

сезон: зимний (с 1 декабря по 1 марта)

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
I день, неделя первая		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак														
172	Каша пшеничная молочная	150	200	3,8	5,06	3,53	3,68	5,9	7,86	21,6	28,8	150	200		
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64		
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35		
397	Какао с молоком	170	200	3,57	4,76	3,53	4,16	3,48	4,61	13,25	17,66	80	107		
		ИТОГО		10,83	14,7	8,62	10,44	11,13	15,27	46,53	60,47	304	406		22%
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
		ИТОГО		0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	Обед														
20(в)	Салат из свежей капусты с луком, с р.м.	40	60	0,50	0,75			2,20	3,30	3,46	5,19	38	57	14	21
81	Суп гороховый с мясом, сметаной	150	200	3,06	4,08	2,70	3,80	3,74	4,98	11,44	15,25	74	98	3,49	4,65
286	Тефтели мясные в молочном соусе	50\15	70\20	3,69	5,17	3,30	3,80	4,02	5,63	7,02	9,83	95	133	0,25	0,35
123(а)	Греча рассыпчатая с овощами	110	130	3,78	4,91			3,01	3,91	17,56	22,83	114	135	0,96	1,25
372	Компот из свежих фруктов	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	21,32	28,42	85	113	2,3	3,07
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
		ИТОГО		14,44	19,5	6	7,6	13,52	18,52	75,88	100,37	486	636	21	30,32
	Полдник														
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4
495	Печенье	7	15	1,16	3,50			1,27	3,54	3,74	7,49	29	63		
368	Яблоко	50	60	0,20	0,24			0,20	0,24	8,94	10,72	24	28	5	6
		ИТОГО		6,71	10,16	5,35	6,42	7,27	10,74	29,73	38,67	173	235	5,2	6,4
	Ужин														
369(а)	Соленый огурец	20	30	0,16	0,24			0,02	0,03	0,34	0,51	3	4	1	1,5
171	Суфле из печени с сметанным соусом	70\15	80\20	5,35	6,30	4,33	5,09	4,23	4,98	1,40	1,80	151	178	13,7	16,11
330	Пюре из овощей	110	130	1,4	1,66	0,20	0,30	2,56	3,02	12,14	14,35	88	104	11,24	13,28
1	Хлеб витаминный с маслом сливочным	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,79	83	119		
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02
		ИТОГО		9,30	11,36	4,63	5,59	10,14	13,45	35,71	45,77	353,00	442,00	25,96	30,91
		ИТОГО В ДЕНЬ		41,46	55,90	24,60	30,05	42,47	58,39	210,11	267,54	1395	1798	55,76	71,23
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	-1,29	3,52	-9,89	-7,25	-9,64	-2,68	3,50	2,51	-0,36	-0,11	23,90	42,46

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
II день, неделя первая				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
371	Морковь порционно	30	40	0,39	0,52			0,03	0,04	2,07	2,76	6	8	1,5	2,0
240	Пудинг творожно-яблочный с слад. соусом	120/20	150/25	10,18	12,73	10,08	12,6	9,98	12,47	15,57	19,46	186	233	1,6	1,99
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105		
	ИТОГО			16,33	20,93	13,35	16,96	14,09	17,99	45,35	59,49	338	435	3,1	3,99
	Второй завтрак														
368(а)	Фрукты - груша	100	90	0,40	0,36			0,30	0,27	16,63	16,04	67	60	5	4,5
	ИТОГО			0,4	0,36			0,3	0,27	16,63	16,04	67	60	5	4,5
	Обед														
82/1	Рассольник ленинградский на к\бульоне, со сметаной	150	200	1,46	1,95	1,00	1,33	3,07	4,09	5,76	7,68	108	129	4,53	6,04
308	Куриные фрикадельки в сметанном соусе	50/15	70/20	5,05	7,07	4,10	5,00	5,89	8,25	5,87	8,22	110	154	0,24	0,37
336	Капуста тушёная	110	130	0,72	0,85	0,04	0,04	2,86	3,38	12,35	14,16	79	98	17,16	22,3
398	Напиток из шиповника, кураги, изюма	150	200	0,51	0,68			0,21	0,28	19,98	26,64	76	101	8	11
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			10,82	14,55	5,14	6,37	12,56	16,66	59,04	75,55	453	582	29,93	39,71
	Полдник														
401	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40
454 (г)	Пирожок с морковью	50	70	2,37	3,34	0,7	0,88	2,39	3,35	17,46	24,44	109	152	0,79	1,1
	ИТОГО			6,72	9,14	5,05	6,68	6,14	8,35	23,46	32,44	184	252	1,84	2,5
	Ужин														
19\2	Салат из морской капусты с яйцом	40	50	2,32	2,90	1,52	1,90	3,14	3,92	4,16	5,20	36	45	1,32	1,65
255	Сельдь с р.м.	50	70	4,50	6,75	4	6	2,58	3,61	0,46	0,51	71	109	0,1	0,15
318	Картофель отварной с маслом	110	130	0,35	0,41	0,04	0,05	3,2	3,78	18,87	22,3	114	135	13,4	15,83
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	25\5	30\10	2,12	2,57	0,10	0,20	3,29	3,37	13,37	16,59	72	98		
393	Чай с сахаром, лимоном	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
	ИТОГО			9,39	12,77	5,66	8,15	12,22	14,70	48,20	59,72	339	448	17,17	20,77
	ИТОГО В ДЕНЬ			43,66	57,75	29,20	38,16	45,31	57,97	192,68	243,24	1381	1777	57,04	71,47
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы	100		3,95	6,94	6,96	17,78	-3,60	-3,38	-5,08	-6,80	-1,36	-1,28	26,76	42,94

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг		
				Белки				Жиры		Углеводы						
				всего		вт.ч. живот.										
III день, неделя первая				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
213	Яйцо	1 шт.	1 шт.	5,00	5,00	5	5	4,60	4,60	0,00	0,00	60	60			
94	Суп молочный с крупой (греча)	150	200	3,61	4,81	2,46	3,28	4,81	6,41	20,38	27,17	114	152			
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35			
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89			
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100			
		ИТОГО		15,28	19,22	11,44	13,65	14,26	18,02	48,09	64,44	337	436	0	0	
	Второй завтрак															
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6	
		ИТОГО		0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6	
	Обед															
62	Борщ с капустой, картофелем, сметаной, мясом	150	200	1,35	1,80	1,35	1,80	3,92	4,20	8,23	10,97	117	156	6,16	8,21	
289	Биточки паровые с молочным соусом	50\15	70\20	3,69	5,17	3,30	4,30	4,61	5,70	5,58	7,72	94	132	0,14	0,19	
321	Картофельное пюре	110	130	2,10	2,48	0,60	0,80	3,20	3,78	14,99	17,72	100	120	12,07	15,7	
378	Кисель из свежеморож. ягод	150	200	0,08	0,10			0,03	0,04	19,60	26,13	79	105	1,38	1,84	
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100			
		ИТОГО		10,295	13,55	5,25	6,9	12,29	14,38	63,48	81,39	470	613	19,75	25,94	
	Полдник															
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4	
368(в)	Фрукты - апельсин	50	60	0,45	0,54			0,10	0,12	8,32	9,98	27	32	30	35	
493	Пряник	7	15	0,22	0,48			0,13	0,28	4,56	9,78	23	49			
		ИТОГО		6,02	7,44	5,35	6,42	6,03	7,36	29,93	40,22	170	225	30,2	35,4	
	Ужин															
34	Салат из свеклы с яблоком, с р.м.	40	60	0,44	0,66			2,40	3,60	7,64	11,47	38	57	2,6	3,9	
267	Рыба запеченая с овощами	160	180	8,48	9,54	6,59	7,53	9,38	11,25	10,56	11,88	200	225	4,8	5,4	
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	25\5	30\10	2,12	2,57	0,10	0,20	2,99	3,37	13,37	16,59	72	98			
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02	
		ИТОГО		11,08	12,83	6,69	7,73	14,78	18,24	38,56	49,26	338	417	7,42	9,32	
		ИТОГО В ДЕНЬ		42,86	53,22	28,73	34,70	47,77	58,41	202,32	257,57	1394	1770	60,97	74,26	
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50	
	% выполнения от нормы			100	2,04	-1,44	5,24	7,10	1,64	-2,65	-0,33	-1,31	-0,43	-1,67	35,48	48,52

