

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.

(Изменение № 6 с продлением срока использования меню в последующие года)

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы, **в части организации шестиразового питания детей в возрасте 1,5 – 3 года.**

(Изменение № 6 с продлением срока использования меню в последующие года)

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года

№	Наименование	Выход,г р	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						№ ТК (Вариант 1)
							В 1	С	А	Е мг, ток. экв.	Са	Р	Mg	Fe	B2	I, мкг	
День 1 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	120	4,67	4,38	24,15	154,73	0,13	0,27	14,04	0,11	64,59	108,77	30,17	0,84	0,07	5,61	120201
2	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	29,97	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		8,59	7,93	41,64	272,33	0,16	0,34	40,04	0,50	172,11	183,89	36,27	1,20	0,11	5,61	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	210104
	Итого:		0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	30	0,37	2,13	1,95	28,38	0,02	1,41	0,00	1,04	7,61	15,55	10,72	0,20	0,02	1,41	100301
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	130	2,03	2,85	8,08	66,04	0,07	3,38	0,00	1,24	43,24	56,29	15,41	0,70	0,04	2,50	110329-1
3	Гуляш из отварного мяса	70	11,35	10,44	2,08	147,62	0,04	0,78	4,83	0,30	9,97	112,85	14,78	1,64	0,09	4,36	120549
4	Изделия макаронные отварные	50	1,84	1,45	11,75	67,46	0,03	0,00	4,50	0,26	5,18	15,15	2,77	0,28	0,01	0,38	130401
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,25	17,83	57,20	466,31	0,22	8,57	9,33	3,51	131,21	277,14	57,28	5,78	0,18	10,66	
Полдник																	
1	Оладьи	100	7,39	6,98	43,45	266,18	0,11	0,17	4,26	3,07	51,54	82,44	13,82	0,83	0,07	3,99	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	230117
	Итого:		11,31	10,76	61,03	386,20	0,15	1,09	18,26	3,08	225,74	216,29	35,17	1,03	0,29	16,59	
Ужин																	
1	Биточки рубленые куриные	50	8,32	7,67	6,72	129,23	0,04	0,65	24,25	0,65	21,16	73,43	8,93	0,69	0,07	2,85	120611
2	Соус молочный	10	0,21	0,62	0,72	9,34	0,00	0,03	2,40	0,01	6,51	5,19	0,81	0,02	0,01	0,51	140104
3	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	180	4,10	5,27	33,11	196,24	0,24	20,29	16,20	0,26	32,73	119,02	46,76	1,85	0,17	10,63	130105
4	Компот из плодов свежих (лимон)	150	0,09	0,01	16,80	67,67	0,00	4,20	0,00	0,02	4,70	2,31	1,26	0,11	0,00	0,00	160213
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,33	14,17	67,35	454,27	0,31	25,16	42,85	1,28	69,80	216,75	60,35	2,90	0,25	13,99	
Ужин 2																	
1	Напиток из плодов сухих (изюм)	150	0,21	0,05	16,41	66,88	0,01	0,00	0,05	0,05	7,52	11,61	3,78	0,30	0,01	0,00	160242
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	178,62	0,03	0,00	2,05	0,75	13,32	29,61	7,78	0,72	0,02	0,00	
	Итого за день		55,35	54,47	267,21	1780,48	0,87	37,66	112,53	9,32	621,67	931,69	202,85	12,79	0,86	47,34	
День 2(вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	80	8,35	8,99	1,56	120,55	0,05	0,14	8,46	0,38	62,97	137,49	10,60	1,53	0,30	14,30	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	2,93	2,88	13,25	90,63	0,02	0,54	13,50	0,00	109,13	81,90	12,60	0,11	0,12	8,10	160104
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,42	24,30	43,31	449,61	0,10	0,68	53,96	1,52	183,79	256,09	29,80	2,33	0,44	23,30	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	
Обед																	

1	Винегрет																	
2	Суп-пюре из разных овощей	30	0,48	3,06	2,73	40,34	0,02	2,50	0,00	1,36	11,46	14,20	6,22	0,27	0,01	1,43	100501	
3	Сухарики из хлеба пшеничного	120	2,72	2,67	6,25	59,89	0,04	5,99	9,90	0,15	52,94	39,77	13,50	0,37	0,05	3,64	110340	
4	Рагу из мяса птицы	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	
5	Напиток витаминный	150	12,67	11,66	17,17	224,34	0,14	10,77	31,50	1,55	31,90	137,11	34,19	1,71	0,14	7,53	120609	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	150	0,34	0,11	21,83	89,72	0,01	39,00	0,03	0,26	8,85	8,76	3,54	0,41	0,02	0,00	160238	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
	Итого:	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	
			20,28	18,75	73,34	543,18	0,27	58,25	41,43	4,09	163,21	278,65	66,91	3,78	0,25	14,60		
1	Творог фруктовый																	
3	Булочка Домашняя	1 шт	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00		
2	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	30	2,12	2,73	18,89	108,57	0,03	0,00	9,00	0,32	5,13	17,74	3,18	0,26	0,01	0,56	190113	
	Итого:	140	4,20	4,48	5,60	79,52	0,04	0,98	28,00	0,00	168,00	133,00	19,60	0,14	0,24	12,60	2301031	
			27,32	11,21	27,49	320,09	0,12	1,48	87,00	0,52	337,13	370,74	45,78	0,80	0,52	13,16		
1	Тефтели рыбные																	
2	Капуста тушеная	50	6,64	1,06	5,60	58,51	0,05	0,88	5,63	0,50	133,61	195,17	13,22	0,35	0,03	53,45	120403	
3	Кисель из клюквы быстрозамороженной	180	3,85	7,42	13,37	135,63	0,08	57,96	0,00	3,48	350,15	76,98	39,56	1,42	0,09	6,73	130201	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	150	0,04	0,02	18,07	72,58	0,00	1,13	0,00	0,08	5,50	4,87	1,13	0,09	0,00	0,00	160203-1	
	Итого:	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
			12,13	9,10	47,04	318,52	0,15	59,96	5,63	4,40	493,96	293,82	56,50	2,10	0,14	60,18		
1	Молоко ультрапастеризованное																	
2	Зефир	150	4,50	4,80	7,05	89,40	0,03	0,90	22,50	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	0,20	13,50	230105	
	Итого:	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)		4,64	4,80	22,00	149,78	0,03	0,90	22,50	0,00	186,50	138,90	22,20	0,43	0,20	13,50		
	Итого за день	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			80,21	68,63	233,12	1870,96	0,70	130,78	210,52	10,90	1372,19	1364,80	261,10	10,00	1,59	124,75		
1	Каша жидкая на молоке (манная)																	
2	Чай с лимоном	120	4,37	4,78	20,50	142,46	0,04	0,49	19,44	0,30	103,93	90,65	14,82	0,29	0,12	7,56	120205	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	150	0,03	0,00	7,58	30,47	0,00	1,20	0,00	0,01	4,02	4,99	0,36	0,04	0,00	0,00	160106	
2	Зефир	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00		
	Итого:	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
			6,22	13,63	53,11	359,99	0,07	1,69	49,44	0,75	118,86	116,73	18,98	0,87	0,14	8,46		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)																	
	Итого:	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	210110	
			0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00		
1	Сельдь с луком																	
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	30	3,68	3,00	0,66	44,39	0,01	0,81	4,20	0,78	34,01	126,52	9,53	0,30	0,03	17,04	100612-1	
3	Говядина отварная	120	2,32	2,52	7,30	61,11	0,05	7,57	9,60	0,11	44,31	33,04	13,57	0,51	0,04	3,07	110207	
4	Печень по-строгановски	10	2,88	2,48	0,00	33,85	0,01	0,00	0,00	0,06	1,58	29,18	3,42	0,42	0,02	1,09	120509	
5	Каша гречневая рассыпчатая	70	10,45	7,24	2,92	118,58	0,17	17,82	2515,98	0,61	254,14	198,86	12,54	7,89	1,16	8,62	120536	
6	Компот из плодов сухих	50	2,11	1,79	9,52	62,60	0,07	0,00	4,50	0,15	3,97	50,00	33,33	2,67	0,03	0,98	130309	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	150	0,21	0,05	20,91	84,86	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32	0,01	0,00	160209-2	
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
	Итого:	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	
			24,57	17,88	59,51	497,25	0,37	26,19	2534,32	2,27	400,35	516,01	83,77	12,96	1,31	32,80		
1	Каша рисовая молочная жидкая																	
2	Печенье	100	2,87	4,10	17,30	117,62	0,02	0,35	16,35	0,09	74,10	77,49	16,03	0,23	0,09	5,75	120225	
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
	Итого:	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	230116	
			8,25	11,46	50,00	336,18	0,08	1,19	32,35	0,79	253,50	228,49	41,03	0,79	0,31	18,35		
1	Шницель рубленый куриный																	
2	Свекла тушеная	50	11,21	10,86	4,01	158,64	0,04	0,86	32,63	0,69	20,13	93,43	9,82	0,86	0,10	5,18	120615	
3	Напиток смородина	180	3,17	5,99	16,82	133,86	0,04	18,63	25,20	0,27	129,60	86,81	41,82	2,65	0,09	14,13	130209	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	150	0,09	0,04	12,65	51,26	0,00	9,00	0,00	0,06	3,60	2,97	2,79	0,15	0,00	0,09	160207	
	Итого:	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
			16,06	17,49	43,48	395,56	0,10	28,49	57,83	1,36	158,03	200,01	57,02	3,90	0,20	19,40		

