 А.Я.Перевалов, 2012 г.
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,17	
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (порциями)72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный, 2012 г.
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01	
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,022	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	3,14	14,20	2,40	0,00	0,35	№ 393 М.П.Могильный 2012
Я		180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72		
<b>Итого: сад</b>	С	<b>407</b>	<b>5,98</b>	<b>4,75</b>	<b>36,28</b>	<b>211,66</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>0,24</b>	<b>3,96</b>	<b>161,13</b>	<b>23,15</b>	<b>153,20</b>	<b>0,79</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>350</b>	<b>4,82</b>	<b>3,94</b>	<b>27,10</b>	<b>163,55</b>	<b>0,08</b>	<b>0,37</b>	<b>0,20</b>	<b>0,68</b>	<b>112,08</b>	<b>14,98</b>	<b>127,67</b>	<b>1,04</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	
Обед	Икра свекольная	С	50	1,17	2,30	6,17	50,05	0,00	0,00	0,00	3,37	19,12	14,82	0,00	3,37	№75 М.П.Могильный, 2005г.
		Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,00	0,00	0,00	2,02	11,47	8,89	0,00	2,02	
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	82,00	0,05	0,05	0,80	8,23	35,51	21,00	74,40	0,96	№ 57 М.П.Могильный 2012
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184 А.И.Злобнов 2005
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	
	Сельдь с луком	С	70	10,11	7,99	129,31	229,44	0,02	0,17	0,00	3,19	43,80	0,00	0,00	0,84	№76 М.П. Могильный 2005
		Я	70	10,11	7,99	129,31	229,44	0,02	0,17	0,00	3,19	43,80	0,00	0,00	0,84	
	Пюре картофельное	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,00	0,00	0,00	15,74	32,04	24,05	0,00	0,87	№ 312 М.П.Могильный 2005
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,00	0,00	0,00	13,32	27,11	20,35	0,00	0,74	
	Компот из сухофруктов: смеси сушеных плодов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,14	50,73	5,40	81,90	1,42	№ 522 А.Я.Перевалов 2012
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	42,75	24,75	68,25	2,10	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,02	0,32	0,00	4,00	0,00	17,40	0,22	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
<b>Итого: сад</b>	С	<b>707</b>	<b>21,04</b>	<b>19,78</b>	<b>222,20</b>	<b>736,45</b>	<b>2,07</b>	<b>0,29</b>	<b>1,80</b>	<b>30,71</b>	<b>209,54</b>	<b>67,07</b>	<b>248,42</b>	<b>9,06</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>550</b>	<b>18,51</b>	<b>17,08</b>	<b>199,48</b>	<b>624,30</b>	<b>1,71</b>	<b>0,27</b>	<b>1,49</b>	<b>33,77</b>	<b>148,29</b>	<b>89,75</b>	<b>207,57</b>	<b>7,84</b>		
Полдник	Ватрушка с творогом 2,5% или повидлом	С	75	9,51	4,03	23,40	168,00	0,07	0,10	0,79	0,07	7,36	18,51	77,31	0,45	№ 555 А.Я.Перевалов 2012 г.