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
IV день, неделя первая															
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
177	Каша ассорти (греча, рис) молочная	150	200	4,60	5,30	3,53	3,68	5,50	7,33	24,82	33,09	152	202	0	0
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100		
		ИТОГО		9,71	12,11	5,95	6,45	8,83	11,81	52,53	70,36	294	391	0	0
	Второй завтрак														
368	Фрукты - яблоко	100	90	0,45	0,40			0,40	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
		ИТОГО		0,45	0,4			0,4	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
	Обед														
20(a)	Салат из свежей капусты, сол. огурца, с луком, р.м.	40	60	0,37	0,56			2,30	3,40	1,08	1,62	30	45	8,1	12,15
99	Суп-пюре картофельный с овощами, мясом, сметаной	150	200	2,40	3,20	1,23	1,64	4,28	5,70	11,40	15,20	113	150	5,13	6,84
298	Голубцы ленивые с молочым соусом	130/15	160/20	6,61	8,32	6,38	7,32	8,41	10,35	15,94	19,93	177	217	15,02	18,78
376	Компот из кураги	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,82	27,76	84	112	0,3	0,4
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
		ИТОГО		12,79	16,67	7,61	8,96	15,54	20,15	64,32	83,36	484	624	28,55	38,17
	Полдник														
401	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40
454(a)	Пирожок с яблоками	50	70	1,49	1,73	0,08	0,1	3,20	3,73	14,97	20,96	106	148	1,25	1,75
		ИТОГО		5,84	7,53	4,43	5,9	6,95	8,73	20,97	28,96	181	248	2,3	3,15
	Ужин														
33	Салат из свеклы, с сахаром, р.м.	40	60	0,60	0,90			2,20	3,20	4,32	6,48	59	89	3,9	5,85
238	Творожно-морков. запеканка с слад./соусом	140/15	180/20	9,68	12,1	9,58	11,01	8,93	11,16	13,59	17,47	179	230	0,94	1,18
1	Батон со сливочным маслом	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	3,40	14,84	19,79	83	119		
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02
		ИТОГО		12,67	16,16	9,68	11,21	14,46	17,78	39,74	53,06	349,00	475,00	4,86	7,05
		ИТОГО В ДЕНЬ		41,46	52,87	27,67	32,52	46,18	58,83	195,43	251,82	1375	1798	45,71	57,37
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	-1,29	-2,09	1,36	0,37	-1,74	-1,95	-3,73	-3,52	-1,79	-0,11	1,57	14,74

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
V день, неделя первая				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
172 (в)	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,04	5,39	3,1	4,13	4,90	6,53	17,00	22,67	142	189	0	0
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35		
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	25\5	30\10	2,12	2,57	0,06	0,10	3,29	3,37	13,37	16,59	72	98		
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105		
	ИТОГО			11,2	15,2	7,99	11,19	13,55	17,55	43,32	56,52	314	427	0	0
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79,00	79,00	3,60	3,60
	Обед														
29(б)	Салат из свеклы с репч. луком, р.м.	40	60	0,42	0,63			2,06	3,09	3,89	5,84	32	48	4,16	6,24
47	Уха рыбацкая со сметаной	150	200	1,25	1,66	1,23	1,65	2,9	3,56	5,08	6,77	72	96	0,29	0,38
291	Зразы картофельные фаршированные мясом со молочным соусом	150\15	180\20	8,23	9,14	5,32	6,62	8,74	10,49	21,27	25,78	242	290	11,31	13,7
398(в)	Напиток из шиповника с черносливом	150	200	0,51	0,68			0,21	0,28	19,78	26,37	75	100	7	9,3
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			13,49	16,11	6,55	8,27	14,44	18,08	65,1	83,61	501	634	22,76	29,62
	Полдник														
401	Снежок	150	180	4,05	4,86	4,05	4,86	4,75	5,76	13,20	19,44	95	114	1,35	1,62
495	Печенье	7	10	1,16	2,3			1,65	2,36	3,49	4,99	29	42		
368(в)	Банан	50	60	0,75	0,90			0,25	0,3	13,13	15,75	48	55	5	6
	ИТОГО			5,96	8,06	4,05	4,86	6,65	8,42	29,82	40,18	172	211	6,35	7,62
	Ужин														
52\2	Салат из свеж. моркови, с р.м.	40	50	0,30	0,38			2,40	3,00	2,73	3,41	31	40	2	2,4
255	Биточки рыбные	50	70	5,81	8,14	5,1	7,14	4,70	6,60	3,18	4,45	76	106	0,5	0,67
316(а)	Рис припущенный с овощами	110	130	2,43	3,16	0,04	0,04	4,25	5,53	18,04	23,45	124	146	1,5	1,95
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
393	Чай с сахаром, брусникой	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
	ИТОГО			10,92	14,86	5,14	7,18	11,60	15,51	50,05	66,44	344,00	442,00	6,35	8,16
	ИТОГО В ДЕНЬ			41,75	54,41	23,73	31,50	46,65	59,97	210,55	269,01	1410	1793	39,06	49,00
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	-0,60	0,76	-13,08	-2,78	-0,74	-0,05	3,72	3,07	0,71	-0,39	-13,20	-2,00

