

День: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:
 Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

прием пищи	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша «Дружба»	150	4.579	10.147	21.81	196.91	0.069	0.12	1.148	110.2	0.487	266-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009		5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Какао с молоком	150	2.7	2.475	18.75	108	0.03	0.12	0.975	93	0.6	508-П
	итого	337	9.578	19.267	56.036	435.87	0.132	0.256	2.123	209.74	1.461	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
	итого	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Салат из свежих помидоров	30	0.3	3.06	1.05	33	0.012	0.012	4.95	3.9	0.24	30-П
	Суп крестьянский с крупой	150	1.12	2.7	7.702	59.558	0.029	0.021	5.267	13.897	0.383	160-П
	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	100	11	11.7	7.8	180	0.05	0.13	0.1	10	1.6	397-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
итого	470	15.435	17.94	50.402	427.458	0.1705	0.2025	10.692	62.797	4.908		
Полдник	Пудинг из творога с рисом	100	13.867	13.667	18.8	258	0.047	0.227	0.2	116.67	0.667	324-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
	итого	270	15.442	14.247	40.08	355.4	0.069	0.233	0.2	124.22	1.207	
	ИТОГО за день	1177	40.955	51.554	156.618	1264.728	0.3815	0.7015	15.015	403.757	8.976	

День: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:
 Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

прием пищи	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша «Дружба»	200	5.55	12.3	26.442	238.68	0.084	0.1456	1.392	133.59	0.59	266-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	0.04	0.16	1.3	124	0.8	508-П
	итого	448	12.19	23.36	72.066	547.32	0.168	0.3256	2.692	266.15	1.886	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
	итого	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Салат из свежих помидоров	50	0.5	5.1	1.75	55	0.02	0.02	8.25	6.5	0.4	30-П
	Суп крестьянский с крупой	200	1.7	4.08	11.64	90	0.044	0.032	7.96	21	0.58	160-П
	Котлета	87	16.02	15.75	12.87	257.4	0.081	0.144	0	17.5	2.45	386-П
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6.84	5.784	32.94	216.408	0.168	0.084	0	11.388	3.636	67-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0	24.3	99	0.009	0.009	0.45	25.2	1.35	527-П
	итого	677	28.15	31.194	97.1	790.208	0.394	0.321	16.66	95.588	9.976	
Полдник	Пудинг из творога с рисом	130	18.027	17.767	24.44	335.4	0.061	0.295	0.26	151.667	0.867	324-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
	итого	360	20.377	18.637	54.86	474	0.094	0.304	0.26	162.367	1.627	
ИТОГО за день	1585	61.217	73.291	234.126	1857.53	0.666	0.9606	21.612	531.105	14.889		

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

прием пищи	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	4.751	7.392	27.785	196.729	0.0548	0.156	1.32	122.982	0.377	274-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	1.995	10.635	70.005	0.03	0.105	0.975	94.305	0.105	513-П
	итого	337	9.39	16.032	53.896	397.694	0.1178	0.277	2.295	223.827	0.856	
2 завтрак	Яблоко	117	0.468	0.468	11.47	54.99	0.035	0.023	11.7	18.72	2.57	118-П
	итого	117	0.468	0.468	11.47	54.99	0.035	0.023	11.7	18.72	2.57	
Обед												
	Суп картофельный с клецками	150	0.72	1.56	5.265	37.95	0.0375	0.024	3.45	6.45	0.36	151-П
	Клецки мучные	15	0.879	0.8265	3.591	25.32	0.0117	0.019	0.0465	10.32	0.0975	178-П
	Картофельная запеканка с мясом	120	13.98	14.1	11.34	228	0.126	0.15	2.4	15	2.1	382-П
	Соус сметанный с томатом	20	0.688	4.25	1.266	46.06	0.008	0.022	0.29	18.02	0.09	453-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
	итого	495	19.282	21.2165	55.312	492.23	0.2627	0.2545	6.5615	84.79	5.3325	
Полдник	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0.27	1.53	1.08	19.2	0.012	0.009	4.23	5.1	0.21	31-П
	Омлет натуральный	65	5.85	8.91	1.911	110	0.043	0.23	0.31	63.39	1.01	307-П
	Ватрушка с повидлом	50	3	1.42	18.5	98.33	0.04	0.025	0	5.83	0.33	560-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
	итого	295	9.195	11.86	32.491	272.53	0.095	0.264	4.54	78.07	1.85	
итого за день		1244	38.335	49.5765	153.169	1217.44	0.5105	0.8185	25.0965	405.407	10.6085	