1	Кисель абрикосовый																	
2	Булочка с изюмом	150	0,39	0,02	14,39	Ужин2												
	Итого:	30	2,41	1,94	13,67	59,35	0,01	0,30	0,00	0,41	15,11	13,84	7,88	0,85	0,02	0,00	160219	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)		2,81	1,96	28,06	81,79	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104	
	Итого за день	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			58,10	62,63	239,06	1752,33	0,67	62,93	2679,13	5,99	973,12	1111,60	218,19	20,80	2,01	81,84		
День 4 (четверг)																		
1	Каша "Дружба"	100	2,73	6,01	14,44	Завтрак 1												
3	Какао на молоке	150	2,75	2,61	10,97	122,80	0,04	0,31	22,65	0,10	65,39	71,61	15,51	0,30	0,08	5,39		
4	Творог классический	1 шт	8,50	4,50	3,50	78,39	0,02	0,41	10,13	0,01	85,74	81,08	22,20	0,75	0,09	6,08	120222	
5	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00		
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102	
	Итого:		17,90	16,67	38,91	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
						377,32	0,12	1,28	108,78	0,70	419,83	443,49	66,81	1,79	0,48	11,47		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,15	5,15	Завтрак 2												
	Итого:		0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	210104	
						22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50		
Обед																		
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	0,21	3,62	0,66	36,09	0,01	2,64	0,00	1,61	6,35	11,22	3,71	0,16	0,01	0,79	100507	
2	Суп из овощей на курином бульоне	130	2,60	4,33	6,27	74,46	0,04	9,26	18,20	0,14	87,97	32,05	12,49	0,46	0,04	3,11	110326	
3	Гуляш из отварной птицы	70	9,90	8,32	1,12	118,95	0,03	1,60	31,50	0,04	9,35	73,01	9,21	0,75	0,07	2,71	120601-1	
4	Изделия макаронные отварные	50	1,84	1,45	11,75	67,46	0,03	0,00	4,50	0,26	5,18	15,15	2,77	0,28	0,01	0,38	130401	
5	Напиток вишневый	150	0,07	0,02	12,94	52,22	0,00	1,35	0,00	0,03	3,69	2,70	2,34	0,08	0,00	0,18	160204	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	
	Итого:		17,54	18,57	50,94	441,04	0,16	14,84	54,20	2,60	167,24	200,92	38,13	2,60	0,14	9,17		
Полдник																		
1	Оладьи	100	7,39	6,98	43,45	266,18	0,11	0,17	4,26	3,07	51,54	82,44	13,82	0,83	0,07	3,99	120702	
3	Соус клюквенный	5	0,00	0,00	2,64	10,59	0,00	0,09	0,00	0,01	0,27	0,18	0,09	0,01	0,00	0,00	140208	
4	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	5,46	3,50	5,88	76,86	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102	
	Итого:		12,85	10,48	51,97	353,63	0,11	0,68	32,26	3,08	225,41	211,43	33,51	0,98	0,26	3,99		
Ужин																		
1	Тефтели мясные с соусом собственного производства	50	4,21	4,17	5,70	77,20	0,03	1,22	0,75	0,66	13,89	49,39	7,76	0,67	0,04	1,96	120539	
2	Рис отварной	180	4,45	5,09	49,18	260,31	0,05	0,00	16,20	0,31	7,34	95,86	31,60	0,65	0,03	1,37	130301	
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	150	0,20	0,05	18,31	74,44	0,01	13,50	0,00	0,05	8,15	5,18	2,93	0,12	0,01	0,45	160212	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
	Итого:		10,46	9,90	83,19	463,75	0,11	14,72	16,95	1,36	34,08	167,23	44,89	1,68	0,08	3,78		
Ужин 2																		
1	Чай с молоком с сахаром	150	0,90	0,96	8,90	47,85	0,01	0,18	4,50	0,00	39,12	31,63	4,20	0,05	0,04	2,70	160108	
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
	Итого:		2,36	4,54	27,32	159,59	0,02	0,18	6,50	0,70	44,92	49,63	8,20	0,47	0,05	2,70		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Итого за день		61,32	60,31	257,50	1818,08	0,53	34,20	218,69	8,63	900,98	1080,69	197,53	8,67	1,02	31,61		
День 5 (пятница)																		
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	3,67	5,57	17,19	Завтрак 1												
2	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	133,61	0,09	0,27	17,73	0,33	66,43	103,02	30,29	0,74	0,08	5,54	120224	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	29,97	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02	0,00	0,00	160105	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110	
	Итого:		5,35	14,42	34,76	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
						290,27	0,11	0,27	47,73	0,77	75,15	126,05	32,89	1,02	0,10	6,44		
Завтрак 2																		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	210103	
	Итого:		1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00		
Обед																		
1	Икра из уваренных кабачков	30	0,37	1,64	2,61	26,73	0,02	7,54	0,00	0,68	8,71	8,90	5,11	0,24	0,02	0,15	100518	