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг			
VI день, неделя вторая				Белки				Жиры		Углеводы							
				всего		вт.ч. живот.											
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
	Каша вязкая молочная "Дружба" (рис, пшеничная)	150	200	3,95	5,26	2,76	3,68	5,00	6,67	14,60	19,46	143	186	0	0		
134	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64				
701	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35				
7	Какао с молоком	170	200	3,57	4,76	3,53	4,16	3,48	4,61	13,25	17,66	80	107				
397		ИТОГО		10,98	14,9	7,85	10,44	10,23	14,08	39,53	51,13	297	392	0	0		
	Второй завтрак																
	Фрукты - банан	100	90	1,50	1,35			0,50	0,45	26,25	25,31	96	86	10	9		
368(в)		ИТОГО		1,5	1,35			0,5	0,45	26,25	25,31	96	86	10	9		
	Обед																
	Салат из морской капусты, моркови, лука с р.м.	40	60	0,90	1,35			2,20	3,30	4,59	6,89	39	58	2,6	3,9		
48(а)	Щи "По-Уральски" с мясом, сметаной	150	200	2,94	3,69	2,94	3,69	3,60	4,77	6,76	9,96	95	127	7,11	9,48		
72	Фрикадельки мясные с молочным соусом	50\15	70\20	3,69	5,17	3,30	4,80	4,02	5,63	7,02	9,83	96	134	0,25	0,35		
288	Капуста тушёная	110	130	0,72	0,85	0,04	0,04	2,86	3,38	12,35	14,59	79	98	17,16	22,3		
336	Компот из чернослива	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,82	27,76	86	115	0,3	0,4		
376	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100				
700		ИТОГО		11,66	15,65	6,28	8,53	13,23	17,78	66,62	87,88	475	632	27,42	36,43		
	Полдник																
	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40		
401	Ватрушка со сметаной	50	60	2,88	3,45	0,8	0,88	4,78	5,73	16,45	19,74	115	130	0,03	0,04		
458(а)		ИТОГО		7,23	9,25	5,15	6,68	8,53	10,73	22,45	27,74	190	230	1,08	1,44		
	Ужин																
	Язык отварной	50	70	4,28	6,00	4	5,6	4,36	6,10	0,00	0,00	91	128				
242	Соленый огурец	20	30	0,16	0,24			0,02	0,03	0,34	0,51	3	4	1	1,5		
369(а)	Картофельное пюре с морковью	110	130	2,5	2,96	1,99	2,36	4,22	4,99	14,1	16,52	108	128	8,5	10,05		
204	Батон со сливочным маслом	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,77	83	119				
1	Зефир	5	15	0,04	0,12			0	0	3,67	11,01	17	51				
702	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02		
392		ИТОГО		9,37	12,48	6,09	8,16	11,93	16,54	39,94	57,13	330,00	467,00	9,52	11,57		
		ИТОГО В ДЕНЬ		40,74	53,63	25,37	33,81	44,42	59,58	194,79	249,19	1388	1807	48,02	58,44		
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50		
	% выполнения от нормы		100	-3,00	-0,69	-7,07	4,35	-5,49	-0,70	-4,04	-4,52	-0,86	0,39	6,70	16,88		

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		ВТ.Ч. ЖИВОТ.									
VII день, неделя вторая															
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
371	Морковь порционно	30	40	0,39	0,52			0,03	0,04	2,07	2,76	6	8	1,5	2,0
234	Пудинг творожный паровой с слад/соусом	120/15	150/20	10,28	12,85	10,00	12,2	9,9	12,35	17,17	21,46	196	245	0,23	0,29
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105		
	ИТОГО			16,43	21,05	13,27	16,56	14,01	17,87	46,95	61,49	348	447	1,73	2,29
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	Обед														
25(а)	Салат зимний (картофель, лук, зел. горошек), с р.м.	40	60	0,48	0,72			2,08	3,12	3,84	5,76	42	63	7,48	11,22
75	Рассольник домашний на кур/бул. со сметаной	150	200	2,02	2,69	1,98	2,38	3,26	4,34	5,17	6,89	72	96	4,13	5,5
300	Мясо кур отварное в молочном соусе	50/15	70/20	5,26	6,22	5,26	6,22	6,98	8,25	2,3	2,72	116	137		
123(а)	Греча рассыпчатая с овощами	110	130	3,78	4,91			3,01	3,91	17,56	22,83	114	135	0,96	1,25
398(б)	Напиток из шиповника с курагой	150	200	0,51	0,68			0,21	0,28	19,68	26,24	74	99	8	11
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			15,13	19,22	7,24	8,6	16,07	20,56	63,63	83,29	498	630	20,57	28,97
	Полдник														
401	Снежок	150	180	4,05	4,86	4,05	4,86	4,75	5,76	13,20	19,44	95	114	1,35	1,62
494	Вафли	10	15	0,15	0,21			0,15	0,20	8,11	12,17	34	51		
368	Яблоко	50	60	0,20	0,24			0,20	0,24	8,94	10,72	24	28	5	6
	ИТОГО			4,4	5,31	4,05	4,86	5,1	6,2	30,25	42,33	153	193	6,35	7,62
	Ужин														
33	Салат из свеклы, с сахаром, р.м.	40	60	0,60	0,90			2,20	3,20	4,32	6,48	59	89	3,9	5,85
208	Макароны запеченные с яйцом	150	180	3,04	5,95	1,84	2,39	6,78	8,14	20,12	26,83	167	200	0,33	0,39
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,79	83	119		
393	Чай с сахаром, брусникой	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
	ИТОГО			6,09	10,09	1,94	2,59	12,31	16,76	50,62	68,22	355	469	6,58	9,38
	ИТОГО В ДЕНЬ			42,23	55,85	26,50	32,61	47,90	61,80	213,71	277,59	1433	1818	38,83	51,86
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	0,55	3,43	-2,93	0,65	1,91	3,00	5,28	6,36	2,36	1,00	-13,71	3,72

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
VIII день, неделя вторая		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
172(б)	Завтрак Каша ячневая молочная	150	200	3,30	4,40	2,53	3,37	4,56	6,08	23,31	31,08	137	183	0	0
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35		
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100		
	ИТОГО			9,97	13,81	6,51	8,74	9,41	13,09	51,02	68,35	300	407	0	0
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	Обед														
48 (б)	Салат из мор. капусты, картофеля, лука, р.м.	40	60	1,10	1,65			2,50	3,60	5,40	8,10	48	72	4,56	6,84
42	Суп из сборных овощей, сметаной, мясом	150	200	1,8	2,4	1,70	1,90	3,6	4,3	3,7	4,9	84	112	4,26	5,68
289	Биточки паровые с молочным соусом	50\15	70\20	3,69	5,17	3,30	4,80	4,61	5,70	5,58	7,72	94	132	0,14	0,19
342	Рагу овощное	110	130	1,88	2,44	1,83	2,40	3,85	4,20	16,36	20,36	87	113	5,7	8,55
378	Кисель из свежеморож. ягод	150	200	0,08	0,10			0,03	0,04	19,60	26,13	79	105	1,38	1,84
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			11,625	15,76	6,83	9,1	15,12	18,5	65,72	86,06	472	634	16,04	23,1
	Полдник														
	Йогурт в стаканчике	125	125	4,35	4,35	4,35	4,35	4,80	4,80	10,60	10,60	100	100		
454(б)	Пирожок с морковью, яблоком	50	70	1,95	2,73	0,07	0,1	2,46	3,45	12,47	17,46	96	134	1,5	1,75
368(г)	Мандарин	50	55	0,34	0,37			0,09	0,11	3,75	4,13	19	21	17,1	20,9
	ИТОГО			6,64	7,45	4,42	4,45	7,35	8,36	26,82	32,19	215,00	255,00	18,6	22,65
	Ужин														
213	Яйцо	1 шт.	1 шт.	5,00	5,00	5,00	5,00	4,60	4,60	0,00	0,00	60	60		
242	Рыба отварная	50	70	5,30	7,43	5,30	7,43	3,74	5,24	0,51	0,71	56	78	0,79	1,1
321	Рис отварной с овощами	110	130	1,35	1,59	0,04	0,06	3,03	3,58	17,31	20,46	118	139	1,5	1,95
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	25\5	30\10	2,12	2,57	0,10	0,20	3,29	3,37	13,37	16,59	72	98		
393	Чай с сахаром, лимоном	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
	ИТОГО			13,87	16,73	10,44	12,69	14,67	16,81	42,53	52,88	352,00	436,00	4,64	6,19
	ИТОГО В ДЕНЬ			42,29	53,93	28,20	34,98	46,96	57,17	208,35	261,74	1418	1811,00	42,88	55,54
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	0,68	-0,13	3,30	7,96	-0,085	-4,72	2,64	0,3	1,29	0,61	-4,7	11,08