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:
 Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

прием пищи	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	5.826	9.065	34.072	265.4	0.0672	0.191	1.62	150.81	0.4627	274-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Кофейный напиток с молоком	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	0.14	1.3	125.74	0.14	513-П
	итого	448	11.986	19.485	68.876	523.38	0.1512	0.351	2.92	285.11	1.0987	
2 завтрак	Яблоко	128	0.51	0.51	12.54	60.16	0.039	0.025	12.8	20.48	2.81	118-П
	итого	128	0.51	0.51	12.54	60.16	0.039	0.025	12.8	20.48	2.81	
Обед												
	Суп картофельный с клецками	200	0.96	2.08	7.02	50.6	0.05	0.032	4.6	8.6	0.48	151-П
	Клецки мучные	20	1.172	1.102	4.788	33.76	0.0156	0.0253	0.062	13.76	0.13	178-П
	Картофельная запеканка с мясом	140	16.31	16.45	13.23	266	0.147	0.175	2.8	17.5	2.45	382-П
	Соус сметанный с томатом	30	1.032	6.375	1.899	69.09	0.012	0.03	0.44	27.03	0.135	453-П
	Хлеб	50	3.3	0.6	17	90.5	0.09	0.04		17.5	1.95	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	27	110	0.01	0.01	0.5	28	1.5	527-П
	итого	640	23.274	26.607	70.937	619.95	0.3246	0.3123	8.402	112.39	6.645	
Полдник	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.45	2.55	1.8	32	0.02	0.015	7.05	8.5	0.35	31-П
	Омлет натуральный	80	7.25	11.02	2.437	137	0.054	0.288	0.406	80.01	1.24	307-П
	Ватрушка с повидлом	60	3.6	1.7	22.2	118	0.05	0.03	1	7	0.4	560-П
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
	итого	390	11.4	15.27	41.437	347	0.124	0.333	8.456	100.51	2.39	
	итого за день	1606	47.17	61.872	193.79	1550.49	0.6388	1.0213	32.578	518.49	12.9437	

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

прием пищи	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества					В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал							
Завтрак	Каша «Дружба»	150	4.579	10.147	21.81	196.91	0.069	0.12	1.148	110.2	0.487	266-П	
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П	
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П	
	Какао с молоком	150	2.7	2.475	18.75	108	0.03	0.12	0.975	93	0.6	508-П	
	итого	337	9.578	19.267	56.036	435.87	0.132	0.256	2.123	209.74	1.461		
2 завтрак	Банан	143	2.13	0.71	30	137	0.06	0.07	14	11	0.085	118-П	
	итого	143	2.13	0.71	30	137	0.06	0.07	14	11	0.085		
ОБЕД	Свекольник	150	1.305	2.67	7.215	58.2	0.039	0.0375	5.505	22.65	0.915	136-П	
	сметана	6	0.156	0.9	0.216	9.72	0.002	0.006	0.024	5.28	0.012	488-П	
	Руллет из говядины с яйцом (паровой)	105	15.855	12.39	6.09	199.5	0.063	0.21	0	23.1	2.52	391-П	
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П	
	итого	451	20.331	16.44	47.371	422.32	0.1835	0.293	5.904	86.03	6.132		
Полдник	Салат из свежих огурцов	30	0.21	3.03	0	30.6	0.009	0.009	1.5	5.4	0.15	36-П	
	Фрикадельки рыбные отварные	100	14.84	2.12	8.42	112.1	0.085	0.132	1.3	53.1	0.88	353-П	
	Пюре картофельное	100	2.1	4.4	10.9	92	0.09	0.07	3.4	26	0.7	434-П	
	Соус томатный с овощами	25	0.298	1.03	1.863	17.9	0.003	0.004	0.21	1.8	0.108	463-П	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1.05	0	21.75	91.5	0	0	0	0.75	0.075	516-П	
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П	
	итого	425	19.998	11.16	53.213	396.5	0.209	0.221	6.41	90.85	2.153		
	итого за день	1356	52.037	47.577	186.62	1391.69	0.5845	0.84	28.437	397.62	9.831		