		Я	60	7,61	3,22	18,72	134,40	0,07	0,10	0,79	0,06	7,36	18,51	77,31	0,45	
	Молоко 2, % кипяченое	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>260</b>	<b>15,62</b>	<b>9,47</b>	<b>33,51</b>	<b>281,30</b>	<b>0,15</b>	<b>0,42</b>	<b>1,00</b>	<b>2,80</b>	<b>260,16</b>	<b>42,97</b>	<b>266,91</b>	<b>0,66</b>	
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>210</b>	<b>12,19</b>	<b>7,30</b>	<b>26,30</b>	<b>219,40</b>	<b>0,13</b>	<b>0,34</b>	<b>0,95</b>	<b>2,11</b>	<b>196,96</b>	<b>40,61</b>	<b>219,51</b>	<b>0,61</b>		
	<b>Всего за день: сад</b>	С	<b>1374</b>	<b>42,64</b>	<b>34,00</b>	<b>291,99</b>	<b>1229,41</b>	<b>2,32</b>	<b>0,91</b>	<b>3,04</b>	<b>37,47</b>	<b>630,83</b>	<b>133,19</b>	<b>668,53</b>	<b>10,51</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1110</b>	<b>35,52</b>	<b>28,32</b>	<b>252,88</b>	<b>1007,25</b>	<b>1,92</b>	<b>0,98</b>	<b>2,64</b>	<b>36,56</b>	<b>457,33</b>	<b>145,34</b>	<b>554,75</b>	<b>9,49</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe		
<b>Неделя 2</b>																
<b>6 День</b>																
Завтрак	Каша жидкая молочная пшеничная	С	150/3,75	3,46	4,57	19,76	134,00	0,04	0,02	0,83	0,00	9,90	24,70	37,50	0,82	№ 182
		Я	130/3,25	3,00	3,96	17,13	116,13	0,03	0,02	0,72	0,00	8,58	21,41	32,50	0,71	М.П.Могильный 2005
	Булочка «Ладушка» витаминно-йодированная	С	25	2,75	0,55	26,80	139,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,69	14,91	0,00	0,63	№ 1
		Я	25	2,75	0,55	26,80	139,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,69	14,91	0,00	0,63	М.П.Могильный 2005
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (перцима)72,5%	С	7	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный 2012
		Я	5	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	1,17	113,10	12,60	108,00	0,12	№ 395 М.П.Могильный 2012
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00	0,78	0,00	0,12	0,98	94,25	10,50	90,00	0,10	
Итого: сад	С	402	9,02	7,51	59,31	356,90	0,98	0,02	0,97	1,17	133,69	52,21	145,50	1,57		
Итого: ясли	Я	360	8,09	6,51	54,56	325,13	0,82	0,02	0,84	0,98	113,52	46,82	122,50	1,44		
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Овощи отварные с маслом (свекла)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№700 А.И.Злобного, 2005г.
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80	0,24	0,72	1,80	4,60	18,78	15,96	136,00	0,65	№ 108
		Я	150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,18	0,54	1,35	6,30	25,80	19,80	102,00	1,08	М.П.Могильный 2005
	Жаркое из кур (вариант 2)	С	150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	№ 10.22 Цитдель-трейд 2005
		Я	150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	
	Кисель из повидла, джема, варенья	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,07	9,45	1,21	5,00	0,25	№ 383
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	М.П.Могильный 2012
	Хлеб пшеничный	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	7,00	0,00	30,47	0,38	№ 122
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	0,00	17,40	0,40	А.Я.Первалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	16,20	0,00	58,46	1,22	№ 123
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Первалов 2012
	Итого: сад	С	652	14,70	9,94	78,58	457,36	2,84	0,78	3,44	19,54	72,04	71,97	306,23	18,41	
	Итого: ясли	Я	530	12,39	8,30	58,76	358,98	2,41	0,58	2,70	17,72	61,97	85,71	247,30	18,65	
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	24,55	20,29	19,10	0,69	М.П.Могильный 2012
	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С	330	2,04	9,21	23,18	183,60	0,06	0,06	0,41	6,87	42,92	8,33	25,28	1,04	
	Итого: ясли	Я	280	1,73	7,80	20,21	157,80	0,05	0,05	0,35	5,81	34,55	21,59	21,60	0,97	
Всего за день: сад	С	1384	25,76	26,66	161,07	997,86	3,88	0,86	4,82	27,58	248,65	132,51	477,01	21,02		
Всего за день: ясли	Я	1170	22,21	22,61	133,53	841,91	3,28	0,65	3,88	24,51	210,04	154,12	391,40	21,06		

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>7 день</i>																
Завтрак	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	С	180/9	7,10	15,90	47,70	362,00	0,05	0,03	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 183
		Я	150/7,5	5,33	11,93	35,76	271,50	0,04	0,03	0,50	0,00	130,76	24,70	104,10	0,45	М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 3
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,17	А.Я.Перевалов, 2012 г.
	Сыр полутвердый "Российский" (порция)150%	С	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,00	0,00	0,00	0,11	132,00	5,25	0,00	0,15	№ 3 М.П.Могильный, 2012 г.