№ рецепт уры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг			
IX день, неделя вторая				Белки				Жиры		Углеводы							
				всего		вт.ч. живот.											
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
213	Яйцо	0,5 шт.	0,5 шт.	2,50	2,50	2,50	2,50	2,30	2,30	0,00	0,00	30	30				
174	Каша Ассорти (рис, кукуруза) молочная	150	200	3,78	5,04	2,03	3,68	4,80	6,40	21,67	28,90	142	189				
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89				
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100				
		ИТОГО		11,39	14,35	6,95	8,95	10,43	13,18	49,38	66,17	314	408		22%		
	Второй завтрак																
368(в)	Фрукты - апельсин	100	90	0,50	0,45			0,20	0,18	16,63	15,97	53	48	60	54		
		ИТОГО		0,5	0,45			0,2	0,18	16,63	15,97	53	48	60	54	3%	
	Обед																
13(б)	Салат из св. моркови, репч. лука , зел. горошка с р.м.	40	60	0,74	1,11	0,10	0,12	2,50	3,60	5,21	7,82	44	66	2,32	3,48		
59	Борщ вегетарианский с фасолью, со сметаной	150	200	1,5	2,00	0,11	0,15	3,77	5,04	6,2	8,29	65	87	3,78	5,04		
291	Картофельная запеканка с печенью, с молочным соусом	150/15	180/20	8,23	9,14	6,62	7,64	8,74	10,49	21,27	25,78	222	266	17,31	20,78		
376	Компот из кураги	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,82	27,76	84	112	0,3	0,4		
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100				
		ИТОГО		13,88	16,84	6,83	7,91	15,56	19,83	68,58	88,5	495	631	23,71	29,7	35%	
	Полдник																
401	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40		
3	Батон с джемом, сливочным маслом	30\5\5	40\20\10	1,97	2,38	0,10	0,20	3,31	5,33	15,26	29,31	90	137				
		ИТОГО		6,32	8,18	4,45	6	7,06	10,33	21,26	37,31	165	237	1,05	1,4	12%	
	Ужин																
13	Салат из свеж. капусты, моркови, с р.м.	40	60	0,36	0,54			2,40	3,40	3,61	5,42	36	54	10,3	15,45		
238/1	Суфле творожно-морковное с клюкв./соусом	150/15	180/20	10,25	12,3	10,18	11,8	9,98	12,78	12,82	15,38	203	244	1,59	1,99		
493	Пряник	40	50	1,92	2,40			0,89	1,12	26	32,6	132	166				
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02		
		ИТОГО		12,57	15,3	10,18	11,8	13,28	17,32	49,42	62,72	399	501	11,905	17,46	28%	
		ИТОГО В ДЕНЬ		44,66	55,12	28,41	34,66	46,53	60,84	205,27	270,67	1426	1825	96,67	102,56	100%	
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50		
	% выполнения от нормы		100	6,33	2,07	4,07	6,98	-1,00	1,40	1,12	3,70	1,86	1,39	114,81	105,12		

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
X день, неделя вторая		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
172(а)	Каша пшенная молочная	150	200	4,61	5,85	3,53	3,68	4,98	6,14	21,79	29,05	139	185	0	0
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	3,40	14,84	19,79	83	119		
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105		
	ИТОГО			10,44	13,59	6,9	8,24	12,14	14,66	49,58	66,1	301	409	0	0
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79,00	79,00	3,60	3,60
	Обед														
21(б)	Салат из морской капусты, соленых огурцов, с р.м.	40	50	0,28	0,35			2,50	3,50	1,97	2,46	36	45	1,1	1,38
84	Суп картофельный с рыб. фрикадельками и сметаной	150\10	200\15	1,8	2,41	1,23	2,56	4,41	5,88	9,65	12,86	76	101	5,21	6,94
295	Рулет мясной с яйцом со сметанным соусом	80\15	100\20	5,38	6,79	5,00	6,30	4,02	6,43	8,04	10,16	146	185	1,53	1,93
151(а)	Картофель запеченный в молочном соусе	90	110	1,41	1,70	1,41	1,70	3,51	4,29	15,41	18,91	95	117	3,18	3,87
372	Компот из свежих фруктов	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	21,32	28,42	85	113	2,3	3,07
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			12,28	15,84	7,64	10,56	14,99	20,8	71,47	91,66	518	661	13,32	17,19
	Полдник														
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4
495	Печенье	10	15	1,65	2,48			2,36	3,54	4,99	7,49	42	63		
368(а)	Груша	50	60	0,20	0,24	0,00	0,00	0,15	0,18	8,32	9,98	24	28	2,5	3
	ИТОГО			7,2	9,14	5,35	6,42	8,31	10,68	30,36	37,93	186	235	2,7	3,4
	Ужин														
35	Салат из свеклы с черносливом, р.м.	40	60	0,44	0,66			2,40	3,40	5,69	8,53	45	68	3,5	5,25
268	Суфле из рыбы	70	95	7,73	10,30	7,41	10,14	7,12	9,49	2,85	3,87	111	152	0,58	0,75
330	Пюре из овощей	110	130	1,4	1,66	0,20	0,30	2,56	3,02	12,14	14,35	88	104	11,24	13,28
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35		
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64		
	ИТОГО			13,07	17,56	9,17	13,04	13,84	18,73	39,35	50,08	346,00	460,00	15,34	19,30
	ИТОГО В ДЕНЬ			43,17	56,31	29,06	38,26	49,69	65,28	213,02	268,03	1430	1844	34,96	43,49
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	2,786	4,3	6,45	18,09	5,72	8,80	4,94	2,69	2,14	2,44	-22,32	-13,02