2	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	130	1,37	3,32	7,21	64,16	0,03	8,14	3,90	1,28	72,51	38,53	11,42	0,42	0,03	1,90	110322
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	150	12,70	6,30	19,29	184,61	0,15	7,52	10,35	2,69	255,84	373,14	38,67	1,05	0,14	94,30	120409
4	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		18,11	12,23	62,45	432,31	0,26	26,19	14,25	5,31	402,25	497,87	68,80	4,66	0,21	98,35	
Полдник																	
1	Пудинг маннй	80	3,62	3,77	21,24	133,38	0,04	0,13	12,60	0,36	47,37	46,52	7,22	0,35	0,06	3,37	120229
2	Соус абрикосовый	5	0,03	0,00	3,28	13,24	0,00	0,02	0,00	0,03	0,97	0,80	0,58	0,07	0,00	0,00	140206
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	4,20	4,48	5,60	79,52	0,04	0,98	28,00	0,00	168,00	133,00	19,60	0,14	0,24	12,60	2301031
	Итого:		7,85	8,26	30,11	226,13	0,08	1,13	40,60	0,39	216,34	180,32	27,40	0,56	0,30	15,97	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Рагу из мяса птицы	200	16,90	15,55	22,89	299,12	0,19	14,36	42,00	2,07	42,53	182,82	45,58	2,27	0,19	10,04	120609
3	Напиток витаминный	150	0,34	0,11	21,83	89,72	0,01	39,00	0,03	0,26	8,85	8,76	3,54	0,41	0,02	0,00	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		19,17	16,32	55,87	447,05	0,25	60,86	42,03	2,88	60,28	216,18	57,72	3,19	0,23	10,64	
Ужин 2																	
1	Компот из плодов свежих (лимон)	150	0,09	0,01	16,80	67,67	0,00	4,20	0,00	0,02	4,70	2,31	1,26	0,11	0,00	0,00	160213
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		1,55	3,59	35,22	179,41	0,02	4,20	2,00	0,72	10,50	20,31	5,26	0,53	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		53,46	55,30	238,36	1664,95	0,76	102,16	146,62	10,46	772,12	1067,32	231,98	10,53	0,89	131,39	
	Итого за 5 дней		61,69	60,27	247,05	1777,36	0,71	73,55	673,50	9,06	928,02	1111,22	222,33	12,56	1,28	83,39	
День 6 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	80	8,35	8,99	1,56	120,55	0,05	0,14	8,46	0,38	62,97	137,49	10,60	1,53	0,30	14,30	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,84	2,55	14,61	92,75	1,82	0,45	11,25	0,00	105,98	86,13	22,50	1,30	0,10	12,75	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,88	20,39	26,25	339,98	1,88	0,59	49,71	0,82	174,84	242,32	35,70	3,09	0,41	27,95	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	0,86	0,19	7,70	35,91	0,04	57,00	0,00	0,19	32,30	21,85	12,35	0,29	0,03	1,90	210102
	Итого:		0,86	0,19	7,70	35,91	0,04	57,00	0,00	0,19	32,30	21,85	12,35	0,29	0,03	1,90	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	30	0,37	2,13	1,95	28,38	0,02	1,41	0,00	1,04	7,61	15,55	10,72	0,20	0,02	1,41	100301
2	Щи из свежей капусты	130	1,04	1,97	4,38	39,45	0,03	10,17	3,90	0,66	79,91	23,99	10,91	0,38	0,03	2,11	110105
3	Азу из мяса отварного	70	11,66	11,25	3,07	160,12	0,05	1,79	0,00	1,23	10,89	115,89	15,55	1,70	0,09	4,36	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	50	2,11	1,79	9,52	62,60	0,07	0,00	4,50	0,15	3,97	50,00	33,33	2,67	0,03	0,98	130309
5	Компот из плодов сухих	150	0,21	0,05	20,91	84,86	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		18,30	18,00	58,02	467,27	0,22	13,37	8,45	3,65	164,73	283,84	81,89	6,12	0,20	10,86	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	100	2,87	4,10	17,30	117,62	0,02	0,35	16,35	0,09	74,10	77,49	16,03	0,23	0,09	5,75	120225
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	230116
	Итого:		8,25	11,46	50,00	336,18	0,08	1,19	32,35	0,79	253,50	228,49	41,03	0,79	0,31	18,35	
Ужин																	
2	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	6,13	5,64	5,82	98,54	0,03	0,47	22,11	0,18	33,06	61,82	7,49	0,50	0,06	2,56	120619
2	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	180	4,06	6,21	33,07	204,35	0,24	20,29	0,00	2,58	37,05	119,12	47,05	1,88	0,16	10,14	130106
3	Напиток яблочный	150	0,04	0,04	16,01	64,60	0,00	1,05	0,00	0,02	2,13	1,16	0,95	0,28	0,00	0,21	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102

			11,83	12,49	64,90	419,29	0,30	21,81	22,11	3,12	76,94	198,90	58,08	2,90	0,23	12,91	
Итого:			Ужин2														
	Молоко ультрапастеризованное	150	4,50	4,80	7,05	89,40	0,03	0,90	22,50	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	0,20	13,50	230105
1	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	18,89	108,57	0,03	0,00	9,00	0,32	5,13	17,74	3,18	0,26	0,01	0,56	190113
2			6,62	7,53	25,94	197,97	0,06	0,90	31,50	0,32	186,63	154,24	24,18	0,41	0,21	14,06	
Итого:																	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		58,73	70,05	232,80	1796,61	2,59	94,87	144,11	8,88	888,95	1129,64	253,23	13,60	1,37	86,03	
День 7 (вторник)																	
Завтрак 1																	
		100	3,82	3,92	18,45	124,37	0,07	0,30	15,00	0,39	69,98	98,40	19,07	0,95	0,09	4,73	120250
1	Каша молочная пшеничная жидкая	150	0,03	0,00	7,58	30,47	0,00	1,20	0,00	0,01	4,02	4,99	0,36	0,04	0,00	0,00	160106
2	Чай с лимоном	1 шт	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
3	Творог классический	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Сыр полутвердый	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		16,27	11,98	39,53	330,97	0,14	2,07	91,00	0,98	342,70	394,19	48,53	1,73	0,39	4,73	
Итого:			Завтрак 2														
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	210110
	Итого:		0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	
Обед																	
1	Салат из сборных овощей	30	0,42	3,03	1,42	34,57	0,01	5,48	0,00	1,38	31,74	10,79	6,36	0,18	0,01	0,98	100509
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	120	3,49	2,68	8,99	74,05	0,10	3,24	0,00	1,17	16,67	47,81	17,31	0,87	0,04	2,06	110327-2
3	Сушарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,29	1,49	7,84	81,92	0,06	1,23	7,88	0,70	187,05	273,23	18,51	0,49	0,05	74,83	120403
5	Изделия макаронные отварные	50	1,84	1,45	11,75	67,46	0,03	0,00	4,50	0,26	5,18	15,15	2,77	0,28	0,01	0,38	130401
6	Напиток вишневый	150	0,07	0,02	12,94	52,22	0,00	1,35	0,00	0,93	3,69	2,70	2,34	0,08	0,00	0,18	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,18	9,91	68,30	439,11	0,27	11,29	12,38	4,31	302,39	428,50	56,75	2,94	0,13	80,44	
Полдник																	
		100	3,89	3,65	20,13	128,94	0,11	0,23	11,70	0,09	53,83	90,64	25,14	0,70	0,06	4,67	120201
1	Каша пшеничная молочная	30	2,74	1,74	15,24	87,56	0,04	0,06	4,14	0,35	17,71	31,63	4,83	0,33	0,04	1,84	190107
2	Булочка Любимая	140	5,46	3,50	5,88	76,86	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)		12,10	8,89	41,25	293,36	0,14	0,71	43,84	0,44	245,13	251,07	49,57	1,17	0,28	6,51	
Итого:			Ужин														
		30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,18	0,01	0,90	100519
1	Огурцы свежие	200	13,26	15,90	19,81	275,35	0,09	44,12	4,00	3,52	311,73	168,38	43,93	2,50	0,15	8,32	120542
2	Голубцы ленивые	150	0,04	0,04	16,01	64,60	0,00	1,05	0,00	0,02	2,13	1,16	0,95	0,28	0,00	0,21	160209-1
3	Компот из плодов свежих	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		15,14	16,57	46,58	395,98	0,12	48,17	4,00	3,91	325,46	198,94	51,67	3,19	0,17	9,43	
Итого:			Ужин2														
		150	0,00	0,00	15,48	61,90	0,00	0,43	0,00	0,14	2,30	3,24	1,62	0,09	0,00	0,00	160233
1	Напиток абрикосовый	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
2	Печенье		1,46	3,58	33,90	173,64	0,02	0,43	2,00	0,84	8,10	21,24	5,62	0,51	0,01	0,00	
Итого:																	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		64,34	51,13	234,45	1655,26	0,71	67,67	153,22	10,59	1231,78	1299,43	216,64	10,64	0,99	102,10	
День 8 (среда)																	
Завтрак 1																	
		120	3,67	5,57	17,19	133,61	0,09	0,27	17,73	0,33	66,43	103,02	30,29	0,74	0,08	5,54	120224
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	2,75	2,61	10,97	78,39	0,02	0,41	10,13	0,01	85,74	81,08	22,20	0,75	0,09	6,08	160101
3	Какао на молоке	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		8,10	17,03	38,24	338,69	0,13	0,68	57,86	0,78	158,07	202,79	55,09	1,75	0,19	12,51	
Итого:			Завтрак 2														
		50	0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	210104
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)		0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	
Итого:			Обед														