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

прием пищи	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества					ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы									
Завтрак	Каша «Дружба»	200	5.55	12.3	26.442	238.68	0.084	0.1456	1.392	133.59	0.59	266-П		
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П		
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П		
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	0.04	0.16	1.3	124	0.8	508-П		
	итого	448	12.19	23.36	72.066	547.32	0.168	0.3256	2.692	266.15	1.886			
2 завтрак	Банан	152	2.28	0.76	31.92	145.92	0.061	0.076	15.2	12.16	0.91	118-П		
	итого	152	2.28	0.76	31.92	145.92	0.061	0.076	15.2	12.16	0.91			
Обед	Свекольник	200	1.74	3.56	9.62	77.6	0.052	0.05	7.34	30.2	1.22	136-П		
	сметана	7	0.182	1.05	0.252	11.34	0.002	0.007	0.028	6.16	0.014	488-П		
	Руллет из говядины с яйцом (паровой)	120	18.12	14.16	6.96	228	0.072	0.24	0	26.4	2.88	391-П		
	Хлеб	50	3.3	0.6	17	90.5	0.09	0.04		17.5	1.95	116-П		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	27	110	0.01	0.01	0.5	28	1.5	527-П		
	итого	577	23.842	19.37	60.832	517.44	0.226	0.347	7.868	108.26	7.564			
Полдник	Салат из свежих огурцов	50	0.35	5.05	0	51	0.015	0.015	2.5	9	0.25	36-П		
	Фрикадельки рыбные отварные	110	19.292	2.756	10.946	145.73	0.1105	0.1716	1.69	69.03	1.144	353-П		
	Пюре картофельное	100	2.1	4.4	10.9	92	0.09	0.07	3.4	26	0.7	434-П		
	Соус томатный с овощами	35	0.417	1.442	2.608	25.06	0.004	0.006	0.29	2.52	0.151	463-П		
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.26	0	26.1	109.8	0	0	0	0.9	0.09	516-П		
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П		
	итого	505	25.669	14.518	65.974	502.19	0.2525	0.2716	7.88	113.15	2.695			
итого за день	1682	63.981	58.008	230.792	1712.87	0.7075	1.0202	33.64	499.72	13.055				

День: четверг
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша ячневая вязкая	150	5.505	9.811	30.764	233.31	0.105	0.1066	1.221	143.67	0.791	261-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Сыр	6	1.4	1.77	0	21.84	0.0024	0.0018	0.042	52.8	0.06	
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
			343	9.279	18.226	57.24	431.11	0.1404	0.1244	1.263	206.76	1.525
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Суп гороховый с гречками	150	5.34	2.64	20.797	136.235	0.061	0.044	3	29.85	0.87	К.С. Ладодо
	Суфле из отварной говядины паровое	65	14.903	13.85	2.84	195.84	0.058	0.204	0.174	36.83	2.182	392-П
	Пюре картофельное	100	2.1	4.4	10.9	92	0.09	0.07	3.4	26	0.7	434-П
	Хлеб	20	1.32	0.24	6.8	36.2	0.036	0.016	0	7	0.78	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
			485	24.038	21.13	61.587	542.775	0.2525	0.3415	6.949	120.68	5.657
Полдник	Вареники ленивые	100	14.1429	10.7619	13.6667	208.095	0.043	0.2	0.19	89.05	0.48	331-П
	Кисломолочный напиток	130	3.77	3.25	5.2	65	0.052	0.221	0.91	156	0.13	535-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
			250	19.4129	14.5919	29.1467	325.495	0.117	0.427	1.1	248.85	0.85
		1178	53.2299	54.0479	158.0737	1345.38	0.5199	0.9029	11.312	583.29	9.432	