22%

5%

36%

13%

25%

100%

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
XI день, неделя третья															
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
168(а)	Каша рисовая молочная	150	200	4,73	6,3	3,78	5,04	6,15	8,2	22,55	30,06	161	215		
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64		
397	Какао с молоком	170	200	3,57	4,76	3,53	4,16	3,48	4,61	13,25	17,66	80	107		
		ИТОГО		10,2	13,34	7,31	9,2	9,86	13,08	47,48	61,73	294	386	0	0
	Второй завтрак														
368	Фрукты - яблоко	100	90	0,45	0,40			0,40	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
		ИТОГО		0,45	0,4			0,4	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
	Обед														
20(в)	Салат из свежей капусты с луком, с р.м.	40	60	0,50	0,75			2,20	3,30	3,46	5,19	38	57	14	21
106	Суп-пюре из разных овощей, с мясом	150	200	3,13	4,17	2,10	3,00	4,20	5,60	10,25	13,67	99	132	4,9	6,53
286	Тефтели из говядины	50	70	3,69	5,17	3,30	4,80	4,02	5,63	7,02	9,83	95	133	0,25	0,35
334	Морковь тушеная в сметанном соусе	110	130	1,68	2,18	1,23	1,60	3,37	4,38	8,84	10,45	69	82	2,9	4,43
376	Компот из кураги	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,82	27,76	84	112	0,3	0,4
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
		ИТОГО		12,41	16,86	6,63	9,4	14,34	19,61	65,47	85,75	465	616	22,35	32,71
	Полдник														
401	Снежок	150	180	4,05	4,86	4,05	4,86	4,75	5,76	13,20	19,44	95	114	1,35	1,62
458(ж)	Пирожок с ливером из говяжьего сердца	50	70	3,80	5,32	0,12	0,18	4,16	5,82	1,87	2,62	120	168	0	0
		ИТОГО		7,85	10,18	4,17	5,04	8,91	11,58	15,07	22,06	215	282	1,35	1,62
	Ужин														
47	Салат из картофеля с морской капустой и свеклой с р.м.	40	60	0,79	1,18			2,20	3,20	4,60	6,90	53	80	5,08	7,62
220	Омлет с овощами	150	180	4,65	5,58	3,99	4,79	9,35	11,23	9,02	10,83	170	205	1,6	2,4
393	Чай с сахаром, лимоном	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
1	Батон с маслом сливочным	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,79	83	119		
		ИТОГО		7,89	10,00	4,09	4,99	14,88	19,85	39,80	52,64	352	465	9,03	13,16
		ИТОГО В ДЕНЬ		38,80	50,78	22,20	28,63	48,39	64,48	185,69	238,26	1393	1809	42,73	56,49
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	-7,62	-5,96	-18,68	-11,64	2,96	7,47	-8,53	-8,71	-0,50	0,50	-5,04	12,98

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
XII день, неделя третья		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак														
213	Яйцо	1 шт	1 шт.	5,00	5,00	5,00	5,00	4,60	4,60		0,00	60	60		
178	Каша молочная "Дружба" (рис,пшено)	150	200	3,61	4,81	3,53	3,68	3,81	5,08	22,05	29,40	129	172	0	0
1	Хлеб витаминный с маслом сливочным	25\5	30\10	2,12	2,57	0,10	0,20	3,29	3,37	13,37	16,59	73	98		
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105		
	ИТОГО			14,21	17,02	11,9	13,24	15,54	18,17	48,37	63,25	341	435	0	0
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	Обед														
13(б)	Салат из св. капусты, моркови, зел. горошка, р.м.	40	60	0,80	1,20			2,30	3,50	6,50	9,75	40	60	6,5	9,75
43	Суп крестьянский с крупой на к/бульоне с мяс.	150	200	2,13	2,84	1,23	1,64	3,45	4,60	6,98	9,30	79	105	3,6	4,8
306	Куриные биточки	50	70	5,41	7,57	5,23	7,32	6,22	8,71	5,87	8,22	100	140	0,24	0,37
321	Картофельное пюре	110	130	2,10	2,48	0,70	0,80	3,20	3,78	14,99	17,72	100	120	12,07	15,7
398	Напиток из шиповника	150	200	0,51	0,68			0,21	0,28	19,78	26,37	71	95	10	13
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			14,03	18,77	7,16	9,76	15,91	21,53	69,2	90,21	470	620	32,41	43,62
	Полдник														
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4
494	Вафли	7	10	0,15	0,21			0,14	0,20	5,67	8,11	24	34		
368(а)	Груша	50	60	0,20	0,24	0,00	0,00	0,15	0,18	8,32	9,98	24	28	2,5	3
	ИТОГО			5,7	6,87	5,35	6,42	6,09	7,34	31,04	38,55	168	206	2,7	3,4
	Ужин														
42(а)	Салат из свеклы, с сахаром, р.м.	40	60	0,45	0,68			2,30	3,30	5,74	8,61	26	39	1,83	2,74
238(1)	Запеканка творожно-яблочная с клюкв. соусом	120/30	150/30	8,95	11,18	8,95	10,18	8,09	10,20	15,91	19,09	198	237	2,59	3,23
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02
703	Мармелад	10	20	0,01	0,02			0	0	7,94	15,88	32	64		
	ИТОГО			11,73	14,98	8,95	10,18	10,64	13,88	51,34	72,91	351	466	4,44	5,99
	ИТОГО В ДЕНЬ			45,85	57,82	33,36	39,60	48,59	61,33	222,21	287,18	1409	1806	43,15	56,61
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	9,167	7,07	22,20	22,22	3,38	2,22	9,46	10,03	0,64	0,33	-4,12	13,22

24%

5%

34%

12%

25%

100%

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
XIII день, неделя третья				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
371	Морковь порционно	30	40	0,39	0,52			0,03	0,04	2,07	2,76	6	8	1,5	2,0
217	Омлет паровой	130	150	8,34	10,42	8,37	10,42	11,45	13,74	4,18	5,23	191	226	0	0
2	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64		
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35		
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100		
	ИТОГО			15,02	19,59	12,35	15,79	16,32	20,7	30,88	39,26	346	433	1,5	2
	Второй завтрак														
368	Фрукты - яблоко	100	90	0,45	0,40			0,40	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
	ИТОГО			0,45	0,4			0,4	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
	Обед														
53	Икра кабачковая	40	50	0,36	0,45			1,44	1,8	4,16	5,2	36	45	2,32	2,9
58	Борщ с картофелем, сметаной, мясом	150	200	1,35	1,80	1,25	1,60	3,12	4,16	6,18	8,24	93	123	5,28	7,04
289	Биточки паровые	50	70	3,69	5,17	3,30	4,80	4,61	5,70	5,58	7,72	94	132	0,3	0,42
332/1	Овощи под сметанным соусом	110	130	1,30	1,69	0,03	0,06	3,85	5,01	16,92	20,67	101	131	6,63	8,62
378	Кисель из свежемороженных ягод	150	200	0,08	0,10			0,03	0,04	19,61	26,14	79	105	1,38	1,84
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			9,855	13,21	4,58	6,46	13,58	17,37	67,53	86,82	483	636	15,91	20,82
	Полдник														
401	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40
259	Булочка "Веснушка"	50	70	1,88	2,63	0,57	0,8	3,32	4,65	12,20	17,08	92	129	0	0
	ИТОГО			6,23	8,43	4,92	6,6	7,07	9,65	18,2	25,08	167	229	1,05	1,4
	Ужин														
246	Рыба припущенная	60	75	6,15	7,80	6,00	7,50	2,84	3,55	2,55	3,23	83	105	0,98	1,22
318	Картофель отварной с маслом	130	150	0,41	0,47	0,04	0,05	3,78	4,1	22,3	25,73	135	156	15,83	18,2
393	Чай с сахаром, брусникой	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	3,40	14,84	19,79	83	119		
	ИТОГО			9,01	11,51	6,14	7,75	9,95	11,07	51,03	63,87	347,00	441,00	19,16	22,56
	ИТОГО В ДЕНЬ			40,57	53,14	27,99	36,60	47,32	59,15	185,51	231,11	1410,00	1799,00	47,62	55,78
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	-3,42	-1,59	2,53	12,96	0,68	-1,42	-8,62	-11,45	0,71	-0,06	5,82	11,56