1	Салат из капусты с растительным маслом	30	0,49	3,03	2,89	40,75	0,01	7,70	0,00	1,36	48,45	9,57	5,18	0,18	0,01	0,91	100201
2	Борщ с капустой и картофелем	130	1,07	1,97	6,57	48,31	0,03	7,74	3,90	0,67	58,48	27,74	12,52	0,58	0,03	2,98	110101
3	Биточки рубленые куриные	70	11,65	10,74	9,41	180,92	0,05	0,90	33,95	0,91	29,62	102,81	12,50	0,96	0,09	3,99	120611
4	Рагу из овощей	50	0,87	2,58	5,85	50,03	0,04	3,87	0,00	1,18	9,02	23,65	10,88	0,36	0,03	1,86	130203
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			17,74	19,29	58,07	476,82	0,19	23,21	37,85	4,79	210,77	241,06	54,69	5,04	0,19	11,73	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	100	3,18	3,90	19,07	124,11	0,04	0,30	15,00	0,17	65,98	68,00	13,07	0,61	0,08	4,73	120247
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,67	81,79	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	4,20	4,48	5,60	79,52	0,04	0,98	28,00	0,00	168,00	133,00	19,60	0,14	0,24	12,60	2301031
Итого:			9,79	10,32	38,33	285,42	0,11	1,34	48,19	0,48	253,24	232,03	37,69	1,08	0,35	19,16	
Ужин																	
1	Кнели рыбные отварные собственного производства	50	6,84	0,99	4,21	53,10	0,04	0,44	5,75	0,40	143,57	200,48	13,70	0,31	0,05	54,33	120406
2	Рис отварной	180	4,45	5,09	49,18	260,31	0,05	0,00	16,20	0,31	7,34	95,86	31,60	0,65	0,03	1,37	130301
3	Кисель из смородины	150	0,08	0,03	18,34	73,95	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14	0,00	0,08	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			12,98	6,70	81,74	439,15	0,12	7,94	21,95	1,10	162,76	319,66	50,22	1,34	0,09	55,77	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	150	0,90	0,96	8,90	47,85	0,01	0,18	4,50	0,00	39,12	31,63	4,20	0,05	0,04	2,70	160108
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
Итого:			2,36	4,54	27,32	159,59	0,02	0,18	6,50	0,70	44,92	49,63	8,20	0,47	0,05	2,70	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			51,18	58,03	248,85	1722,43	0,58	35,85	172,35	8,05	839,27	1053,17	211,89	10,83	0,90	102,37	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	120	4,28	5,68	15,22	129,07	0,07	0,52	21,96	0,14	108,76	118,76	38,56	2,22	0,14	8,72	120221
2	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	29,97	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			5,96	14,53	32,79	285,73	0,10	0,52	51,96	0,58	117,48	141,78	41,16	2,51	0,16	9,62	
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	210103
Итого:			1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	30	0,29	4,55	1,02	46,15	0,02	6,32	0,00	2,16	4,04	7,14	5,12	0,23	0,01	0,53	100506
2	Суп из овощей на мясном бульоне	130	1,71	3,77	8,68	75,49	0,07	11,53	6,50	1,26	95,01	43,55	16,93	0,60	0,06	3,41	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	150	14,67	14,13	26,53	291,94	0,21	15,00	13,50	0,45	36,36	204,03	46,68	3,01	0,21	12,53	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	150	0,04	0,02	18,07	72,58	0,00	1,13	0,00	0,08	5,50	4,87	1,13	0,09	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			19,62	23,28	72,50	578,02	0,34	33,97	20,00	4,46	195,61	326,39	77,46	4,78	0,29	18,46	
Полдник																	
1	Каша "Дружба"	100	2,73	6,01	14,44	122,80	0,04	0,31	22,65	0,10	65,39	71,61	15,51	0,30	0,08	5,39	120222
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	14,79	87,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,78	27,71	4,21	0,30	0,03	1,61	190102
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	230116
Итого:			9,10	11,90	43,51	317,53	0,11	1,19	42,28	0,43	253,77	232,32	40,72	0,74	0,32	19,61	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Капуста, тушеная с мясом	200	5,85	8,42	13,85	154,53	0,07	49,95	0,00	2,95	305,11	88,59	34,98	1,59	0,10	6,38	120517-1
3	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	150	0,21	0,05	16,41	66,88	0,01	0,00	0,05	0,05	7,52	11,61	3,78	0,30	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102