		Я	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,00	0,00	0,00	0,07	88,00	3,50	0,00	0,10	
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	17,28	118,67	0,00	0,00	0,15	1,60	152,93	22,27	120,00	0,55	№ 397
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
<b>Итого: сал</b>	С	<b>415</b>	<b>12,82</b>	<b>19,69</b>	<b>74,82</b>	<b>527,67</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>0,42</b>	<b>1,60</b>	<b>168,81</b>	<b>51,91</b>	<b>244,92</b>	<b>1,75</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>355</b>	<b>10,14</b>	<b>15,24</b>	<b>58,96</b>	<b>413,75</b>	<b>0,04</b>	<b>0,03</b>	<b>0,64</b>	<b>0,00</b>	<b>243,56</b>	<b>40,90</b>	<b>212,10</b>	<b>1,16</b>		
2- завтрак	Молоко 2,5% кипяченое	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	М.П.Могильный 2005
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С	50	0,72	1,91	1,97	14,58	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№700 А.И.Здобного, 2005г.
		Я	30	0,43	1,14	1,18	24,31	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Суп картофельный с крупой (рисовой)	С	200	1,58	2,18	11,66	72,60	0,09	0,06	1,14	6,60	18,44	20,00	164,00	0,71	№ 101
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	М.П.Могильный 2005
	Биточки из говядины, масло сливочное 72,5%	С	70/30	10,42	7,87	10,47	154,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,36	20,30	0,00	1,04	№ 268
		Я	50/30	7,44	5,62	7,48	110,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,83	14,50	0,00	0,74	М.П.Могильный 2005
	Макаронные изделия отварные с овощами	С	130	4,79	5,78	23,34	171,90	0,05	0,02	0,67	2,29	15,73	19,65	32,21	1,11	№ 433
		Я	110	4,05	4,89	19,76	145,40	0,04	0,02	2,46	1,93	13,31	16,60	27,25	0,94	А.Я.Перевалов 2012
	Компот из лимонов	С	180	0,41	0,09	30,59	124,74	0,01	0,01	0,00	11,61	7,06	5,85	0,00	0,22	№ 859 А.И.Здобнов 2005
		Я	150	0,33	0,07	25,49	103,95	0,01	0,01	0,00	9,67	5,88	4,87	0,00	0,18	
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	8,00	0,00	34,80	0,44	№ 122
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,00	0,00	26,10	0,33	А.Я.Перевалов 2012
Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123	
	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
<b>Итого: сал</b>	С	<b>737</b>	<b>29,56</b>	<b>22,18</b>	<b>102,86</b>	<b>712,69</b>	<b>2,17</b>	<b>0,24</b>	<b>10,84</b>	<b>27,36</b>	<b>105,56</b>	<b>95,89</b>	<b>269,26</b>	<b>5,10</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>580</b>	<b>21,65</b>	<b>17,70</b>	<b>75,34</b>	<b>558,94</b>	<b>1,78</b>	<b>0,20</b>	<b>9,59</b>	<b>37,48</b>	<b>79,99</b>	<b>89,67</b>	<b>289,75</b>	<b>4,26</b>		
Полдник	Запеканка из творога	С	140/20	20,40	3,73	30,93	238,66	0,04	0,04	0,00	0,00	120,11	0,00	0,00	12,03	№ 223
		Я	120/20	17,85	3,26	23,20	208,83	0,01	0,02	0,00	0,00	90,01	0,00	0,00	4,17	М.П.Могильный 2005
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	3,14	14,20	2,40	0,00	0,35	№ 393
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сал</b>	С	<b>350</b>	<b>40,93</b>	<b>7,48</b>	<b>73,16</b>	<b>522,82</b>	<b>0,07</b>	<b>0,08</b>	<b>0,00</b>	<b>3,15</b>	<b>254,42</b>	<b>2,40</b>	<b>0,00</b>	<b>24,41</b>	
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>280</b>	<b>35,77</b>	<b>6,53</b>	<b>53,50</b>	<b>446,66</b>	<b>0,02</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>0,10</b>	<b>185,88</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>9,06</b>		
	<b>Всего за день: сал</b>	С	<b>1502</b>	<b>83,31</b>	<b>49,35</b>	<b>250,84</b>	<b>1763,18</b>	<b>2,29</b>	<b>0,36</b>	<b>11,26</b>	<b>32,11</b>	<b>528,79</b>	<b>150,20</b>	<b>514,18</b>	<b>31,26</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1215</b>	<b>67,56</b>	<b>39,47</b>	<b>187,80</b>	<b>1419,35</b>	<b>1,84</b>	<b>0,28</b>	<b>10,23</b>	<b>37,58</b>	<b>509,43</b>	<b>130,57</b>	<b>501,85</b>	<b>14,48</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe		
<i>8 день</i>																
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	С	180/4,5	1,96	4,58	20,27	130,70	0,01	0,03	0,59	0,13	27,00	3,60	22,08	0,05	№ 182 М.П.Могильный 2005
		Я	150/3,75	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 1 А.Я.Перевалов, 2012 г.
