



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепту-ры (техно-логической карты)
		1-3 года	Б	Ж	У			3-7 лет	Б	Ж	У			
<b>День 2</b>														
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,77	24,37	150,52	1,15	180	5	8,12	29,25	212,59	1,38	4
	Какао с молоком	150	2,64	2,79	19,12	108,9	0,98	180	3,17	3,35	22,94	130,68	1,17	121
	Хлеб пшеничный	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	Масло сливочное несоленое	5	3,53	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>11,86</b>	<b>10,14</b>	<b>54</b>	<b>345,08</b>	<b>2,13</b>	<b>397</b>	<b>14,99</b>	<b>12,18</b>	<b>64,81</b>	<b>452,45</b>	<b>2,55</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Апельсин	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	134
<b>Обед</b>														
	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами / салат из соленых огурцов с луком	30	0,26	1,53	0,77	18,45	1,23	60	0,51	3,07	1,55	36,9	2,47	23/22
	Суп картофельный с клецками	150	1,83	2,67	8,49	70,88	4,72	200	2,44	3,56	11,32	94,5	6,29	52/1
	Капуста тушёная	120	2,41	4,52	8,11	87,6	14,64	150	3,02	5,66	10,14	109,5	18,3	75
	Биточки мясные	60	10,77	13,65	8,62	200,45	0	70	12,57	15,93	10,06	233,86	0	82
	Сок	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	123
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,3	56,7	0	35	2,1	0,35	15,51	66,15	0	138
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>18,87</b>	<b>23,03</b>	<b>75,65</b>	<b>599,68</b>	<b>27,79</b>	<b>695</b>	<b>22,44</b>	<b>28,93</b>	<b>84,94</b>	<b>706,51</b>	<b>34,26</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный	100	8,46	5,38	21,84	174,69	0	130	11,1	7	28,4	227,1	0	15
	Лапшевник с творогом													
	Кисломолочные напитки (в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,38	104,4	1,44	116
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>270</b>	<b>13,88</b>	<b>10,6</b>	<b>36,36</b>	<b>304,57</b>	<b>1,2</b>	<b>340</b>	<b>17,98</b>	<b>13,4</b>	<b>48,33</b>	<b>395,8</b>	<b>1,44</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 2-ой день</b>		<b>1230</b>	<b>44,86</b>	<b>44,02</b>	<b>171,66</b>	<b>1276,52</b>	<b>41,13</b>	<b>1492</b>	<b>55,66</b>	<b>54,76</b>	<b>203,73</b>	<b>1581,95</b>	<b>48,26</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры (технологической карты)
		1-3 года	Б	Ж	У			3-7 лет	Б	Ж	У			
День 3														
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	70	5,5	6,34	2,25	87,45	0,13	100	7,85	9,06	3,21	124,93	0,18	9
	Хлеб ржаной	15	0,9	0,15	6,64	28,35	0	20	1,2	0,2	8,86	37,8	0	138
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,98	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	117
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	137
	Масло сливочное несоленое	5	3,53	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>13,49</b>	<b>8,96</b>	<b>27,94</b>	<b>260,74</b>	<b>1,11</b>	<b>332</b>	<b>18,41</b>	<b>12,27</b>	<b>36,96</b>	<b>352,21</b>	<b>1,35</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	10	120	0,5	0,5	11,3	54,38	20,05	134
<b>Обед</b>	Салат из свежих огурцов/салат из моркови с растительным маслом	30	0,36	3,23	3,36	37,4	1,19	50	0,61	5,38	5,61	6,23	1,98	34/26
	Борщ с капустой свеж., с мясом, со сметан.	150	2,11	3,59	5,87	70,26	5,85	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,8	61
	Макаронные изделия отварные	70	2,67	2,05	12,82	80,44	0	100	3,78	2,9	18,16	114	0	70
	Котлета мясная	60	10,77	13,65	8,62	200,45	0	70	12,57	15,93	10,06	233,86	0	82
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,55	83,88	0,11	180	0,5	0	24,66	100,65	0,13	129