День: четверг
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша ячневая вязкая	200	6.736	12	37.656	285.58	0.1284	0.1305	1.495	175.85	0.969	261-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Сыр	8	1.86	2.36	0	29.12	0.0032	0.0024	0.056	70.4	0.08	
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
		456	11.736	22.12	73.28	539.34	0.1756	0.1529	1.551	259.81	1.945	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.4	3.98	6.22	66.4	0.046	0.036	14.78	27.2	0.097	147-П
	Гуляш	80	13.73	14.667	2.8	198	0.047	0.107	0.867	11.333	2.133	373-П
	Пюре картофельное	150	3.15	6.6	16.35	138	0.135	0.105	5.1	39	1.05	434-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0	24.3	99	0.009	0.009	0.45	25.2	1.35	527-П
		650	21.37	25.727	63.27	573.8	0.309	0.289	21.197	116.733	6.19	
Полдник	Вареники ленивые	130	18.3858	14	17.8	270.52	0.056	0.26	0.25	115.76	0.62	331-П
	Кисломолочный напиток	150	4.35	3.75	6	75	0.06	0.255	1.05	180	0.15	535-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
			310	24.9858	18.62	39.22	424.12	0.149	0.524	1.3	301.46	1.13
		1516	58.5918	66.567	185.87	1583.26	0.6436	0.9759	26.048	685.003	10.665	

День: пятница
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

пищевые вещества

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
Завтрак	Каша рисова молочная жидкая	150	4.751	7.392	27.785	196.729	0.0548	0.156	1.32	122.982	0.377	274-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Сыр	6	1.4	1.77	0	21.84	0.0024	0.0018	0.042	52.8	0.06	
	Какао с молоком	150	2.7	2.475	18.75	108	0.03	0.12	0.975	93	0.6	508-П
		343	11.15	18.282	62.011	457.529	0.1202	0.2938	2.337	275.322	1.411	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед												
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.62	1.71	11.295	66.75	0.063	0.0345	4.95	9.15	0.57	152-П
	Котлета куриная припущенная	64	10.5	7.5	6.5	132	0.07	0.11	0.6	26	0.8	417-П
	Рагу из овощей	120	2.9544	10.2468	11.4168	149.508	0.0781	0.0724	9.2052	56.064	0.8796	201-П/451-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
		524	18.0894	19.9368	63.0618	503.158	0.2906	0.2564	15.1302	126.214	4.9346	
Полдник												
	Суфле рыбное	70	12.0404	5.0628	3.9907	109.9665	0.0595	0.12	0.4393	69.2265	0.5317	341-П/444-П
	Салат из свежих помидоров	30	0.3	3.06	1.05	33	0.012	0.012	4.95	3.9	0.24	30-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
		270	13.9154	8.7028	26.3207	240.3665	0.0935	0.138	5.3893	80.6765	1.3117	
		1237	43.6548	47.0216	161.4935	1247.054	0.5143	0.6982	24.8565	489.2125	9.0573	0

День: пятница
 Неделя: первая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества				ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы								
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	5.826	9.065	34.072	265.4	0.0672	0.191	1.62	150.81	0.4627	274-П	
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П	
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П	
	Сыр	8	1.86	2.36	0	29.12	0.0032	0.0024	0.056	70.4	0.08		
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	0.04	0.16	1.3	124	0.8	508-П	
			456	14.326	22.485	79.696	603.16	0.1544	0.3734	2.976	353.77	1.8387	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П	
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4		
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	0.084	0.046	6.6	12.2	0.76	152-П	
	Котлета куриная припущенная	74	12	8.5714	7.4286	150.86	0.08	0.1257	0.6857	29.7143	0.9143	417-П	
	Рагу из овощей	150	3.693	12.8085	14.271	186.885	0.0977	0.0904	11.5057	70.08	1.0995	201-П/451-П	
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0	24.3	99	0.009	0.009	0.45	25.2	1.35	527-П	
			644	20.943	24.1399	74.6596	598.1418	0.3427	0.3031	19.24135	151.1943	5.6838	
Полдник	Суфле рыбное	80	13.7604	5.786	4.5608	125.676	0.068	0.1372	0.502	79.116	0.6076	341-П/444-П	
	Салат из свежих помидоров	50	0.5	5.1	1.75	55	0.02	0.02	8.25	6.5	0.4	30-П	
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П	
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П	
		360	16.6104	11.756	36.7308	319.276	0.121	0.1662	8.752	96.316	1.7676		
		1560	52.3794	58.4809	201.1864	1566.578	0.6281	0.8527	32.96935	608.2803	10.6901		