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
XIV день, неделя третья															
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
213	Яйцо	0,5 шт.	0,5 шт.	2,50	2,50	2,50	2,50	2,30	2,30	0,00	0,00	30	30		
168(в)	Каша кукурузная молочная	150	200	3,04	4,06	3,53	4,38	3,90	5,20	21,26	28,35	150	200		
1	Батон	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100		
		ИТОГО		10,65	13,37	8,45	9,65	9,53	11,98	48,97	65,62	322	419		23%
	Второй завтрак														
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
		ИТОГО		0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6
	Обед														
25(а)	Салат зимний (картофель, лук, зел. горошек), с р.м.	40	60	0,48	0,72			2,08	3,12	3,84	5,76	42	63	7,48	11,22
74	Рассольник на мяс. бульоне (мелкошинкованный), со сметаной	150	200	0,87	1,16	0,8	1,1	1,96	2,62	7,68	10,24	70	94	4,13	5,5
278	Бефстроганов из отварного мяса	60	70	6,05	7,07	5,00	6,07	6,91	7,35	2,15	2,69	111	130	0,35	0,48
134	Свекла тушеная в молочном соусе	110	130	1,00	1,19	1,00	1,19	3,41	4,03	12,15	14,36	129	153	1,62	2,1
398	Напиток из шиповника с черносливом	150	200	0,51	0,68			0,21	0,28	19,98	25,30	70	93	8	11
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
		ИТОГО		11,99	14,82	6,8	8,36	15,1	18,06	60,88	77,2	502	633	21,58	30,3
	Полдник														
401	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40
493	Пряник	10	15	0,32	0,48			0,18	0,28	6,52	9,78	33	50		
368(в)	Банан	50	60	0,21	0,25			0,16	0,19	13,13	15,75	46	55	5	6
		ИТОГО		4,88	6,53	4,35	5,8	4,09	5,47	25,65	33,53	154	205	6,05	7,4
	Ужин														
13	Салат из свеж. капусты, моркови, с р.м.	40	60	0,36	0,54			2,40	3,40	3,61	5,42	36	54	10,3	15,45
233	Сырники творожно-морковные с фруктовым соусом	120/30	150/30	8,35	10,44	6,5	7,8	11,65	13,98	19,78	23,73	179	215	1,59	1,99
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,02	0,02	7,92	9,32	28	37	0,015	0,02
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	3,40	14,84	19,79	83	119		
702	Зефир	5	15	0,04	0,12			0	0	3,67	7,54	17	49		
		ИТОГО		11,14	14,26	6,6	8	17,39	20,8	49,82	65,8	343	474	11,905	17,46
		ИТОГО В ДЕНЬ		38,84	49,16	26,20	31,81	46,52	56,72	207,58	264,41	1400	1810	43,14	58,76
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	-7,524	-8,96	-4,03	-1,82	-1,02	-5,47	2,26	1,31	0,00	0,56	-4,14	17,52

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг			
XV день, неделя третья				Белки				Жиры		Углеводы							
				всего		вт.ч. живот.											
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
173	Каша манная молочная	150	200	3,20	4,27	3,03	4,04	3,49	4,65	19,75	26,34	126	168				
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35				
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89				
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105				
	ИТОГО			10,52	14,55	7,86	11	9,09	12,66	47,46	63,61	293	397	0	0		
	Второй завтрак																
368(а)	Фрукты - груша	100	90	0,40	0,36			0,30	0,27	16,63	16,04	67	60	5	4,5		
	ИТОГО			0,40	0,36			0,30	0,27	16,63	16,04	67,00	60,00	5,00	4,50		
	Обед																
42	Салат из свеж. моркови, кураги, с р.м.	40	60	0,46	0,69			2,30	3,30	5,76	8,64	27	41	1,83	2,74		
83	Рыбный суп	150	200	1,56	2,08	1,24	1,65	2,35	3,13	9,65	12,86	72	96	2,43	3,24		
277	Гуляш из говядины	60	70	5,63	6,43	5,23	6,32	5,21	5,95	3,43	4,00	109	125	0,48	0,55		
204	Макарон. изделия отварные	100	140	2,28	3,19	0,06	0,1	3,01	4,21	17,63	24,68	100	140				
372	Компот из свежих фруктов	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	21,32	28,42	85	113	2,3	3,07		
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,20	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100				
	ИТОГО			13,46	16,98	6,53	8,07	13,42	17,29	72,87	97,45	473	615	7,04	9,6		
	Полдник																
401	Снежок	150	180	4,05	4,86	4,05	4,86	4,75	5,76	13,20	19,44	95	114	1,35	1,62		
3	Батон с повидлом, сливочным маслом	30\5\5	40\10\10	1,97	2,38	0,10	0,20	3,31	5,33	15,26	21,21	90	127				
	ИТОГО			6,02	7,24	4,15	5,06	8,06	11,09	28,46	40,65	185	241	1,35	1,62		
	Ужин																
369(а)	Соленый огурец	20	30	0,16	0,24			0,02	0,03	0,34	0,51	3	4	1	1,5		
249	Рыба запеченная в омлете	50\30	60\40	7,48	9,35	7,08	9	6,08	7,60	3,21	4,01	123	154	0,82	1,03		
204	Картофельное пюре с морковью	110	130	2,5	2,96	1,99	2,36	4,22	4,99	14,1	16,52	108	128	8,5	10,05		
495	Печенье	20	30	3,3	4,96			4,72	7,08	9,98	14,98	84	126				
393	Чай с сахаром, брусникой	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14		
	ИТОГО			13,54	17,65	9,07	11,36	15,05	19,72	38,97	51,14	364,00	473,00	12,67	15,72		
	ИТОГО В ДЕНЬ			43,94	56,78	27,61	35,49	45,92	61,03	204,39	268,89	1382	1786	26,06	31,44		
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50		
	% выполнения от нормы		100	4,62	5,15	1,14	9,54	-2,30	1,72	0,68	3,02	-1,29	-0,78	-42,09	-37,12		

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг		
				Белки				Жиры		Углеводы						
				всего		вт.ч. живот.										
XVI день, неделя четвертая		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
172(б)	Каша ячневая молочная	150	200	3,30	4,40	2,53	3,37	4,56	6,08	23,31	31,08	137	183	0	0	22%
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35			
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64			
397	Какао с молоком	170	200	3,57	4,76	3,53	4,16	3,48	4,61	13,25	17,66	80	107			
	ИТОГО			10,33	14,04	7,62	10,13	9,79	13,49	48,24	62,75	291	389	0	0	5%
	Второй завтрак															
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6	
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6	
	Обед															35%
82	Суп картофельный с лапшой со сметаной, мясом	150	200	1,62	2,16	1,25	1,66	2,22	3,0	11,94	15,92	95	136	3,95	5,27	
286	Тефтели из говядины с молочным соусом	50/15	70/20	3,69	5,17	3,30	4,80	4,02	5,63	7,02	9,83	100	134	0,25	0,35	
123(а)	Греча рассыпчатая с овощами	110	130	3,78	4,91			3,01	3,91	17,56	22,83	114	135	0,96	1,25	
376	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,10	26,80	83	111	0,3	0,4	
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100			
	ИТОГО			12,5	16,83	4,55	6,46	9,8	13,2	71,7	94,23	472	616	5,46	7,27	
	Полдник															
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4	13%
495	Печенье	7	10	1,16	1,65			1,65	2,36	3,49	4,99	29	42			
368	Яблоко	50	60	0,20	0,24			0,20	0,24	8,94	10,72	24	28	5	6	
	ИТОГО			6,71	8,31	5,35	6,42	7,65	9,56	29,48	36,17	173	214	5,2	6,4	
	Ужин															25%
369(а)	Соленый огурец	20	30	0,16	0,24			0,02	0,03	0,34	0,51	3	4	1	1,5	
242	Язык отварной	50	70	4,28	6,00	4	5,6	4,36	6,10	0,00	0,00	91	128			
155	Запеканка овощная с молочным соусом	110/15	130/20	1,94	2,3	1,53	1,80	5,6	6,62	9,8	11,76	124	147	8,22	9,7	
1	Хлеб витамин.с маслом сливочным	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	3,40	14,84	19,79	83	119			
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,02	0,02	7,92	9,32	28	37	0,015	0,02	
	ИТОГО			8,77	11,7	5,63	7,6	13,32	16,17	32,9	41,38	329	435	9,24	11,22	100%
	ИТОГО В ДЕНЬ			38,49	51,06	23,15	30,61	40,97	52,83	204,58	256,79	1344	1733	23,50	28,49	
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50	
	% выполнения от нормы		100	-8,357	-5,44	-15,20	-5,52	-12,83	-11,95	0,78	-1,61	-4,00	-3,72	-47,79	-43,02	