	Хлеб ржаной	25	1,5	0,25	11,08	47,28	0	30	1,8	0,3	13,3	56,7	0	138
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>17,83</b>	<b>22,77</b>	<b>62,3</b>	<b>519,71</b>	<b>7,15</b>	<b>630</b>	<b>22,08</b>	<b>29,3</b>	<b>79,62</b>	<b>605,13</b>	<b>9,91</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,31	23,18	161,23	1,03	180	5,59	6,37	27,82	193,48	1,24	2
	Кисломолочные напитки ( в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,38	104,4	1,44	116
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	33,6	0	50	3,76	5,9	37,46	84	0	150
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>10,35</b>	<b>12,47</b>	<b>44,31</b>	<b>281,83</b>	<b>2,23</b>	<b>410</b>	<b>14,39</b>	<b>18,03</b>	<b>72,66</b>	<b>381,88</b>	<b>2,68</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 3-ий день</b>		<b>1165</b>	<b>42,07</b>	<b>44,6</b>	<b>144,35</b>	<b>1106,28</b>	<b>20,49</b>	<b>1492</b>	<b>55,38</b>	<b>60,1</b>	<b>200,54</b>	<b>1393,6</b>	<b>33,99</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепту-ры (техно-логической карты)
		1-3 года	Б	Ж	У			3-7 лет	Б	Ж	У			
День 4														
<b>Завтрак</b>	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	150	5,37	6,73	21,62	170,4	1,14	180	6,4	8,08	25,9	204,4	1,37	6
	Какао с молоком	150	2,64	2,79	19,12	108,9	0,98	180	3,17	3,35	22,94	130,68	1,17	121
	Масло сливочное несоленое	5	3,53	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	Хлеб пшеничный	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>13,07</b>	<b>10,1</b>	<b>51,25</b>	<b>364,96</b>	<b>2,12</b>	<b>397</b>	<b>16,39</b>	<b>12,14</b>	<b>61,46</b>	<b>444,26</b>	<b>2,54</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Банан	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	134
<b>Обед</b>														
	Салат из квашеной капусты с луком/салат из белокочанной капусты с морковью с растительным маслом	30	0,49	3,03	0,97	33,7	5,69	60	0,96	6,06	1,95	67,58	11,38	29/27
	Рассольник ленинградский	150	1,29	3,52	7,71	76,5	7,11	200	1,72	4,7	10,2	101,9	9,48	42
	Картофельное пюре	120	2,46	5,09	11,27	116,23	4,08	150	3,08	6,36	14,09	145,29	5,1	73
	Рыба отварная	60	10,72	0,48	0	47,2	0,32	70	12,51	0,56	0	55,07	0,37	95
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,55	83,88	0,11	180	0,5	0	24,66	100,65	0,13	129
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,3	56,7	0	35	2,1	0,35	15,51	66,15	0	138
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>16,69</b>	<b>12,42</b>	<b>53,8</b>	<b>414,21</b>	<b>17,31</b>	<b>695</b>	<b>20,87</b>	<b>18,03</b>	<b>66,41</b>	<b>536,64</b>	<b>26,46</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,53	6,68	26,95	198,37	2,64	200	7,37	8,9	35,93	264,5	3,52	71
	Кисломолочные напитки ( в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,38	104,4	1,44	116
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>10,95</b>	<b>11,9</b>	<b>41,47</b>	<b>328,25</b>	<b>3,84</b>	<b>410</b>	<b>14,25</b>	<b>15,3</b>	<b>55,86</b>	<b>433,2</b>	<b>4,96</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 4-ый день</b>		<b>1250</b>	<b>40,96</b>	<b>34,67</b>	<b>152,17</b>	<b>1134,61</b>	<b>33,28</b>	<b>1562</b>	<b>51,76</b>	<b>45,72</b>	<b>189,38</b>	<b>1441,29</b>	<b>43,97</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	Выход блюда (г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепту-ры (техно-логической карты)
			Б	Ж	У				Б	Ж	У			
День5														
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,84	7,42	26,9	200,16	1,09	180	7,01	8,91	32,32	240,2	1,31	1