День: понедельник
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша гречневая вязкая	150	8.027	11.287	28.57	248.02	0.167	0.192	1.192	119.01	3.014	254-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009		5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Какао с молоком	150	2.7	2.475	18.75	108	0.03	0.12	0.975	93	0.6	508-П
		337	13.026	20.407	62.796	486.98	0.23	0.328	2.167	218.55	3.988	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Щи из свежей капусты	150	0.96	2.88	3.735	45.45	0.021	0.021	11.025	24.15	0.375	145-П
	Пюре из говядины	60	13.92	13.5	1.68	183.6	0.04	0.15	0	13.2	1.92	398-П
	Пюре картофельное	100	2.1	4.4	10.9	92	0.09	0.07	3.4	26	0.7	434-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
		500	19.995	21.26	50.165	475.95	0.2305	0.2805	14.8	98.35	5.68	
Полдник	Запеканка из творога	80	12.8	13.44	12.7466	226.6664	0.0373	0.272	0.32	158.4	0.5333	319-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
	Кисломолочный напиток	130	3.77	3.25	5.2	65	0.052	0.221	0.91	156	0.13	535-П
		230	18.07	17.27	28.2266	344.0664	0.1113	0.499	1.23	318.2	0.9033	
	1167	51.591	59.037	151.2876	1353.00	0.5818	1.1175	20.197	642.1	11.9713		

День: понедельник
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша гречневая вязкая	200	10.645	14.965	37.87	328.81	0.218	0.255	1.58	157.78	3.997	254-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	0.04	0.16	1.3	124	0.8	508-П
		448	17.285	26.025	83.494	637.45	0.302	0.435	2.88	290.34	5.293	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Щи из свежей капусты	200	1.28	3.84	4.98	60.6	0.028	0.028	14.7	32.2	0.5	145-П
	Жаркое по-домашнему	150	17.7273	15.8183	11.3182	258.4095	0.1091	0.1568	5.1818	23.8637	2.3182	374-П
	Хлеб	50	3.3	0.6	17	90.5	0.09	0.04	0	17.5	1.95	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	27	110	0.01	0.01	0.5	28	1.5	527-П
		600	22.8073	20.2583	60.2982	519.5095	0.2371	0.2348	20.3818	101.5637	6.2682	
Полдник	Запеканка из творога	100	16	16.8	15.9333	283.333	0.0467	0.34	0.4	198	0.667	319-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	Кисломолочный напиток	150	4.35	3.75	6	75	0.06	0.255	1.05	180	0.15	535-П
		280	22.6	21.42	37.3533	436.933	0.1397	0.604	1.45	383.7	1.177	
	1428	63.1923	67.8033	191.2455	1639.89	0.6888	1.2838	26.7118	782.6037	14.1382		

День: вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	5.39	6.485	26.828	187.261	0.067	0.143	1.2	115.447	0.382	268-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	1.995	10.635	70.005	0.03	0.105	0.975	94.305	0.105	513-П
		337	10.029	15.125	52.939	388.226	0.13	0.264	2.175	216.292	0.861	
2 завтрак	Яблоко	117	0.468	0.468	11.47	54.99	0.035	0.023	11.7	18.72	2.57	118-П
		117	0.468	0.468	11.47	54.99	0.035	0.023	11.7	18.72	2.57	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	1.095	3	6.39	57	0.0285	0.0255	6.18	20.7	0.72	133-П
	Макаронник с мясом	135	21.02	23.53	20.83	378.96	0.09	0.135	0.579	15.43	2.7	299-П
	Соус томатный с овощами	25	0.298	1.03	1.863	17.9	0.003	0.004	0.21	1.8	0.108	463-П
	Хлеб	20	1.32	0.24	6.8	36.2	0.036	0.016	0	7	0.78	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
	480	24.108	27.8	56.133	572.56	0.165	0.188	7.344	65.93	5.433		
Полдник	Салат из свежих огурцов	30	0.21	3.03	0	30.6	0.009	0.009	1.5	5.4	0.15	36-П
	Омлет натуральный	65	5.85	8.91	1.911	110	0.043	0.23	0.31	63.39	1.01	307-П
	Булочка молочная	50	4.8	1.1	28.1	142	0.07	0.05	0.1	30	0.5	585-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
	295	10.935	13.04	41.011	327.6	0.122	0.289	1.91	102.54	1.96		
	1229	45.54	56.433	161.553	1343.38	0.452	0.764	23.129	403.482	10.824		