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,17	
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (порошок) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный, 2012 г.
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01	
	Чай с молоком 2,5%	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012
Я		180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37		
<b>Итого: сал</b>	С	<b>407</b>	<b>6,45</b>	<b>7,34</b>	<b>46,03</b>	<b>276,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,19</b>	<b>0,71</b>	<b>1,46</b>	<b>157,50</b>	<b>19,00</b>	<b>114,86</b>	<b>0,68</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>350</b>	<b>5,45</b>	<b>6,28</b>	<b>38,61</b>	<b>233,25</b>	<b>0,05</b>	<b>0,16</b>	<b>0,60</b>	<b>1,31</b>	<b>139,40</b>	<b>16,90</b>	<b>101,90</b>	<b>0,58</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
Я		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		
Обед	Суп-лапша домашняя	С	200	1,77	4,05	9,54	81,80	0,04	0,01	0,33	0,40	15,76	8,36	23,44	0,47	№ 218 А.И.Здобнов 2005
		Я	150	1,32	3,04	7,15	61,35	0,03	0,01	0,25	0,30	11,82	6,27	17,58	0,35	
	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят, масло сливочное 72,5%	С	70/5	10,73	9,67	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	№ 295 М.П.Могильный 2005
		Я	50/5	7,66	6,91	7,77	124,16	0,03	0,05	1,85	0,25	9,33	8,75	35,00	0,70	
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63	0,00	0,00	0,13	0,00	105,70	15,60	104,00	0,52	№ 321 М.П.Могильный 2005
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61	0,00	0,00	0,11	0,00	89,50	13,20	88,00	0,44	
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,00	0,00	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521 А.Я.Перевалов, 2012 г.
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,00	0,00	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	
Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
<b>Итого: сал</b>	С	<b>657</b>	<b>21,09</b>	<b>18,94</b>	<b>80,93</b>	<b>576,61</b>	<b>2,10</b>	<b>0,14</b>	<b>3,95</b>	<b>3,09</b>	<b>177,11</b>	<b>52,65</b>	<b>269,70</b>	<b>4,37</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>520</b>	<b>15,87</b>	<b>14,32</b>	<b>60,62</b>	<b>436,33</b>	<b>1,71</b>	<b>0,11</b>	<b>2,90</b>	<b>2,45</b>	<b>139,19</b>	<b>54,92</b>	<b>214,08</b>	<b>3,59</b>		
Полдник	Оладьи	С	120/30	10,44	9,36	63,63	381,00	0,00	0,00	0,00	0,65	116,88	45,35	0,00	1,85	№ 449 М.П.Могильный, 2012г.