	Какао с молоком	150	2,64	2,79	19,12	108,9	0,98	180	3,17	3,35	22,94	130,68	1,17	121
	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	0,07	12	2,78	3,54	0	43,2	0,08	135
	Масло сливочное несоленое	5	3,55	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	Хлеб пшеничный	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>15,88</b>	<b>13,74</b>	<b>56,53</b>	<b>430,72</b>	<b>2,14</b>	<b>409</b>	<b>19,78</b>	<b>16,51</b>	<b>67,88</b>	<b>523,26</b>	<b>2,56</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Груша	60	0,24	0,18	6,18	27,6	3	60	0,24	0,18	6,18	27,6	3	134
<b>Обед</b>														
	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами / салат из соленых огурцов с луком	30	0,2	2,27	1,86	29,5	2	60	0,4	4,54	3,73	61	4	23/22
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	4,68	3,82	10,45	120,42	7,58	200	5,2	4,24	11,62	133,8	8,42	47
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,41	6,26	35,69	234,44	0	150	8,55	7,23	41,18	270,51	0	72
	Гуляш из говядины	60	4,5	5,7	1,85	123,6	0,6	80	6	7,6	2,47	164,8	0,8	80
	Сок	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	123
	Хлеб ржаной	25	1,5	0,25	11,08	47,25	0	30	1,8	0,3	13,28	56,7	0	138
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>20,09</b>	<b>18,66</b>	<b>97,29</b>	<b>720,81</b>	<b>17,38</b>	<b>700</b>	<b>23,75</b>	<b>24,27</b>	<b>108,64</b>	<b>852,41</b>	<b>20,42</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Суп молочный с макаронными изделиями	120	3,51	3,49	11,99	93	0,6	150	4,39	4,36	14,99	116,25	0,75	39
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21	0	180	0,18	0	12,6	25,2	0	110
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>290</b>	<b>4,88</b>	<b>3,91</b>	<b>30,86</b>	<b>156,88</b>	<b>0,6</b>	<b>360</b>	<b>6,41</b>	<b>5</b>	<b>40,14</b>	<b>205,75</b>	<b>0,75</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 5-ый день</b>		<b>1295</b>	<b>41,09</b>	<b>36,49</b>	<b>190,86</b>	<b>1336,01</b>	<b>23,12</b>	<b>1529</b>	<b>50,18</b>	<b>45,96</b>	<b>222,84</b>	<b>1609,02</b>	<b>26,73</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры (технологической карты)
		1-3 года	Б	Ж	У			3-7 лет	Б	Ж	У			
День 6														
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,31	23,18	161,23	1,03	180	5,59	6,37	27,82	193,48	1,24	2
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21	0	180	0,18	0	12,6	25,2	0	110
	Вафли	50	1,4	1,66	38,6	177	0	50	1,4	1,66	38,6	177	0	149
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>6,2</b>	<b>6,97</b>	<b>72,28</b>	<b>359,23</b>	<b>1,03</b>	<b>410</b>	<b>7,17</b>	<b>8,03</b>	<b>79,02</b>	<b>395,68</b>	<b>1,24</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Апельсин	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	134
<b>Обед</b>														
	Салат из белокочанной капусты с морковью с растительным маслом/ салат из квашеной капусты с луком	40	0,64	4,04	1,3	45,05	7,59	60	0,96	6,06	1,95	67,58	11,38	29/27
	Суп рыбный из консервов	150	5,8	3,3	7,66	85,55	4,37	200	9,67	5,49	12,77	142,58	7,29	45
	Сельдь с луком	30	2,29	2,4	0,84	0,88	34,17	40	3,05	3,2	1,13	45,56	1,18	36
	Жаркое по-домашнему	120	12,13	12,45	9,37	198,03	4,27	150	15,17	15,56	11,71	247,54	5,34	79
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,55	83,88	0,11	180	0,5	0	24,66	100,65	0,13	129
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,3	56,7	0	40	2,4	0,4	17,72	75,6	0	138
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>23,08</b>	<b>22,49</b>	<b>53,02</b>	<b>470,09</b>	<b>50,51</b>	<b>670</b>	<b>31,75</b>	<b>30,71</b>	<b>69,94</b>	<b>679,51</b>	<b>13,94</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Макаронные изделия отварные с сыром тертым	105	3,79	2,91	18,16	114	0	125	4,58	3,52	21,98	137,9	0	70