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
XVII день, неделя четвертая				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
371	Морковь порционно	30	40	0,39	0,52			0,03	0,04	2,07	2,76	6	8	1,5	2,0
238/2	Суфле творожно-яблочное с сладким соусом	120/15	150/20	10,2	12,85	10,00	12,21	10,9	13,73	23,77	29,93	180	226	1,59	1,99
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64		
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105		
	ИТОГО			15,97	20,29	13,27	16,57	15	19,16	50,47	63,96	318	403	3,09	3,99
	Второй завтрак														
368(в)	Фрукты - апельсин	100	90	0,50	0,45			0,20	0,18	16,63	14,97	53	48	60	54
	ИТОГО			0,50	0,45			0,20	0,18	16,63	14,97	53,00	48,00	60,00	54,00
	Обед														
53	Икра кабачковая	40	50	0,36	0,45			1,44	1,80	3,47	5,20	36	45	2,32	2,9
67	Щи из свежей капусты на курином бульоне, со сметаной	150	200	2,02	2,69	1,98	2,38	3,26	4,34	6,37	8,49	72	96	6,09	8,12
307	Котлеты рубленые куриные с мол/соусом	50/15	70/20	5,41	7,57	5,26	7,26	5,87	8,22	6,22	8,71	108	151		
321	Картофельное пюре	110	130	2,10	2,48	0,60	0,80	3,20	3,78	14,99	17,72	100	120	12,07	15,7
376	Компот из кураги	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,82	27,76	84	112	0,3	0,4
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
	ИТОГО			13,3	17,78	7,84	10,44	14,32	18,84	66,95	86,73	480	624	20,78	27,12
	Полдник														
401	Кефир	150	180	4,35	5,80	4,35	5,80	3,75	5,00	6,00	8,00	75	100	1,05	1,40
458(б)	Ватрушка с яблоком	50	70	2,50	3,54	0,06	0,1	2,65	3,71	15,75	22,05	121	169	0,89	1,24
	ИТОГО			6,85	9,34	4,41	5,9	6,4	8,71	21,75	30,05	196	269	1,94	2,64
	Ужин														
52/2	Салат из свеж. моркови, с р.м.	40	50	0,30	0,38			2,40	3,00	2,73	3,41	31	40	2	2,4
247	Макароны отварные с сыром	150	180	3,04	5,95	1,84	2,39	6,78	8,14	28,12	34,42	165	198	0	0
1	Хлеб витамин.с маслом сливочным	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,79	83	119		
393	Чай с сахаром, лимоном	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14
703	Мармелад	10	15	0,01	0,015			0	0	7,94	11,91	32	48		
	ИТОГО			5,8	9,585	1,94	2,59	12,51	16,56	64,97	84,65	357	466	4,35	5,54
	ИТОГО В ДЕНЬ			42,42	57,45	27,46	35,50	48,43	63,45	220,77	280,36	1404	1810	90,16	93,29
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	1,000	6,38	0,59	9,57	3,04	5,75	8,75	7,42	0,29	0,56	100,36	86,58

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг			
XVIII день, неделя четвертая				Белки				Жиры		Углеводы							
				всего		вт.ч. живот.											
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
178	Каша молочная "Дружба" (рис,пшено)	150	200	3,61	4,81	3,53	3,68	3,81	5,08	22,05	29,40	129	172	0	0		
1	Хлеб витаминный с маслом сливочным	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,79	83	119				
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100				
	ИТОГО			8,79	11,68	6,05	6,65	10,22	14,6	49,84	66,45	287	391	0	0		
	Второй завтрак																
399	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6		
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6		
	Обед																
22\1	Салат из свеклы с морской капустой с р.м.	40	60	0,51	0,77			2,50	3,60	7,65	11,48	38	57	3,92	5,88		
83	Суп картофельный с мяс. фрикадельками, со сметаной	150	200	1,67	2,23	1,67	1,90	3,6	4,3	11,7	15,6	84	112	6,72	8,96		
289	Биточки паровые с сметанным соусом	50\15	70\20	3,69	5,17	3,60	5,00	4,61	5,70	5,58	7,72	94	132	0,3	0,42		
337	Капуста тушеная в молоке	110	130	2,02	2,62	1,64	1,80	3,02	3,92	10,53	13,69	73	95	14,08	16,64		
378	Кисель из свежеморож. ягод	150	200	0,08	0,10			0,03	0,04	19,60	26,14	79	105	1,38	1,84		
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100				
	ИТОГО			11,045	14,89	6,91	8,7	14,29	18,22	70,14	93,48	448	601	26,4	33,74		
	Полдник																
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4		
495	Печенье	5	10	0,83	1,65			1,18	2,36	2,5	4,99	21	42				
368(б)	Банан	50	60	0,21	0,25			0,25	0,3	13,13	15,75	46	55	5	6		
	ИТОГО			6,39	8,32	5,35	6,42	7,23	9,62	32,68	41,2	187	241	5,2	6,4		
	Ужин																
213	Яйцо	1	1	5,00	5,00	5,00	5,00	4,60	4,60	0,00	0,00	60	60				
251(а)	Рыба запеченная в молочном соусе	70	90	8,11	10,43	7,50	8,43	8,29	10,36	3,18	4,09	108	135	0,68	0,87		
323	Морковное пюре	110	130	1,80	2,13	0,60	0,80	3,00	3,55	13,30	15,72	80	95	3,7	4,37		
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64				
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35				
393	Чай с сахаром, лимоном	170	200	0,1	0,14			0,01	0,02	11,34	15,12	46	61	2,35	3,14		
	ИТОГО			18,47	22,58	14,66	16,83	17,65	21,33	39,50	48,94	368,00	450,00	6,73	8,38		
	ИТОГО В ДЕНЬ			44,88	57,65	32,97	38,60	49,80	64,18	214,42	272,33	1369	1762	41,93	52,12		
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50		
	% выполнения от нормы		100	6,845	6,76	20,77	19,14	5,96	6,97	5,63	4,34	-2,21	-2,11	-6,82	4,24		