		Я	100/30	9,05	8,11	55,15	330,00	0,00	0,00	0,00	0,56	101,30	39,30	0,00	1,60	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	
	<b>Итого: сал</b>	С	<b>260</b>	<b>10,51</b>	<b>9,38</b>	<b>74,73</b>	<b>425,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,68</b>	<b>127,98</b>	<b>46,75</b>	<b>2,78</b>	<b>2,16</b>	
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>210</b>	<b>9,11</b>	<b>8,13</b>	<b>65,14</b>	<b>370,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,59</b>	<b>111,30</b>	<b>40,60</b>	<b>2,50</b>	<b>1,88</b>		
<b>Всего за день: сал</b>	С	<b>1324</b>	<b>38,05</b>	<b>35,66</b>	<b>201,69</b>	<b>1278,51</b>	<b>2,15</b>	<b>0,33</b>	<b>4,68</b>	<b>5,24</b>	<b>462,59</b>	<b>118,40</b>	<b>387,34</b>	<b>7,21</b>		
<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1080</b>	<b>30,43</b>	<b>28,73</b>	<b>164,37</b>	<b>1039,58</b>	<b>1,76</b>	<b>0,27</b>	<b>3,52</b>	<b>4,35</b>	<b>389,89</b>	<b>112,42</b>	<b>318,48</b>	<b>6,05</b>		



Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
<i>9 день</i>																
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	С	180/2	5,17	4,69	16,95	130,70	0,05	0,13	0,57	4,68	109,44	18,00	86,40	0,40	№ 120 М.П.Могильный 2005
		Я	150/1,5	4,31	3,91	14,13	108,90	0,05	0,11	0,48	3,90	91,20	15,00	72,00	0,33	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 1 А.Я.Перевалов, 2012 г.
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,17	
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный, 2012 г.
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01	
	Кофейный напиток с молоком 2,5% (1 вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 395 М.П.Могильный 2012
Я		180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54		
<b>Итого: сад</b>	С	<b>407</b>	<b>9,81</b>	<b>7,51</b>	<b>40,96</b>	<b>271,00</b>	<b>1,10</b>	<b>0,13</b>	<b>0,72</b>	<b>4,68</b>	<b>235,44</b>	<b>36,00</b>	<b>206,40</b>	<b>1,22</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>350</b>	<b>8,26</b>	<b>6,42</b>	<b>34,26</b>	<b>228,05</b>	<b>0,99</b>	<b>0,11</b>	<b>0,62</b>	<b>3,90</b>	<b>204,00</b>	<b>31,20</b>	<b>180,00</b>	<b>1,04</b>		
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
Я		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№700 А.И.Здобного, 2005г.
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Свекольник	С	200	1,74	3,53	9,67	92,62	0,00	0,00	0,00	6,99	30,19	0,00	0,00	6,99	№ 145 А.Я.Перевалов 2012
		Я	150	1,31	2,65	7,25	69,46	0,00	0,00	0,00	5,24	22,64	0,00	0,00	5,24	
	Сельдь с луком	С	70	10,11	7,99	129,31	229,44	0,02	0,17	0,00	3,19	43,80	0,00	0,00	0,84	№76 М.П. Могильный 2005
		Я	70	10,11	7,99	129,31	229,44	0,02	0,17	0,00	3,19	43,80	0,00	0,00	0,84	
	Каша рассыпчатая с овощами	С	130	3,03	3,24	30,06	161,20	0,03	0,03	0,70	0,52	9,88	26,43	70,81	0,53	№ 166 М.П.Могильный 2012
		Я	110	2,57	2,74	25,44	136,40	0,02	0,02	0,59	0,44	8,36	22,37	59,91	0,45	
	Кисель из повидла, джема, варенья	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383 М.П.Могильный 2012
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	
	Хлеб пшеничный	С	25	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	20	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