		25	5,8	7,37	0	90	0,17	25	5,8	7,37	0	90	0,17	135
	Кисломолочные напитки ( в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,38	104,4	1,44	116
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>15,01</b>	<b>15,5</b>	<b>32,68</b>	<b>333,88</b>	<b>1,37</b>	<b>360</b>	<b>17,26</b>	<b>17,29</b>	<b>41,91</b>	<b>396,6</b>	<b>1,61</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 6-ой день</b>		<b>1230</b>	<b>44,54</b>	<b>45,21</b>	<b>163,63</b>	<b>1190,39</b>	<b>62,92</b>	<b>1500</b>	<b>56,43</b>	<b>56,28</b>	<b>196,52</b>	<b>1498,98</b>	<b>26,8</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры (технологической карты)
			1-3 года	Б	Ж				У	3-7 лет	Б			
День 7														
<b>Завтрак</b>	Каша "Дружба"	150	3,95	8,48	17,01	161,46	0,99	200	5,27	11,31	22,69	215,28	1,33	7
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	1,7	1,92	14,2	85	0,35	180	2	2,3	17	102	0,35	118
	Масло сливочное несоленое	5	3,55	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	Хлеб пшеничный	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>10,73</b>	<b>10,98</b>	<b>41,72</b>	<b>332,12</b>	<b>1,34</b>	<b>417</b>	<b>14,09</b>	<b>14,32</b>	<b>29,62</b>	<b>426,46</b>	<b>1,68</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Груша	60	0,24	0,18	6,18	27,6	3	60	0,24	0,18	6,18	27,6	3	134
<b>Обед</b>														
	Салат из квашеной капусты с растительным маслом/ салат из огурцов	30	0,49	3,03	0,97	33,7	5,69	60	0,96	6,06	1,95	67,58	11,38	30/35
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,17	3,38	4,11	59,02	10,1	200	1,56	4,5	5,48	78,69	13,46	59
	Рис отварной	120	2,99	4,89	30,09	180,56	0	150	3,74	6,11	37,61	225,7	0	69
	Котлета из курицы	60	19	8,2	6,4	174	0	70	22,2	9,6	7,5	204	0	83
	Сок	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	123
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,28	56,7	0	40	2,4	0,4	17,72	75,6	0	138
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>27,25</b>	<b>20,16</b>	<b>87,1</b>	<b>669,58</b>	<b>22,99</b>	<b>700</b>	<b>32,66</b>	<b>27,03</b>	<b>106,62</b>	<b>817,17</b>	<b>32,04</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Пудинг манный	130	5,62	7,07	28,13	204,3	0,1	150	6,49	8,16	36,15	235,8	0,12	12
	Кисломолочные напитки ( в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,38	104,4	1,44	116
	Крендель с сахаром	50	2,39	5,3	27,77	164,36	0	75	3,34	7,95	39,41	246,55	0	146
	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>12,21</b>	<b>17,17</b>	<b>62,05</b>	<b>455,66</b>	<b>1,3</b>	<b>405</b>	<b>14,87</b>	<b>21,87</b>	<b>82,94</b>	<b>586,75</b>	<b>1,56</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 7-ой день</b>		<b>1290</b>	<b>50,43</b>	<b>48,49</b>	<b>197,05</b>	<b>1484,96</b>	<b>28,63</b>	<b>1582</b>	<b>61,86</b>	<b>63,4</b>	<b>225,36</b>	<b>1857,98</b>	<b>38,28</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюда (г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры (технологической карты)
			Б	Ж	У				Б	Ж	У			
День 8														
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	120	9,42	10,87	3,85	149,92	0,22	130	10,21	11,78	4,17	162,41	0,23	8
	Хлеб ржаной	15	0,9	0,15	6,64	28,35	0	20	1,2	0,2	8,86	37,8	0	138
	Чай с молоком	150	1,05	1,2	12,3	64,5	0	180	1,26	1,44	14,76	77,4	0	113