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
				Белки				Жиры		Углеводы					
				всего		вт.ч. живот.									
XIX день, неделя четвертая															
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
371	Морковь порционно	30	40	0,39	0,52			0,03	0,04	2,07	2,76	6	8	1,5	2,0
232	Пудинг из творога с рисом с молочным соусом	120/15	150/20	10,37	12,96	9,1	11,37	10,9	12,78	16,99	21,39	170	212	0,23	0,29
701	Хлеб витаминный	30	40	2,28	3,04			0,24	0,36	14,76	20,01	67	89		
394	Чай с сахаром, молоком	170	200	2,83	3,77	2,42	2,77	3,09	4,12	12,95	17,26	75	100	0,19	0,22
		ИТОГО		15,87	20,29	11,52	14,14	14,26	17,3	46,77	61,42	318	409	1,92	2,51
	Второй завтрак														
368	Фрукты - яблоко	100	90	0,45	0,40			0,40	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
		ИТОГО		0,45	0,401			0,4	0,36	17,87	16,08	67	60	10	9
	Обед														
48 (б)	Салат из овощей с морской капустой, с р.м.	40	60	0,45	0,68			2,20	3,30	4,33	6,49	45	68	8,3	12,45
59	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный), со сметаной	150	200	1,25	1,67	0,11	0,15	2,97	5,04	6,22	8,29	71	95	8,02	10,66
75	Суфле из отварного мяса и риса	70	80	6,71	7,66	4,62	5,28	5,19	5,93	12,3	14,05	155	178	0,02	0,03
342	Рагу овощное	110	130	1,88	2,44	1,83	2,40	3,85	4,20	16,36	20,36	87	113	5,7	6,73
376	Компот из чернослива	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	20,82	27,76	86	115	0,3	0,4
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100		
		ИТОГО		13,7	17,04	6,56	7,83	14,76	19,17	75,11	95,8	524	669	22,34	30,27
	Полдник														
401	Снежок	150	180	4,05	4,86	4,05	4,86	4,75	5,76	13,20	19,44	95	114	1,35	1,62
458(в)	Ватрушка с картофелем	50	70	3,08	4,32	0,12	0,18	2,72	3,82	9,88	13,83	94	132	0,1	0,12
		ИТОГО		7,13	9,18	4,17	5,04	7,47	9,58	23,08	33,27	189	246	1,45	1,74
	Ужин														
284	Оладьи из печени со сметанным соусом	65/10	80/15	5,50	6,77	3,20	3,90	5,20	6,40	12,88	15,85	118	146	4,36	5,37
106	Суп-крем из овощей	130	150	1,23	1,42	0,18	0,23	2,92	3,37	15,91	18,36	99	114	4,41	5,09
1	Хлеб витаминный с маслом сливочным	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	5,40	14,84	19,79	83	119		
704	Конфета шоколадная	10	15	0,64	0,96			3,46	5,19	7,80	11,70	54	81		
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02
		ИТОГО		9,76	12,31	3,48	4,33	14,91	20,38	58,42	75,02	382	497	8,79	10,48
		ИТОГО В ДЕНЬ		46,91	59,22	25,73	31,34	51,80	66,79	221,25	281,59	1480	1881	44,50	54,00
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы		100	11,690	9,67	-5,75	-3,27	10,21	11,32	8,99	7,89	5,71	4,50	-1,12	8,00

№ рецеп- туры	Наименовние изделий (блюд)	Выход, г		Пищевые вещества								ЭЦ, ккал		Витамин С, мг		
				Белки				Жиры		Углеводы						
				всего		вт.ч. живот.										
XX день, неделя четвертая		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
	Завтрак	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
174(а)	Каша овсяно-пшеничная молочная	150	200	4,33	5,77	2,53	3,37	4,96	6,61	18,76	25,01	156	208	0	0	
701	Хлеб витаминный	25	30	1,90	2,28			0,23	0,27	11,68	14,01	53	64			
7	Сыр	6	10	1,56	2,60	1,56	2,60	1,52	2,53	0,00	0,00	21	35			
395	Кофейный напиток с молоком	170	200	3,48	4,64	3,27	4,36	3,84	5,12	12,95	17,26	79	105			
	ИТОГО			11,27	15,29	7,36	10,33	10,55	14,53	43,39	56,28	309	412	0	0	
	Второй завтрак															
	Сок	180	180	0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79	79	3,6	3,6	
	ИТОГО			0,18	0,18			0,41	0,41	22,26	22,26	79,00	79,00	3,60	3,60	
	Обед															
53	Икра кабачковая	40	50	0,36	0,45			1,44	1,8	4,16	5,2	36	45	2,32	2,9	
48	Уха с крупой со сметаной	150	200	1,4	1,87	1,23	1,64	2,8	3,73	6,62	8,83	70	93	0,29	0,39	
274	Мясо тушеное с овощами в соусе	80	100	4,72	5,90	4,05	5,02	4,69	6,25	4,15	5,19	100	125	1,31	1,74	
204	Макарон. изделия отварные	100	130	2,28	2,96	0,06	0,1	3,91	4,21	17,63	22,92	100	130			
372	Компот из свежих фруктов	150	200	0,33	0,59			0,02	0,04	21,32	28,42	85	113	2,3	3,07	
700	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,08	4,00			0,53	0,66	15,08	18,85	80	100			
	ИТОГО			12,17	15,77	5,34	6,76	13,39	16,69	68,96	89,41	471	606	6,22	8,1	
	Полдник															
401	Йогурт питьевой	150	180	5,35	6,42	5,35	6,42	5,80	6,96	17,05	20,46	120	144	0,2	0,4	
494	Вафли	10	20	0,21	0,42			0,20	0,40	8,05	16,11	34	68			
368(г)	Фрукты - мандарин	50	60	0,34	0,40			0,1	0,12	3,75	4,5	19	23	19	22	
	ИТОГО			5,9	7,24	5,35	6,42	6,1	7,48	28,85	41,07	173	235	19,2	22,4	
	Ужин															
49	Салат овощной (св. капуста, мор. капуста, лук), с р. м.	40	50	0,38	0,48			2,76	3,45	2,06	2,58	32	40	5,13	6,41	
270	Пудинг рыбный паровой	80	100	8,95	11,18	8,65	10,08	9,16	11,42	7,33	9,16	138	173	0,66	0,82	
332	Овощи в молочном соусе	80	100	1,65	2,06	1,65	1,9	2,31	2,89	9,95	12,44	71	89	6,52	8,15	
392	Чай с сахаром	170	200	0,04	0,06			0,01	0,02	6,99	9,32	28	37	0,015	0,02	
1	Хлеб витамин.с маслом сливоч.	30\5	40\10	2,35	3,10	0,10	0,20	3,32	3,40	14,84	19,79	83	119			
	ИТОГО			13,37	16,88	10,40	12,18	17,56	21,18	41,17	53,29	352,00	458,00	12,33	15,40	
	ИТОГО В ДЕНЬ			42,89	55,36	28,45	35,69	48,01	60,29	204,63	262,31	1384	1790	41,35	49,50	
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13			42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50	
	% выполнения от нормы			100	2,12	2,52	4,21	10,15	2,15	0,48	0,80	0,50	-1,14	-0,56	-8,12	-1,00

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД			42,39	54,87	27,33	34,26	46,98	60,42	205,86	262,98	1401	1801	48,20	58,59
	Норма Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13		42,00	54,00	27,30	32,40	47,00	60,00	203,00	261,00	1400	1800	45	50
	% выполнения от нормы	100	0,9	1,61	0,11	5,73	0,0	0,71	1,41	0,76	0,1	0,1	7,11	17,17