<b>Итого: сад</b>	С	<b>722</b>	<b>13,16</b>	<b>16,89</b>	<b>109,94</b>	<b>668,40</b>	<b>2,04</b>	<b>0,13</b>	<b>1,94</b>	<b>48,94</b>	<b>162,43</b>	<b>99,89</b>	<b>217,37</b>	<b>11,06</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>570</b>	<b>10,68</b>	<b>13,14</b>	<b>87,74</b>	<b>533,30</b>	<b>1,68</b>	<b>0,11</b>	<b>1,70</b>	<b>39,50</b>	<b>125,96</b>	<b>93,59</b>	<b>187,17</b>	<b>8,81</b>		
Полдник	Омлет натуральный, масло сливочное 72,5	С	80	7,52	13,46	1,51	157,00	0,05	0,31	0,15	0,21	100,54	16,90	138,60	2,55	№ 210 М.П.Могильный 2005
		Я	60	5,73	11,04	1,10	127,00	0,04	0,24	0,12	0,18	85,07	14,30	105,10	2,16	
	Кондитерские изделия: печенье, пряник, вафли	С	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 602, 603, 604 А.Я.Перевалов 2012
		Я	15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	
	Кефир 2,5% или ряженка 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 386 М.П.Могильный 2005
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
Я		10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20		
<b>Итого: сад</b>	С	<b>305</b>	<b>15,91</b>	<b>20,45</b>	<b>38,56</b>	<b>402,41</b>	<b>0,17</b>	<b>0,66</b>	<b>0,88</b>	<b>1,47</b>	<b>328,69</b>	<b>53,23</b>	<b>331,86</b>	<b>3,66</b>		
<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>235</b>	<b>11,81</b>	<b>15,87</b>	<b>23,31</b>	<b>283,89</b>	<b>0,14</b>	<b>0,52</b>	<b>0,59</b>	<b>1,23</b>	<b>271,72</b>	<b>41,69</b>	<b>257,91</b>	<b>2,82</b>		
<b>Всего за день: сад</b>	С	<b>1434</b>	<b>38,88</b>	<b>44,85</b>	<b>189,46</b>	<b>1341,81</b>	<b>3,31</b>	<b>0,91</b>	<b>3,54</b>	<b>55,09</b>	<b>726,56</b>	<b>189,12</b>	<b>755,63</b>	<b>15,94</b>		
<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1155</b>	<b>30,75</b>	<b>35,43</b>	<b>145,31</b>	<b>1045,24</b>	<b>2,81</b>	<b>0,74</b>	<b>2,91</b>	<b>44,63</b>	<b>601,68</b>	<b>166,48</b>	<b>625,08</b>	<b>12,67</b>		

Прим пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
<i>10 дней</i>																
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180/4,5	2,88	4,58	19,32	129,60	0,05	0,03	0,99	0,00	7,80	5,04	45,00	0,29	№ 181
		Я	150/3,75	2,40	3,82	16,10	108,00	0,04	0,02	0,83	0,00	6,50	4,20	37,50	0,24	М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	№ 1
		Я	5	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,17	А.Я.Перевалов, 2012 г.
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (порошок) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1,68	0,00	0,00	0,01	№ 1 М.П.Могильный, 2012 г.
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,01	
	Чай с молоком 2,5%	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394
Я		180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37	М.П.Могильный 2012	
	<b>Итого: сал</b>	<b>С</b>	<b>415</b>	<b>5,91</b>	<b>12,26</b>	<b>35,34</b>	<b>274,60</b>	<b>0,09</b>	<b>0,19</b>	<b>1,11</b>	<b>1,33</b>	<b>138,98</b>	<b>20,44</b>	<b>137,78</b>	<b>0,71</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>385</b>	<b>5,11</b>	<b>9,79</b>	<b>30,50</b>	<b>230,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,16</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>121,60</b>	<b>18,10</b>	<b>121,00</b>	<b>0,62</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Овощи отварные с маслом (свекла)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№700 А.И.Злобного, 2005г.