День: вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	В1	В2	С	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	6.572	7.911	32.73	228.45	0.0827	0.176	1.463	140.84	0.466	268-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Кофейный напиток с молоком	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	0.14	1.3	125.74	0.14	513-П
		448	12.732	18.331	67.534	486.43	0.1667	0.336	2.763	275.14	1.102	
2 завтрак	Яблоко	128	0.51	0.51	12.54	60.16	0.039	0.025	12.8	20.48	2.81	118-П
		128	0.51	0.51	12.54	60.16	0.039	0.025	12.8	20.48	2.81	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1.46	4	8.52	76	0.038	0.034	8.24	27.6	0.96	133-П
	Макаронник с мясом	155	24.14	27.01	23.91	435.11	0.1	0.155	0.664	17.71	3.1	299-П
	Соус томатный с овощами	35	0.417	1.442	2.608	25.06	0.004	0.006	0.29	2.52	0.151	463-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0	24.3	99	0.009	0.009	0.45	25.2	1.35	527-П
		610	29.107	32.932	72.938	707.57	0.223	0.236	9.644	87.03	7.121	
Полдник	Салат из свежих огурцов	50	0.35	5.05	0	51	0.015	0.015	2.5	9	0.25	36-П
	Омлет натуральный	80	7.25	11.02	2.437	137	0.054	0.288	0.406	80.01	1.24	307-П
	Булочка молочная	60	5.76	1.32	33.72	170.4	0.084	0.06	0.12	36	0.6	585-П
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
			390	13.46	17.39	51.157	418.4	0.153	0.363	3.026	130.01	2.49
		1576	55.809	69.163	204.169	1672.56	0.5817	0.96	28.233	512.66	13.523	

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.752	4.388	121.729	121.729	0.063	0.164	0.766	137.07	0.3	171-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009		5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
		337	7.126	11.033	148.205	297.689	0.096	0.18	0.766	147.36	0.974	
2 завтрак	Банан	143	2.13	0.71	30	137	0.06	0.07	14	11	0.085	118-П
		143	2.13	0.71	30	137	0.06	0.07	14	11	0.085	
Обед	Суп крестьянский с крупой	150	1.12	2.7	7.702	59.558	0.029	0.0211	5.267	13.897	0.383	160-П
	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100	11	11.7	7.8	180	0.05	0.13	0.1	10	1.6	397-П
	Пюре картофельное	100	2.1	4.4	10.9	92	0.09	0.07	3.4	26	0.7	434-П
	Хлеб	20	1.32	0.24	6.8	36.2	0.036	0.016	0	7	0.78	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
		520	15.915	19.04	53.452	450.258	0.2125	0.2446	9.142	77.897	4.588	
		1325	43.921	43.423	266.487	1214.097	0.5025	0.6501	30.608	317.707	7.677	
Полдник	Салат из свежих помидоров	30	0.3	3.06	1.05	33	0.012	0.012	4.95	3.9	0.24	30-П
	Рулет из рыбы	125	16.875	9	12.5	198.75	0.1	0.1375	1.75	70	1.25	356-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
		325	18.75	12.64	34.83	329.15	0.134	0.1555	6.7	81.45	2.03	

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.929	5.47	19.744	151.88	0.079	0.204	0.957	171.01	0.374	171-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
		448	9.069	13.23	55.368	376.52	0.123	0.224	0.957	184.57	1.27	
2 завтрак	Банан	152	2.28	0.76	31.92	145.92	0.061	0.076	15.2	12.16	0.91	118-П
		152	2.28	0.76	31.92	145.92	0.061	0.076	15.2	12.16	0.91	
Обед	Суп крестьянский с крупой	200	1.7	4.08	11.64	90	0.044	0.032	7.96	21	0.58	160-П
	Азу	200	16.3077	17.4769	20.8	305.846	0.1662	0.1908	8.8615	29.5384	3.3846	370-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0	24.3	99	0.009	0.009	0.45	25.2	1.35	527-П
		620	21.0977	22.0369	70.34	567.246	0.2912	0.2638	17.2715	89.7384	6.8746	
Полдник	Салат из свежих помидоров	50	0.5	5.1	1.75	55	0.02	0.02	8.25	6.5	0.4	30-П
	Рулет из рыбы	130	17.55	9.36	13	206.7	0.104	0.143	1.82	72.8	1.3	356-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
		410	20.4	15.33	45.17	400.3	0.157	0.172	10.07	90	2.46	
		1630	52.8467	51.3569	202.798	1489.99	0.6322	0.7358	43.4985	376.468	11.5146	