			8,06	17,37	41,48	354,52	0,12	57,45	30,05	3,64	322,72	126,70	47,36	2,42	0,13	7,88	
Итого:			Ужин2														
1	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,09	0,09	17,19	69,93	0,01	2,25	0,00	0,05	4,05	2,48	2,03	0,54	0,00	0,45	160209
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	23,96	120,51	0,04	0,27	1,20	0,72	17,00	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1
Итого:			2,55	1,73	41,15	190,44	0,04	2,52	1,20	0,76	21,05	32,30	7,35	0,99	0,03	1,85	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			46,73	69,28	251,39	1816,01	0,76	105,15	145,49	10,25	918,22	886,10	253,95	12,01	0,98	57,41	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	100	2,87	4,10	17,30	117,62	0,02	0,35	16,35	0,09	74,10	77,49	16,03	0,23	0,09	5,75	120225
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	2,93	2,88	13,25	90,63	0,02	0,54	13,50	0,00	109,13	81,90	12,60	0,11	0,12	8,10	160104
3	Творог классический	1 шт	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			18,21	15,04	44,05	384,38	0,11	1,46	105,85	0,68	451,93	450,19	57,73	1,09	0,51	13,85	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	210110
Итого:			0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	
Обед																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	30	0,53	2,20	4,02	37,97	0,03	2,93	0,00	0,96	5,72	15,79	6,56	0,25	0,02	1,41	100544
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	120	2,32	2,52	7,30	61,11	0,05	7,57	9,60	0,11	44,31	33,04	13,57	0,51	0,04	3,07	110207
3	Говядина отварная	10	2,88	2,48	0,00	33,85	0,01	0,00	0,00	0,06	1,58	29,18	3,42	0,42	0,02	1,09	120509
4	Печень по-строгановски	70	10,45	7,24	2,92	118,58	0,17	17,82	2515,98	0,61	254,14	198,86	12,54	7,89	1,16	8,62	120536
5	Изделия макаронные отварные	50	1,84	1,45	11,75	67,46	0,03	0,00	4,50	0,26	5,18	15,15	2,77	0,28	0,01	0,38	130401
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			21,69	16,85	59,33	475,79	0,35	31,31	2530,08	2,68	376,13	369,31	52,46	12,31	1,29	16,57	
Полдник																	
1	Оладьи	100	7,39	6,98	43,45	266,18	0,11	0,17	4,26	3,07	51,54	82,44	13,82	0,83	0,07	3,99	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	5,46	3,50	5,88	76,86	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102
Итого:			12,85	10,48	52,63	356,24	0,11	0,67	32,26	3,08	225,74	212,09	33,77	1,03	0,26	3,99	
Ужин																	
1	Гуляш из отварной птицы	50	7,07	5,94	0,80	84,96	0,02	1,14	22,50	0,03	6,68	52,15	6,58	0,53	0,05	1,93	120601-1
2	Свекла тушеная	180	3,17	5,99	16,82	133,86	0,04	18,63	25,20	0,27	129,60	86,81	41,82	2,65	0,09	14,13	130209
3	Компот из плодов свежих	150	0,04	0,04	16,01	64,60	0,00	1,05	0,00	0,02	2,13	1,16	0,95	0,28	0,00	0,21	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			11,88	12,58	43,63	335,23	0,09	20,82	47,70	0,66	143,11	156,91	51,94	3,70	0,15	16,28	
Ужин2																	
1	Напиток вишневый	150	0,07	0,02	12,94	52,22	0,00	1,35	0,00	0,03	3,69	2,70	2,34	0,08	0,00	0,18	160204
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	15,24	87,56	0,04	0,06	4,14	0,35	17,71	31,63	4,83	0,33	0,04	1,84	190107
Итого:			2,81	1,75	28,19	139,78	0,04	1,41	4,14	0,38	21,40	34,33	7,17	0,41	0,04	2,02	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			67,65	56,90	232,73	1713,62	0,71	60,67	2720,03	7,57	1226,30	1228,34	207,56	19,63	2,24	53,70	
Итого за 5 дней			57,72	61,08	240,04	1740,78	1,07	72,84	667,04	9,07	1020,90	1119,33	228,66	13,34	1,30	80,32	
День 11 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	120	4,67	4,38	24,15	154,73	0,13	0,27	14,04	0,11	64,59	108,77	30,17	0,84	0,07	5,61	120201
2	Чай с лимоном	150	0,03	0,00	7,58	30,47	0,00	1,20	0,00	0,01	4,02	4,99	0,36	0,04	0,00	0,00	160106
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			6,38	13,23	41,81	311,88	0,15	1,47	44,04	0,56	74,51	132,45	33,13	1,14	0,09	6,51	
Завтрак 2																	

		150	0,20	0,05	18,31	74,44	0,01	13,50	0,00	0,05	8,15	5,18	2,93	0,12	0,01	0,45	160212
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	150	0,20	0,05	18,31	74,44	0,01	13,50	0,00	0,05	8,15	5,18	2,93	0,12	0,01	0,45	160212
4	Мармелад	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	200102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			8,00	9,14	60,57	356,54	0,12	70,95	0,00	3,54	322,87	118,55	46,87	2,29	0,12	25,43	
		Ужин 2															
						89,72	0,01	39,00	0,03	0,26	8,85	8,76	3,54	0,41	0,02	0,00	160238
1	Напиток витаминный	150	0,34	0,11	21,83	89,72	0,03	0,05	5,63	0,33	14,78	27,71	4,21	0,30	0,03	1,61	190102
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	14,79	87,91	0,05	39,05	5,66	0,59	23,63	36,47	7,75	0,70	0,05	1,61	
Итого:			2,79	2,22	36,62	177,63	0,05	39,05	5,66	0,59	23,63	36,47	7,75	0,70	0,05	1,61	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			78,89	61,56	260,29	1910,80	2,41	136,25	153,42	9,24	1197,96	1216,65	252,04	14,24	1,49	87,05	
		День 13 (среда)															
		Завтрак 1															
						133,61	0,09	0,27	17,73	0,33	66,43	103,02	30,29	0,74	0,08	5,54	120224
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	3,67	5,57	17,19	133,61	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02	0,00	0,00	160105
2	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	29,97	0,00	0,00	0,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	200102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			5,35	14,42	34,76	290,27	0,11	0,27	47,73	0,77	75,15	126,05	32,89	1,02	0,10	6,44	
		Завтрак 2															
						22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	210110
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	
Итого:			0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	
		Обед															
						40,75	0,01	7,70	0,00	1,36	48,45	9,57	5,18	0,18	0,01	0,91	100201
1	Салат из капусты с растительным маслом	30	0,49	3,03	2,89	40,75	0,10	3,24	0,00	1,17	16,67	47,81	17,31	0,87	0,04	2,06	110327-2
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	120	3,49	2,68	8,99	74,05	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,08	0,83	8,26	2,94	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,03	0,00	4,50	0,26	5,18	15,15	2,77	0,28	0,01	0,38	130401
5	Изделия макаронные отварные	50	1,84	1,45	11,75	67,46	0,00	1,35	0,00	0,93	3,69	2,70	2,34	0,08	0,00	0,18	160204
6	Напиток вишневый	150	0,07	0,02	12,94	52,22	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			23,63	11,77	64,86	459,92	0,29	13,12	12,76	5,62	423,19	579,23	62,59	2,92	0,14	129,50	
		Полдник															
						266,18	0,11	0,17	4,26	3,07	51,54	82,44	13,82	0,83	0,07	3,99	120702
1	Оладьи	100	7,39	6,98	43,45	266,18	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	5,46	3,50	5,88	76,86	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102
Итого:			12,85	10,48	52,63	356,24	0,11	0,67	32,26	3,08	225,74	212,09	33,77	1,03	0,26	3,99	
		Ужин															
						98,54	0,03	0,47	22,11	0,18	33,06	61,82	7,49	0,50	0,06	2,56	120619
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	6,13	5,64	5,82	98,54	0,26	0,00	16,20	0,53	14,29	179,98	119,98	9,61	0,13	3,54	130309
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,60	6,43	34,27	225,36	0,01	0,30	0,00	0,41	15,11	13,84	7,88	0,85	0,02	0,00	160219
3	Кисель абрикосовый	150	0,39	0,02	14,39	59,35	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,32	0,77	38,31	1,47	67,16	272,45	137,94	11,20	0,20	6,09	
Итого:			15,72	12,69	64,48	435,04	0,32	0,77	38,31	1,47	67,16	272,45	137,94	11,20	0,20	6,09	
		Ужин 2															
						89,40	0,03	0,90	22,50	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	0,20	13,50	230105
1	Молоко ультрапастеризованное	150	4,50	4,80	7,05	89,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,05	0,90	24,50	0,70	187,30	154,50	25,00	0,57	0,21	13,50	
Итого:			5,96	8,38	25,47	201,14	0,05	0,90	24,50	0,70	187,30	154,50	25,00	0,57	0,21	13,50	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			63,71	57,95	247,10	1764,81	0,88	20,74	155,56	11,74	986,55	1349,82	296,69	17,85	0,91	160,52	
		День 14 (четверг)															
		Завтрак 1															
						142,46	0,04	0,49	19,44	0,30	103,93	90,65	14,82	0,29	0,12	7,56	120205
1	Каша жидкая на молоке (манная)	120	4,37	4,78	20,50	142,46	0,01	0,18	4,50	0,00	39,12	31,63	4,20	0,05	0,04	2,70	160108
2	Чай с молоком с сахаром	150	0,90	0,96	8,90	47,85	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,07	0,74	49,94	0,69	247,76	193,07	25,12	0,68	0,19	10,26	
Итого:			9,19	9,29	39,40	277,94	0,07	0,74	49,94	0,69	247,76	193,07	25,12	0,68	0,19	10,26	

Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	210104
Итого:			0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	
Обед																	
1	Сельдь с луком	30	3,68	3,00	0,66	44,39	0,01	0,81	4,20	0,78	34,01	126,52	9,53	0,30	0,03	17,04	100612-1
2	Суп с клецками на мясном бульоне	130	4,81	1,00	12,67	78,90	0,05	2,24	0,01	0,29	11,99	39,02	10,27	0,55	0,05	2,82	110332-2
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	150	14,67	14,13	26,53	291,94	0,21	15,00	13,50	0,45	36,36	204,03	46,68	3,01	0,21	12,53	120534
4	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			26,83	19,09	73,22	572,04	0,33	21,05	17,71	2,18	147,56	446,87	80,09	6,81	0,32	34,39	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	100	2,87	4,10	17,30	117,62	0,02	0,35	16,35	0,09	74,10	77,49	16,03	0,23	0,09	5,75	120225
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	4,20	4,48	5,60	79,52	0,04	0,98	28,00	0,00	168,00	133,00	19,60	0,14	0,24	12,60	2301031
Итого:			8,53	12,16	41,32	308,88	0,08	1,33	46,35	0,79	247,90	228,49	39,63	0,79	0,33	18,35	
Ужин																	
1	Тефтели мясные с соусом собственного производства	50	4,21	4,17	5,70	77,20	0,03	1,22	0,75	0,66	13,89	49,39	7,76	0,67	0,04	1,96	120539
2	Рагу из овощей	180	3,12	9,27	21,05	180,12	0,14	13,91	0,00	4,23	32,47	85,14	39,18	1,30	0,11	6,68	130203
3	Напиток яблочный	150	0,04	0,04	16,01	64,60	0,00	1,05	0,00	0,02	2,13	1,16	0,95	0,28	0,00	0,21	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			8,97	14,08	52,77	373,72	0,19	16,18	0,75	5,26	53,19	152,48	50,49	2,49	0,15	8,86	
Ужин2																	
1	Кисель из смородины	150	0,08	0,03	18,34	73,95	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14	0,00	0,08	160203
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,67	81,79	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104
Итого:			2,49	1,97	32,01	155,74	0,04	7,56	5,19	0,36	26,41	37,55	7,35	0,46	0,04	1,91	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			56,21	56,75	243,87	1711,06	0,72	49,36	119,94	9,48	732,32	1066,45	208,67	12,39	1,05	74,26	
День 15 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	80	8,35	8,99	1,56	120,55	0,05	0,14	8,46	0,38	62,97	137,49	10,60	1,53	0,30	14,30	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	2,93	2,88	13,25	90,63	0,02	0,54	13,50	0,00	109,13	81,90	12,60	0,11	0,12	8,10	160104
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			12,96	20,72	24,89	337,87	0,09	0,68	51,96	0,82	177,99	238,09	25,80	1,91	0,43	23,30	
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	210103
Итого:			1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат Мозаика	30	0,86	2,21	3,04	35,53	0,03	2,10	0,00	0,87	11,09	20,54	7,57	0,28	0,03	1,88	100515-1
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясом с мелкошинкованными овощами	130	2,58	1,55	4,33	41,63	0,03	10,16	6,50	0,10	71,61	23,42	10,80	0,38	0,03	2,13	110111
3	Суфле из отварного мяса (говядина)	70	11,63	11,05	5,98	169,88	0,05	0,13	3,16	0,99	41,04	138,10	15,90	1,70	0,16	7,98	120537
4	Рис отварной	50	1,24	1,41	13,66	72,31	0,01	0,00	4,50	0,09	2,04	26,63	8,78	0,18	0,01	0,38	130301
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	150	0,21	0,05	16,41	66,88	0,01	0,00	0,05	0,05	7,52	11,61	3,78	0,30	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			19,44	17,09	61,63	478,10	0,18	12,39	14,21	2,60	187,99	287,10	54,42	3,71	0,25	14,37	
Полдник																	
1	Творог фруктовый	1 шт	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	190107
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	15,24	87,56	0,04	0,06	4,14	0,35	17,71	31,63	4,83	0,33	0,04	1,84	230116
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	
Итого:			27,66	9,52	32,52	326,38	0,12	1,40	68,14	0,55	355,31	384,63	48,83	0,87	0,52	14,44	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	50	6,64	1,06	5,60	58,51	0,05	0,88	5,63	0,50	133,61	195,17	13,22	0,35	0,03	53,45	120403

		180	3,99	4,60	25,90	161,01	0,19	15,13	15,66	0,19	65,36	117,50	39,10	1,41	0,17	10,71	130101
2	Пюре картофельное	150	0,04	0,04	16,01	64,60	0,00	1,05	0,00	0,02	2,13	1,16	0,95	0,28	0,00	0,21	160209-1
3	Компот из плодов свежих	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		12,27	6,31	57,52	335,92	0,26	17,06	21,29	1,05	205,80	330,62	55,86	2,28	0,21	64,37	
	Итого:																
						Ужин 2											160203-1
1	Кисель из клюквы быстрозамороженной	150	0,04	0,02	18,07	72,58	0,00	1,13	0,00	0,08	5,50	4,87	1,13	0,09	0,00	0,00	
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		1,50	3,60	36,49	184,32	0,02	1,13	2,00	0,78	11,30	22,87	5,13	0,51	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		75,25	57,71	233,00	1752,37	0,70	42,16	157,60	6,18	945,99	1289,91	229,95	9,83	1,46	116,48	
	Итого за 5 дней		65,36	58,07	245,52	1766,13	1,12	59,96	145,02	8,80	882,43	1173,13	237,85	13,06	1,17	102,88	
						День 16 (Понедельник)											
						Завтрак 1											
1	Каша пшениная молочная	120	4,67	4,38	24,15	154,73	0,13	0,27	14,04	0,11	64,59	108,77	30,17	0,84	0,07	5,61	120201
2	Чай с лимоном	150	0,03	0,00	7,58	30,47	0,00	1,20	0,00	0,01	4,02	4,99	0,36	0,04	0,00	0,00	160106
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		8,62	7,93	41,73	272,82	0,16	1,54	40,04	0,51	173,31	184,55	36,63	1,22	0,11	5,61	
						Завтрак 2											
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	0,86	0,19	7,70	35,91	0,04	57,00	0,00	0,19	32,30	21,85	12,35	0,29	0,03	1,90	210102
	Итого:		0,86	0,19	7,70	35,91	0,04	57,00	0,00	0,19	32,30	21,85	12,35	0,29	0,03	1,90	
						Обед											
1	Салат из моркови с сахаром	30	0,35	2,13	2,78	31,68	0,02	1,37	0,00	1,03	7,40	15,06	10,37	0,19	0,02	1,37	100302
2	Рассольник Ленинградский	130	1,33	2,09	8,98	60,03	0,06	4,83	3,90	0,69	36,77	39,78	13,83	0,51	0,04	2,80	110201
3	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным	70	7,47	8,49	8,42	139,96	0,04	0,07	3,89	1,30	21,89	82,83	10,66	1,05	0,07	3,38	120535
4	Каша гречневая рассыпчатая	50	2,11	1,79	9,52	62,60	0,07	0,00	4,50	0,15	3,97	50,00	33,33	2,67	0,03	0,98	130309
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		14,94	15,46	63,06	451,08	0,24	9,26	12,29	3,84	135,23	264,96	81,79	7,39	0,19	10,52	
						Полдник											
1	Каша молочная пшеничная жидкая	100	3,82	3,92	18,45	124,37	0,07	0,30	15,00	0,39	69,98	98,40	19,07	0,95	0,09	4,73	120250
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	18,89	108,57	0,03	0,00	9,00	0,32	5,13	17,74	3,18	0,26	0,01	0,56	190113
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	5,46	3,50	5,88	76,86	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102
	Итого:		11,40	10,15	43,21	309,80	0,10	0,72	52,00	0,70	248,71	244,94	41,85	1,35	0,28	5,29	
						Ужин											
1	Печень по-строгановски	50	7,46	5,17	2,09	84,70	0,12	12,73	1797,13	0,43	181,53	142,05	8,96	5,64	0,83	6,16	120536
2	Изделия макаронные отварные	180	6,64	5,23	42,30	242,86	0,10	0,00	16,20	0,95	18,66	54,52	9,99	1,02	0,03	1,39	130401
3	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,09	0,09	17,19	69,93	0,01	2,25	0,00	0,05	4,05	2,48	2,03	0,54	0,00	0,45	160209
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,79	11,09	71,58	449,29	0,25	14,98	1813,33	1,77	208,94	215,85	23,57	7,44	0,87	7,99	
						Ужин 2											
1	Молоко ультрапастеризованное	150	4,50	4,80	7,05	89,40	0,03	0,90	22,50	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	0,20	13,50	230105
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	14,79	87,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,78	27,71	4,21	0,30	0,03	1,61	190102
	Итого:		6,95	6,91	21,84	177,31	0,06	0,95	28,13	0,33	196,28	164,21	25,21	0,45	0,23	15,11	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		58,55	51,73	249,11	1696,22	0,86	84,45	1945,78	7,34	994,76	1096,36	221,39	18,14	1,71	46,42	
						День 17 (Вторник)											
						Завтрак 1											
1	Каша "Дружба"	100	2,73	6,01	14,44	122,80	0,04	0,31	22,65	0,10	65,39	71,61	15,51	0,30	0,08	5,39	120222
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,84	2,55	14,61	92,75	1,82	0,45	11,25	0,00	105,98	86,13	22,50	1,30	0,10	12,75	160103
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Творог классический	1 шт	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102