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Борщ Ставропольский	С	200	1,45	3,93	10,20	82,00	0,05	0,05	0,80	8,23	35,51	21,00	74,40	0,96	№ 57 Сборник Ставр фирм.блюд
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	А.И.Злобнов 2005
	Рыба, тушеная в томате с овощами	С	70/70	13,35	7,19	6,01	142,15	0,00	0,00	0,00	2,88	35,14	45,15	0,00	0,63	№354 А.Я.Перевалов 2012
		Я	50/50	9,53	5,13	4,29	101,53	0,00	0,00	0,00	2,05	25,81	32,25	0,00	0,45	
	Каша рассыпчатая (рисовая)	С	130/5,8	2,90	2,60	29,90	247,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,85	117,72	0,00	3,95	№302
		Я	110/4,95	2,40	2,20	25,30	209,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,87	99,61	0,00	3,34	М.П.Могильный 2005
	Компот из лимонов	С	180	0,41	0,09	30,59	124,74	0,01	0,01	0,00	11,61	7,06	5,85	0,00	0,22	№ 859 А.И.Злобнов 2005
		Я	150	0,33	0,07	25,49	103,95	0,01	0,01	0,00	9,67	5,88	4,87	0,00	0,18	
	Хлеб пшеничный	С	5	1,14	0,12	7,38	35,25	0,03	0,01	0,32	0,00	3,00	0,00	17,40	0,165	№ 122
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	2,91	0,06	0,39	0,00	29,97	0,00	87,69	1,83	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74	1,94	0,04	0,26	0,00	19,98	0,00	58,46	1,22	№ 123
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сал</b>	<b>С</b>	<b>682</b>	<b>30,24</b>	<b>19,61</b>	<b>84,75</b>	<b>627,82</b>	<b>2,06</b>	<b>0,12</b>	<b>1,70</b>	<b>33,56</b>	<b>150,45</b>	<b>132,85</b>	<b>166,52</b>	<b>4,12</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>550</b>	<b>25,23</b>	<b>15,70</b>	<b>68,70</b>	<b>513,64</b>	<b>4,60</b>	<b>0,15</b>	<b>1,64</b>	<b>34,26</b>	<b>149,48</b>	<b>117,73</b>	<b>218,31</b>	<b>5,03</b>	
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,87	29,02	23,98	22,50	0,82	№ 137
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	М.П.Могильный 2012
	Чай с лимоном	С	200/11,8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	3,14	14,20	2,40	0,00	0,35	№ 393
		Я	150/7,4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	М.П.Могильный 2012
	Хлеб пшеничный	С	5	1,14	0,12	7,38	35,25	0,03	0,01	0,32	0,00	3,00	0,00	17,40	0,165	№ 122
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	0,14	0,13	1,07	15,02	69,33	39,57	59,85	2,00	А.Я.Перевалов 2012
		<b>Итого: сал</b>	<b>С</b>	<b>345</b>	<b>3,24</b>	<b>9,33</b>	<b>30,76</b>	<b>219,95</b>	<b>0,09</b>	<b>0,08</b>	<b>0,71</b>	<b>10,01</b>	<b>46,22</b>	<b>26,38</b>	<b>39,90</b>	<b>1,34</b>
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>270</b>	<b>2,88</b>	<b>7,91</b>	<b>24,70</b>	<b>182,05</b>	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>	<b>1,40</b>	<b>20,90</b>	<b>102,11</b>	<b>48,43</b>	<b>78,95</b>	<b>3,34</b>	
	<b>Всего за день: сал</b>	<b>С</b>	<b>1442</b>	<b>39,39</b>	<b>41,20</b>	<b>150,85</b>	<b>1122,37</b>	<b>2,24</b>	<b>0,39</b>	<b>3,52</b>	<b>44,90</b>	<b>332,65</b>	<b>179,37</b>	<b>344,20</b>	<b>6,16</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1175</b>	<b>33,22</b>	<b>33,40</b>	<b>123,90</b>	<b>925,69</b>	<b>4,87</b>	<b>0,50</b>	<b>3,98</b>	<b>56,36</b>	<b>373,19</b>	<b>181,26</b>	<b>418,26</b>	<b>8,99</b>	
	<b>Итого за весь период:</b>	<b>С</b>		<b>436,01</b>	<b>399,83</b>	<b>1994,92</b>	<b>12955,95</b>									
	<b>Итого за весь период: ясли</b>	<b>Я</b>		<b>360,06</b>	<b>330,29</b>	<b>1608,66</b>	<b>10561,41</b>									
	<b>Среднее значение за весь период</b>	<b>С</b>		<b>43,60</b>	<b>39,98</b>	<b>199,49</b>	<b>1295,60</b>									
		<b>Я</b>		<b>36,01</b>	<b>33,03</b>	<b>160,87</b>	<b>1056,14</b>									