	Масло сливочное несоленое	5	3,53	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	Хлеб пшеничный	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>16,43</b>	<b>12,8</b>	<b>33,3</b>	<b>328,43</b>	<b>0,22</b>	<b>367</b>	<b>19,49</b>	<b>14,13</b>	<b>40,41</b>	<b>386,79</b>	<b>0,23</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Апельсин	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	134
<b>Обед</b>														
	Салат из свеклы/ салат из свежих помидоров	40	0,4	4,08	1,39	44,69	8,19	60	0,6	6,12	2,08	67,04	12,29	25/33
	Борщ с капустой свежей, с мясом, со сметан	150	2,12	3,59	5,87	70,26	5,85	200	3,52	5,98	9,78	117	9,74	61
	Каша гречневая рассыпчатая	90	5,13	4,33	24,7	162,3	0	130	7,41	6,26	35,69	234,44	0	72
	Биточки мясные	60	10,77	13,65	8,62	200,45	0	70	12,57	15,93	10,06	233,86	0	82
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,55	83,88	0,11	180	0,5	0	24,66	100,65	0,13	129
	Хлеб ржаной	25	1,5	0,25	11,08	47,25	0	30	1,8	0,3	13,28	56,7	0	138
	<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>20,34</b>	<b>25,9</b>	<b>72,21</b>	<b>608,83</b>	<b>14,15</b>	<b>670</b>	<b>26,4</b>	<b>34,59</b>	<b>95,55</b>	<b>809,69</b>	<b>22,16</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Вареники ленивые с соусом молочным	100	16,25	4,91	16,61	175,61	0,12	150	32,49	9,82	33,22	351,22	0,23	10
		40	1,66	1,38	3,23	47,08	12	50	2,07	1,72	4,04	58,85	0,16	102
	Кисломолочные напитки ( в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,36	104,4	1,44	116
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>310</b>	<b>23,33</b>	<b>11,51</b>	<b>34,36</b>	<b>352,57</b>	<b>13,32</b>	<b>410</b>	<b>41,44</b>	<b>17,94</b>	<b>57,17</b>	<b>578,77</b>	<b>1,83</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 8-ой день</b>		<b>1200</b>	<b>60,35</b>	<b>50,46</b>	<b>145,52</b>	<b>1317,02</b>	<b>37,7</b>	<b>1507</b>	<b>87,58</b>	<b>66,91</b>	<b>198,78</b>	<b>1802,44</b>	<b>34,23</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюда (г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры (технологической карты)
			Б	Ж	У				Б	Ж	У			
День 9														
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,46	4,89	15,78	124,36	0	180	5,02	3,88	17,75	140,47	0	39
	Чай с сахаром	150	0,06	0	4,01	24,32	0	180	0,09	0	6,42	38,91	0	110
	Сыр порционный	10	2,6	2,68	0	35,2	0,28	12	3,12	3,22	0	42,24	0,34	135
	Масло сливочное несоленое	5	3,55	0,05	0,05	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	Хлеб пшеничный	25	1,53	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>12,2</b>	<b>8,15</b>	<b>30,3</b>	<b>269,54</b>	<b>0,28</b>	<b>409</b>	<b>15,05</b>	<b>7,81</b>	<b>36,79</b>	<b>330,8</b>	<b>0,34</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Банан	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	60	0,25	0,25	5,65	27,19	10,01	134
<b>Обед</b>	Салат из квашеной капусты с луком/салат из белокочанной капусты с морковью с растительным маслом	45	0,72	4,55	1,46	50,69	8,54	60	0,96	6,06	1,95	67,58	11,38	29/27
	Суп рисовый с мясом	150	1,67	4,8	7,43	84,75	8,48	180	2	5,76	8,91	101,7	10,18	49
	Картофельное пюре	120	2,46	5,09	11,27	116,23	4,08	150	3,08	6,36	14,09	145,29	5,1	73
	Котлеты рыбные любительские	50	6,24	1,56	3,01	51,01	0,37	80	9,98	2,49	4,82	81,62	0,59	97
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,25	0	11,33	68,98	0,6	180	0,5	0	24,66	100,65	0,13	129
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,28	56,7	0	40	2,4	0,4	17,72	75,6	0	138
	<b>Итого</b>	<b>545</b>	<b>13,14</b>	<b>16,3</b>	<b>40,35</b>	<b>428,36</b>	<b>22,07</b>	<b>690</b>	<b>18,92</b>	<b>21,07</b>	<b>72,15</b>	<b>572,44</b>	<b>27,38</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Биточки манные с киселем	100	3,62	4,34	38,18	206,34	0	150	5,43	6,51	37,27	309,51	0	16