День: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4.94	4.794	22.685	192.847	0.1636	0.153	1.258	124.588	1.032	273-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П
	Сыр	6	1.4	1.77	0	21.84	0.0024	0.0018	0.042	52.8	0.06	
	Какао с молоком	150	2.7	2.475	18.75	108	0.03	0.12	0.975	93	0.6	508-П
		343	11.339	15.684	56.911	453.647	0.229	0.2908	2.275	276.928	2.066	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0.27	1.53	1.08	19.2	0.012	0.009	4.23	5.1	0.21	31-П
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.62	1.71	11.295	66.75	0.063	0.0345	4.95	9.15	0.57	152-П
	Голубцы ленивые	130	11.05	10.79	5.2	162.5	0.052	0.091	16.12	44.2	1.95	377-П
	Соус томатный	20	0.228	0.802	0.998	12.12	0.002	0.002	0.002	0.52	0.018	462-П
	Хлеб	20	1.32	0.24	6.8	36.2	0.036	0.016	0	7	0.78	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
			500	14.863	15.072	45.623	379.27	0.1725	0.16	25.677	86.97	4.653
Полдник	Сырники творожные с морковью	105	13.16	11.2	18.76	222.6	0.077	0.224	2.66	107.8	0.84	329-П
	Соус сладкий молочный	30	0.78	1.908	4.713	39.15	0.01	0.033	0.219	27.03	0.045	449-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	1.995	10.635	70.005	0.03	0.105	0.975	94.305	0.105	513-П
			305	17.78	15.683	44.388	384.155	0.139	0.368	3.854	232.935	1.23
		1248	44.482	46.539	157.022	1263.07	0.5505	0.8288	33.806	603.833	9.349	

День: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:
 Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5.6	6.79	28.27	268.9	0.181	0.187	1.537	152.23	1.26	273-П
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П
	Сыр	8	1.86	2.36	0	29.12	0.0032	0.0024	0.056	70.4	0.08	
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	0.04	0.16	1.3	124	0.8	508-П
		456	14.1	20.21	73.894	606.66	0.2682	0.3694	2.893	355.19	2.636	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	537-П
		100	0.5	0.1	10.1	46	0.01	0.01	2	7	1.4	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.45	2.55	1.8	32	0.02	0.015	7.05	8.5	0.35	31-П
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	0.084	0.046	6.6	12.2	0.76	152-П
	Голубцы ленивые	150	12.75	12.45	6	187.5	0.06	0.105	18.6	51	2.25	377-П
	Соус томатный	25	0.285	1.00225	1.248	15.15	0.002	0.002	0.0025	0.65	0.0225	462-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	27	110	0.01	0.01	0.5	28	1.5	527-П
		665	18.785	18.7623	64.708	506.05	0.248	0.21	32.7525	114.35	6.4425	
Полдник	Сырники творожные с морковью	135	16.92	14.4	24.12	286.2	0.099	0.288	3.42	138.601	1.08	329-П
	Соус сладкий молочный	40	1.04	2.544	6.284	52.2	0.013	0.044	0.292	36.04	0.06	449-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	Кофейный напиток с молоком	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	0.14	1.3	125.74	0.14	513-П
			405	23.33	20.474	60.004	510.34	0.185	0.481	5.012	306.081	1.64
		1626	56.715	59.5463	208.706	1669.05	0.7112	1.0704	42.6575	782.621	12.1185	