			17,99	16,61	42,55	391,68	1,92	1,33	109,90	0,69	440,07	448,54	67,11	2,34	0,48	18,14	
	Итого:					Завтрак 2											
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	210110
	Итого:		0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	
						Обед											
1	Салат из помидоров свежих и яблок	30	0,17	3,09	2,11	36,89	0,01	4,05	0,00	1,42	4,47	4,45	3,44	0,48	0,01	0,54	100526-1
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	130	2,44	2,62	6,54	59,52	0,03	7,73	10,40	0,12	50,34	27,41	12,41	0,58	0,03	3,12	110109
3	Бефстроганов из мяса отварного	70	11,49	11,23	2,68	157,71	0,04	0,25	10,48	0,29	58,65	128,02	16,60	1,61	0,11	6,02	120548
4	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	50	1,14	1,46	9,20	54,51	0,07	5,64	4,50	0,07	9,09	33,06	12,99	0,51	0,05	2,95	130105
5	Компот из плодов сухих	150	0,21	0,05	20,91	84,86	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		18,37	19,27	59,62	485,36	0,21	17,67	25,42	2,47	184,91	271,35	56,82	4,36	0,22	14,64	
						Полдник											
1	Оладьи	100	7,39	6,98	43,45	266,18	0,11	0,17	4,26	3,07	51,54	82,44	13,82	0,83	0,07	3,99	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	230117
	Итого:		11,31	10,76	61,03	386,20	0,15	1,09	18,26	3,08	225,74	216,29	35,17	1,03	0,29	16,59	
						Ужин											
1	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	50	7,98	6,38	6,25	114,28	0,04	0,00	0,00	0,36	7,23	81,19	9,93	1,17	0,06	2,63	120540
2	Капуста тушеная	180	3,85	7,42	13,37	135,63	0,08	57,96	0,00	3,48	350,15	76,98	39,56	1,42	0,09	6,73	130201
3	Напиток смородина	150	0,09	0,04	12,65	51,26	0,00	9,00	0,00	0,06	3,60	2,97	2,79	0,15	0,00	0,09	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,51	14,43	42,26	352,97	0,14	66,96	0,00	4,25	365,69	177,94	54,88	2,99	0,16	9,45	
						Ужин2											
1	Чай с молоком с сахаром	150	0,90	0,96	8,90	47,85	0,01	0,18	4,50	0,00	39,12	31,63	4,20	0,05	0,04	2,70	160108
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		2,36	4,54	27,32	159,59	0,02	0,18	6,50	0,70	44,92	49,63	8,20	0,47	0,05	2,70	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		63,74	65,81	237,68	1797,99	2,45	92,22	160,09	11,29	1269,32	1169,26	226,67	12,29	1,21	62,52	
						День 18 (Среда)											
						Завтрак 1											
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	3,67	5,57	17,19	133,61	0,09	0,27	17,73	0,33	66,43	103,02	30,29	0,74	0,08	5,54	120224
2	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	29,97	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		7,67	17,37	34,76	326,10	0,12	0,34	73,73	0,82	175,15	180,05	36,39	1,12	0,13	6,44	
						Завтрак 2											
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	210104
	Итого:		0,20	0,15	5,15	22,75	0,01	2,50	0,00	0,20	9,50	8,00	6,00	1,15	0,02	0,50	
						Обед											
1	Винегрет	30	0,48	3,06	2,73	40,34	0,02	2,50	0,00	1,36	11,46	14,20	6,22	0,27	0,01	1,43	100501
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	130	3,00	2,38	8,09	65,77	0,02	0,78	9,57	0,21	6,30	17,49	4,50	0,31	0,02	0,65	110333
3	Рагу из мяса птицы	150	12,67	11,66	17,17	224,34	0,14	10,77	31,50	1,55	31,90	137,11	34,19	1,71	0,14	7,53	120609
5	Кисель из клюквы быстрозамороженной	150	0,04	0,02	18,07	72,58	0,00	1,13	0,00	0,08	5,50	4,87	1,13	0,09	0,00	0,00	160203-1
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,12	17,93	64,25	494,88	0,23	15,17	41,07	3,72	109,86	240,47	53,63	3,22	0,19	11,61	
						Полдник											
1	Пудинг манный	80	3,62	3,77	21,24	133,38	0,04	0,13	12,60	0,36	47,37	46,52	7,22	0,35	0,06	3,37	120229
2	Соус абрикосовый	5	0,03	0,00	3,28	13,24	0,00	0,02	0,00	0,03	0,97	0,80	0,58	0,07	0,00	0,00	140206
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	4,20	4,48	5,60	79,52	0,04	0,98	28,00	0,00	168,00	133,00	19,60	0,14	0,24	12,60	2301031
	Итого:		7,85	8,26	30,11	226,13	0,08	1,13	40,60	0,39	216,34	180,32	27,40	0,56	0,30	15,97	