		40	0,34	0	7,25	29,05	0,09	40	0,34	0	7,25	29,05	0,09	101
	Кисломолочные напитки ( в ассортименте)	150	4,2	4,8	6,15	87	1,2	180	5,04	5,76	7,38	104,4	1,44	116
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	33,6	0	50	3,76	5,9	37,46	84	0	150
	<b>Итого</b>	<b>310</b>	<b>9,66</b>	<b>11,5</b>	<b>66,56</b>	<b>355,99</b>	<b>1,29</b>	<b>420</b>	<b>14,57</b>	<b>18,17</b>	<b>89,36</b>	<b>526,96</b>	<b>1,53</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 9-ый день</b>		<b>1265</b>	<b>35,25</b>	<b>36,2</b>	<b>142,86</b>	<b>1081,08</b>	<b>33,65</b>	<b>1579</b>	<b>48,79</b>	<b>47,3</b>	<b>203,95</b>	<b>1457,39</b>	<b>39,26</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	Выход блюда (г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепту-ры (техно-логической карты)
			Б	Ж	У				Б	Ж	У			
День 10														
<b>Завтрак</b>	Каша пшенная молочная жидкая	160	5,33	8,8	18,11	173,15	0,72	180	5,99	9,9	20,38	194,8	0,81	1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,98	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	117
	Масло сливочное несоленое	5	3,55	0,05	0,5	32,06	0	7	4,98	0,07	0,07	44,88	0	136
	Хлеб пшеничный	25	1,51	0,53	10,46	53,6	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>12,73</b>	<b>11,38</b>	<b>39,7</b>	<b>328,81</b>	<b>1,7</b>	<b>397</b>	<b>15,66</b>	<b>13,02</b>	<b>47,36</b>	<b>394,98</b>	<b>1,98</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	10	120	0,5	0,5	11,3	54,38	20,05	134
<b>Обед</b>														
	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами/салат из свежих огурцов	45	0,56	3,41	2,8	45,75	3	60	0,4	4,54	3,73	61	4	23/34
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом и гренками из пшеничного хлеба	160	3,44	3,12	14	84,48	5,42	200	4,3	3,9	17,51	105,6	6,78	56
		15	2,28	0,24	14,58	66,4	0	15	2,28	0,24	14,58	66,4	0	139
	Рис отварной	70	1,68	2,2	17,45	97,57	0	100	2,59	3,39	25,85	150,62	0	69
	Шницель мясной	60	10,77	13,65	8,62	200,45	0	70	12,57	15,93	10,06	233,86	0	82
	Сок	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	180	1,8	0,36	36,36	165,6	7,2	123
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,28	56,7	0	35	2,1	0,35	15,5	66,15	0	138
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>22,33</b>	<b>23,28</b>	<b>107,09</b>	<b>716,95</b>	<b>15,62</b>	<b>660</b>	<b>26,04</b>	<b>28,71</b>	<b>123,59</b>	<b>849,23</b>	<b>17,98</b>	
<b>Полдник</b>	уплотненный													
	Винегрет овощной	45	0,57	4,59	3,3	57,13	0,74	60	0,76	6,12	4,4	76,17	0,98	31
	Хлеб ржаной	15	0,9	0,15	6,64	28,35	0	20	1,2	0,2	8,86	37,8	0	138
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21	0	180	0,18	0	12,6	25,2	0	110
	Хлеб пшеничный	20	1,22	0,42	8,37	42,88	0	30	1,84	0,64	12,55	64,3	0	137
	<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>2,84</b>	<b>5,16</b>	<b>28,81</b>	<b>149,36</b>	<b>0,74</b>	<b>290</b>	<b>3,98</b>	<b>6,96</b>	<b>38,41</b>	<b>203,47</b>	<b>0,98</b>	
	Вода питьевая кипяченая	100-200						150-300						
<b>Итого за 10-ый день</b>		<b>1230</b>	<b>38,3</b>	<b>40,22</b>	<b>185,4</b>	<b>1239,12</b>	<b>28,06</b>	<b>1467</b>	<b>46,18</b>	<b>49,19</b>	<b>220,66</b>	<b>1502,06</b>	<b>40,99</b>	
	Итого за 10 дней	<b>12405</b>	<b>446,27</b>	<b>416,11</b>	<b>1643,51</b>	<b>12319,92</b>	<b>334,8</b>	<b>15242</b>	<b>575,27</b>	<b>534,72</b>	<b>2048,31</b>	<b>15595,23</b>	<b>373,94</b>	
	Среднее значение за 10 дней	<b>1240,5</b>	<b>44,6</b>	<b>41,6</b>	<b>164,3</b>	<b>1232</b>	<b>33,5</b>	<b>1524,2</b>	<b>57,5</b>	<b>53,5</b>	<b>204,8</b>	<b>1559,5</b>	<b>37,4</b>	