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества				ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы								
Завтрак	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	6.14	8.06	24.705	195.94	0.144	0.167	1.32	134.52	1.063	272-П	
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009		5.7	0.36	117-П	
	масло	7	0.049	5.775	0.056	52.36	0	0.007	0	0.84	0.014	487-П	
	Сыр	6	1.4	1.77	0	21.84	0.0024	0.0018	0.042	52.8	0.06		
	Какао с молоком	150	2.7	2.475	18.75	108	0.03	0.12	0.975	93	0.6	508-П	
		343	12.539	18.95	58.931	456.74	0.2094	0.3048	2.337	286.86	2.097		
2 завтрак	Флоды свежие (Апельсин)	130	2.07	0.653	28.99	132.6	0.0542	0.068	13.812	11.05	0.828	118-П	
		130	2.07	0.653	28.99	132.6	0.0542	0.068	13.812	11.05	0.828		

Обед	Суп гороховый с гречками	150	5.34	2.64	20.797	136.235	0.061	0.044	3	29.85	0.87	К.С. Ладодо
	Шницель припущенный	64	10.5	7.5	6.5	132	0.07	0.11	0.6	26	0.8	417-П
	Пюре картофельное	100	2.1	4.4	10.9	92	0.09	0.07	3.4	26	0.7	434-П
	Хлеб	20	1.32	0.24	6.8	36.2	0.036	0.016	0	7	0.78	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.375	0	20.25	82.5	0.0075	0.0075	0.375	21	1.125	527-П
		484	19.635	14.78	65.247	478.935	0.2645	0.2475	7.375	109.85	4.275	
Полдник	Котлета рыбная любительская	100	12.2	3.6	6.2	106	0.07	0.07	1	37	0.8	352-П
	Капуста тушеная	100	3.7	3.6	3.9	63	0.04	0.03	17	61	1	428-П
	Булка	20	1.5	0.58	10.28	52.4	0.022	0.006	0	3.8	0.24	117-П
	Чай с сахаром	150	0.075	0	11	45	0	0	0	3.75	0.3	502-П
			370	17.475	7.78	31.38	266.4	0.132	0.106	18	105.55	2.34
		1327	51.719	42.163	184.548	1334.68	0.6601	0.7263	41.524	513.31	9.54	

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: летний
 Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю:

Руководитель учреждения

В.З. Кочеткова

	Наименование блюда	Выход	пищевые вещества				ккал	В1	В2	С	Са	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводь								
Завтрак	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	7.536	9.9	30.327	240.55	0.1769	0.209	1.621	165.14	1.305	272-П	
	Булка	40	3	1.16	20.56	104.8	0.044	0.012	0	7.6	0.48	117-П	
	масло	8	0.04	6.6	0.064	59.84	0	0.008	0	0.96	0.016	487-П	
	Сыр	8	1.86	2.36	0	29.12	0.0032	0.0024	0.056	70.4	0.08		
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	0.04	0.16	1.3	124	0.8	508-П	
		456	16.036	23.32	75.951	578.31	0.2641	0.3914	2.977	368.1	2.681		
2 завтрак	Флоды свежие (Апельсин)	140	2.229	0.703	31.12	142.8	0.0583	0.073	14.874	11.9	0.891	118-П	
		140	2.229	0.703	31.12	142.8	0.0583	0.073	14.874	11.9	0.891		

Обед												
	Суп гороховый с гренками	200	7.12	3.52	27.72	181.64	0.081	0.05	4	39.8	1.16	К.С. Ладодо
	Шницель припущенный	74	12	8.5714	7.4286	150.86	0.08	0.1257	0.6857	29.7143	0.9143	417-П
	Пюре картофельное	130	2.73	5.72	14.17	119.6	0.117	0.091	4.42	33.8	0.91	434-П
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.6	72.4	0.072	0.032	0	14	1.56	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.45	0	24.3	99	0.009	0.009	0.45	25.2	1.35	527-П
		624	24.94	18.2914	87.2186	623.5	0.359	0.3077	9.5557	142.514	5.8943	
Полдник	Котлета рыбная любительская	110	13.42	3.96	6.82	116.6	0.077	0.077	1.1	40.7	0.88	352-П
	Капуста тушеная	120	4.4	4.32	4.68	75.6	0.048	0.036	20.4	73.2	1.2	428-П
	Булка	30	2.25	0.87	15.42	78.6	0.033	0.009	0	5.7	0.36	117-П
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15	60	0	0	0	5	0.4	502-П
		460	20.17	9.15	41.92	330.8	0.158	0.122	21.5	124.6	2.84	
		1680	63.375	51.4644	236.21	1675.41	0.8394	0.8941	48.9067	647.114	12.3063	