Ужин																	
1	Тефтели рыбные	50	6,64	1,06	5,60	58,51	0,05	0,88	5,63	0,50	133,61	195,17	13,22	0,35	0,03	53,45	120403
2	Картофель отварной	180	3,77	3,72	30,54	170,73	0,22	18,72	10,80	0,22	31,82	109,94	43,25	1,72	0,15	9,68	130103
3	Напиток из цитрусовых	150	0,09	0,02	17,00	68,50	0,01	4,11	0,00	0,02	4,47	2,09	1,22	0,09	0,00	0,00	160234
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			12,10	5,40	63,15	349,54	0,30	23,71	16,43	1,09	174,60	323,99	60,29	2,40	0,20	63,14	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	150	0,34	0,11	21,83	89,72	0,01	39,00	0,03	0,26	8,85	8,76	3,54	0,41	0,02	0,00	160238
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
Итого:			1,80	3,69	40,25	201,46	0,03	39,00	2,03	0,96	14,65	26,76	7,54	0,83	0,03	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			48,73	52,80	237,68	1620,87	0,77	81,85	173,86	7,18	700,10	959,59	191,25	9,28	0,86	97,65	
День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	80	8,35	8,99	1,56	120,55	0,05	0,14	8,46	0,38	62,97	137,49	10,60	1,53	0,30	14,30	120301
2	Какао на молоке	150	2,75	2,61	10,97	78,39	0,02	0,41	10,13	0,01	85,74	81,08	22,20	0,75	0,09	6,08	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			12,79	20,45	22,61	325,63	0,09	0,55	48,59	0,83	154,61	237,27	35,40	2,54	0,41	21,28	
Завтрак 2																	
1	Флоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	95	1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	210103
Итого:			1,43	0,48	19,95	89,78	0,04	9,50	0,00	0,38	7,60	26,60	39,90	0,57	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат витаминный с растительным маслом	30	0,43	3,02	2,86	40,40	0,01	6,12	0,00	1,36	38,22	9,72	5,45	0,17	0,01	0,89	100504
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	120	3,49	2,68	8,99	74,05	0,10	3,24	0,00	1,17	16,67	47,81	17,31	0,87	0,04	2,06	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
5	Рис отварной	50	1,24	1,41	13,66	72,31	0,01	0,00	4,50	0,09	2,04	26,63	8,78	0,18	0,01	0,38	130301
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			23,66	9,03	66,13	440,43	0,28	13,35	13,04	4,30	426,11	610,09	72,89	4,80	0,15	133,48	
Полдник																	
1	Каша рассыпчатая пшенная с фруктами	100	3,74	2,35	27,28	145,21	0,14	1,71	4,51	0,27	19,38	81,10	34,51	1,44	0,03	1,79	120246
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	3,92	3,78	14,28	106,82	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14	0,21	12,60	230116
Итого:			9,12	9,71	59,98	363,77	0,19	2,55	20,51	0,97	198,78	232,10	59,51	2,00	0,25	14,39	
Ужин																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,90	100503
2	Макароны, запеченные с сыром	200	10,91	8,33	48,96	314,48	0,12	0,10	48,40	1,15	158,08	137,64	16,27	1,29	0,07	1,40	120213
3	Компот из плодов свежих	150	0,04	0,04	16,01	64,60	0,00	1,05	0,00	0,02	2,13	1,16	0,95	0,28	0,00	0,21	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			12,80	9,00	75,48	434,15	0,15	2,65	48,40	1,54	171,81	162,79	24,01	1,99	0,09	2,51	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	150	4,50	4,80	7,05	89,40	0,03	0,90	22,50	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	0,20	13,50	230105
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,67	81,79	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104
Итого:			6,91	6,74	20,72	171,19	0,06	0,96	27,69	0,31	200,76	167,53	26,02	0,47	0,23	15,33	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			66,70	55,41	264,87	1824,95	0,81	29,56	158,22	8,33	1159,68	1436,37	257,73	12,38	1,17	186,99	
День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	100	3,64	3,98	17,08	118,71	0,04	0,41	16,20	0,25	86,61	75,54	12,35	0,24	0,10	6,30	120205
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,84	2,55	14,61	92,75	1,82	0,45	11,25	0,00	105,98	86,13	22,50	1,30	0,10	12,75	160103
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Творог классический	1 шт	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	

5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,91	14,58	45,19	387,59	1,92	1,43	103,45	0,84	461,29	452,47	63,95	2,28	0,50	19,05	
Завтрак 2																	
1	Флоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	210110
	Итого:		0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	5,00	0,00	0,10	8,00	5,50	4,50	1,10	0,01	1,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	30	0,37	1,64	2,61	26,73	0,02	7,54	0,00	0,68	8,71	8,90	5,11	0,24	0,02	0,15	100518
2	Щи из свежей капусты	130	1,04	1,97	4,38	39,45	0,03	10,17	3,90	0,66	79,91	23,99	10,91	0,38	0,03	2,11	110105
3	Суфле из печени	70	11,61	5,25	8,35	127,09	0,18	17,45	2523,15	1,58	135,77	218,97	14,58	8,12	1,20	9,63	120538
4	Соус сметанный	5	0,17	0,66	0,49	8,59	0,00	0,01	3,75	0,02	19,67	2,32	0,35	0,01	0,00	0,24	140106
4	Пюре картофельное	50	1,11	1,28	7,20	44,73	0,05	4,20	4,35	0,05	18,16	32,64	10,86	0,39	0,05	2,98	130101
5	Компот из плодoв сухих	150	0,21	0,05	20,91	84,86	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,43	11,67	62,13	423,31	0,34	39,37	2535,20	3,55	324,55	365,22	53,20	10,32	1,31	17,10	
Полдник																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	100	3,57	4,73	12,68	107,56	0,06	0,43	18,30	0,11	90,63	98,96	32,14	1,85	0,12	7,26	120221
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
3	Кисломолочный напиток (см. приложение №3)	140	5,46	3,50	5,88	76,86	0,00	0,42	28,00	0,00	173,60	128,80	19,60	0,14	0,18	0,00	230102
	Итого:		10,49	11,81	36,98	296,16	0,08	0,85	48,30	0,81	270,03	245,76	55,74	2,41	0,31	7,26	
Ужин																	
1	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	5,33	6,06	6,02	99,97	0,03	0,05	2,78	0,93	15,64	59,16	7,61	0,75	0,05	2,41	120535
2	Рагу из овощей	180	3,12	9,27	21,05	180,12	0,14	13,91	0,00	4,23	32,47	85,14	39,18	1,30	0,11	6,68	130203
3	Кисель из смородины	150	0,08	0,03	18,34	73,95	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14	0,00	0,08	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		10,14	15,96	55,41	405,84	0,19	21,47	2,78	5,55	59,96	167,62	51,72	2,43	0,16	9,17	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	150	0,90	0,96	8,90	47,85	0,01	0,18	4,50	0,00	39,12	31,63	4,20	0,05	0,04	2,70	160108
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	15,24	87,56	0,04	0,06	4,14	0,35	17,71	31,63	4,83	0,33	0,04	1,84	190107
	Итого:		3,64	2,70	24,15	135,41	0,04	0,24	8,64	0,35	56,83	63,26	9,03	0,38	0,07	4,54	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №4)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		60,80	56,92	228,75	1670,51	2,59	68,36	2698,37	11,21	1180,66	1299,82	238,13	18,92	2,37	58,12	
	Итого за 5 дней		59,70	56,53	243,62	1722,11	1,49	71,29	1027,26	9,07	1060,91	1192,28	227,04	14,20	1,46	90,34	
	Итого за 20 дней		61,12	58,99	244,06	1751,60	1,10	69,41	628,21	9,00	973,06	1148,99	228,97	13,29	1,30	89,23	