	<b>% выполнения от калорийности</b>	<b>С</b>		<b>106,34</b>	<b>88,85</b>	<b>102,30</b>	<b>95,97</b>									
		<b>Я</b>		<b>112,52</b>	<b>94,37</b>	<b>105,83</b>	<b>100,58</b>									

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Дети принт Москва 2012 г. М.П.Могильный  
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дети принт Москва 2005 г. М.П.Могильный  
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я.Перевалов  
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Москва "Лала" 2005 г. А.И.Злобнов  
 Сборник ставропольских фирменных блюд

Технолог МКУ "Ресурсный центр"

Муниципальное казенное учреждение  
 "Ресурсный центр системы образования  
 Георгиевского муниципального округа"  
 ОГРН 1172651026239, ИНН 2625068862  
 г.Георгиевск, ул. Лавина, 110

**Натуральные нормы продуктов на осенне-зимний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9, 10,5 часовым пребыванием на 4 квартал 2024 год.**

	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день		7 день		8 день		9 день		10 день		ФАКТ		Итого		Норма среднесуточная		%	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
хлеб пшеничный	60	45	71,2	45	60	45	117,4	71	40	45	60	45	72	45	71,2	53	71,2	54	50	45	673	493	67	49	60	45	112	109
хлеб ржаной	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	370	300	37	30	37	30	100	100
крупы, бобовые	23,25	20,15	76,3	63,9	50	59	114	94	11	9	30	26	25,2	22,2	28	48			68,3	56,9	426,05	399,1	43	40	32	23	133	174
макаронные изделия	37,7	32	10	6							24		37,7	32			14	12			61,7	106	6	11	9	6	69	183
картофель	56,4	42	72	54	72	54	97,9	78,2	152,4	136,2	256,3	266,8	72	54			174,5	143,7	88,3	71	1041,8	899,9	104	90	105	90	99	100
овощи	205,9	196,3	95,2	67,3	169,3	129,4	188,8	141,2	154,3	107,8	225,9	176,6	114,1	80,6	221,5	185,2	157,74	108,48	298,4	222,25	1831,1	1415,2	183	142	165	135	111	105
фрукты свежие	118	116			109	104	118	116	9	4	100	100	27	16	100	100	100	100	27	100	708	856	71	86	75	71	94	121
фрукты сухие			22,5	18					22,5	18					22,5	18					67,5	54	7	5	8	7	84	71
кондитерские изделия					30		30	15									30	15			90	30	9	3	15	9	60	33
сахар	46,5	42,6	46,7	42,3	33,2	32,9	44,3	36,7	33,5	32	23	28,9	54	46,5	56,6	58,4	22,2	19	46,5	40,2	406,5	379,5	41	38	23	19	177	200
масло сливочное	23,35	19,45	20,4	17,9	12	12,9	15,5	14,05	22,2	18,3	13,95	13,85	19,7	18,2	16,5	17,15	17,2	32,2	24	20,05	184,8	184	18	18	16	14	116	129
масло растительное	5,5	6,65	2,6	2	9,4	7,9	10	7,9	8,15	13,35	15,9	17,5	2,35	4	10,45	10,65	3,36	4	13,9	11,95	81,61	85,9	8	9	8	7	102	129
яйцо	44	45,8	6	6	4,3	8,3			7,2	8,7	44	45	4,8	4,8	10	12	60	45	3,3	5,7	183,6	181,3	18	18	30	30	61	60
молоко	185	157	427	365	351	313	212	185	328,2	271	165	140	438	358	140	160	419,8	354,6	146,4	124,8	2806	2428,4	280	243	337	292	83	83
творог			123	123							34		112,8	112,8							235,8	269,8	24	27	30	23	80	117
сметана					1,3	10			4	5			4,8	4,8		2	12	9	4	3	34,8	33,8	4	3	8	7	44	43
птица			119	85	71	71					111,3	111,3			119	85					420,3	352,2	42	35	18	15	233	233
говядина	82,1	82,1											52,5	37,6							134,6	119,7	13	12	41	38	33	32
рыба							113,6	71	96,3	72,2							113,6	71	96,3	72,2	419,8	286,4	42	29	28	24	150	121
сыр			16	10,5									16	10,5							32	21	3	2	4,5	3	71	67
мука	16	43	17,96	17,96	28,4	32,9	17,6	7,9	56,7	49,9	18,2	39,8	1,43	1,43	51,1	48,52	9,4	6,25	20,2	50,2	230,99	297,8	23	30	22	19	105	158

Технолог МКУ "Ресурсный центр" Паршина И.Ю.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ  
ГЕОРГИЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА"  
ОГРН 1172651026239, ИНН 2625068662  
г. Георгиевск, ул. Ленина, 110