Утверждаю заведующий МБДОУ № 74 г. Мурманска Галат Е.Е.

10-дневное основное меню 03.02.2025-14.02.2025 для 1,5 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо	од Белк	и Жирь	и Углево	Эн Эн	ергетическая ценность	С	№ рецептуры
	Ясли 12 ча День 1	СОВ		Γ	Іонеделы	ник 03.0	2.2025		
	Каша овся "Геркулеса жидкая		140,00	2,88	4,90	16,73	161,5	0,00	Могильный. Туте въян 2010 № 94
	Батон "Ум обогащен йодказеин	ый	30,00	2,03	0,71	13,84	49,90	0,00	Могильный. Тутсльян 2010. № 1
Завтрак	Джем	OW	10,00	0,01	0,01	6,10	6,9	0,00	Спб 2008. № 2
	Кофейный напиток с молоком	i	150,00	2,38	2,01	11,97	69,92	0,49	Могилыный. Тугельян 2012. № 395
	Итого		350,00	7,59	7,64	49,28	291,02	0,49	
Второй	I Milbi lelle		150,00	4,57	4,07	7,56	71,33	0,75	Сборник 1997. № 400
завтрак	Итого		150,00	4,57	4,07	7,56	71,33	0,75	
	Рассольны	Рассольник по ленинградски		2,63	6,78	19,43	73,88	00,0	Пермь 2004 № 32
	Гуляш из	Гуляш из отварнего мяса		4,84	4,38	9,80	91,88	2,36	Могильный Тутельян 2010. № 27
	-	Макароны 1		5,47	2,93	24,33	126,33	0,00	Могильный Тутельян 2010. № 20
Обед		Икра кабачковая для детского		0,40	2,80	2,80	38,80	0,00	Конь, Мосов. №
	Хлеб "Целебнь обогащен	и ій	30,00	1,40	0,32	11,96	57,60	0,00	Могильный Тутельян 2012. № 1
	Компот и	Cymicinal		0,02	20,82	94,13	0,00	Могильный Тутельян 2010. № 37	
	Итого	(PISIONI)	530,00	15,07	17,23	89,14	482,61	2,36	
	Салат ов с зелены гэрошко	M	200,00	9,51	9,90	5,39	125,38	0,00	Могильны Тутельян 2012. № 23
Уплотне	Батон "У обогаще	мылца" мыл	30,00	2,97	4,52	21,19	136,69	0,00	Могильны Тугельян 2012. № 12
полдчик	Чай с вај		150,00	0,08	0,03	19,61	79,20	15,00	Могильны Тугельян 2012. № У
	Итого		400,00	14,67	18,04	60,48	437,5	17,20	
Итого			1 420,00	41,90	46,97	206,45	1 282,4	20,79	

Прием пищи		ко Белк	и Жирь	Углег	воды	Энергетическая ценность	C	№ рецептуры
	Ясли 12 часов		Вторни	ık 04.0	2.20	25	Sept. Sept.	
	День 2 Суп молочный с	150,00	3,02	5,34	20,85	136,06	0,00	Пермь 2004. № 93
	крупой (ячневая) Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	1,69	0,59	11,53	58,25	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 1
Завтрак	Сыр (порциями)	10,00	2,47	2,87	0,00	3,62	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 7
	Чай с молоком	160,00	5,56	2,33	11,93	74,17	0,00	Могильный. Тутельян 2010. № 394
	Итого	350,00	12,74	11,13	44,31	272,01	0,00	
Второй	Кефир	150,00	4,35	3,75	6,00	75,00	00,0	Могильный, Тутельян 2010. № 401
завтрак	Итого	150,00	4,35	3,75	6,00	71,00	0,00	
	Суп картофельный с	150,00	3,30	2,34	11,15	5 89,25	5,99	Пермь 2004. № 41
	Котлеты (свинина)	60,00	3,89	8,00	8,32	126,40	0,08	Пермь 2013. № 386
	Спожный гарнир (рис отварной, овощи тушеные)	110,00	2,30	4,29	26,20	5 127,45	0,00	Конь, Мосов. № 60
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	30,00	0,53	0,07	1,40	8,87	0,00	Пермь 2011. № 309
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,40	0,32	11,9	6 57,60	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 1
	Компот из свежих плодов (яблоко)	150,00	0,12	0,11	19,8	8 87,60	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 372
	Итого	530,00	11,54	15,13	78,9	7 497,17	6,08	
	Запеканка из творога (Манка)	130,00	5,52	8,91	29,2	260,15	0,00	Могильный, Тугельян 2011. № 237
	Сгущенное молоко жирностью 8,5%	20,00	1,00	1,70	11,2	34,07	0,00	Пермь 2011. № 346
Уплотненны полдник	Плюшка московская	20,00	1,34	1,57	9,9	5 38,80	0,00	Конь, Мосов 2011. № 1
	Молоко кипяченое	150,00	4,57	4,07	7,5	6 71,33	0,75	Сборник 199′ № 400
	Итого	415,00	13,47	16,39	72,0	62 432,05	0,75	
Итого		1 445,00	42,10	46,40	201,	90 1 272,2	6,83	

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо	Белки	Жирь	углев	оды		огстическая ценность	С	№ рецептуры
	Ясли 12 часов День 3			Среда	05.02.	2025	5	SPERMIN	TTA MENT	
	Каша рисовая молочная жидкая	15	0,00	7,16	9,66	12,95	5	151.12	0.62	Могильный. Тутельян 2010 № 94
	Батон "Умница" обогащенный		5,00	1,69	0,59	11,5	3	58,25	0,00	Могильный. Тутельян 2010. № 1
Завтрак	йодказеином Масло (порциям	и) 4	,00	0,03	3,28	0,48	3	2,30	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 6
	Какао с молоком	1 10	55,00	2,38	2,01	11,9	7	75.83	0,60	Могильный. Гутельян 2012. № 397
	17	34	54,00	11,25	15,53	36,9	3	287,2	1,21	
Второй	Итого Сок 0,200		50,00	1,13	0,23	1,5	8	72,90	31.50	Пермь 2011 № 408
завтрак	Итого	1	50,00	1,13	0,23	1,5	8	72,90	31,50	
	Соль йодирован		1,00	0,00	0,00	0,00		0,00	0.00	2008. № 1
	Сун из овощей		70,00	2,88	2,47	4,3	2	88,85	0,00	Пермь 2004. № 66
	Жаркое по -	1	50,00	15,35	7,77	26.	96	243,54	0,00	Сборпик 1997. № 276
	домашнему Огурец консервирован	тый	30,00	0,59	3,31	1.9	7	41,33	11.79	Могильный, Тутельян 2012. № 15
Обед	Хлеб "Целебие обогащенный	лй"	30,00	1,40	0,32	11,	96	57,60	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 1
	йодказеином Компот из сущеных фрукт	гов	.50,00	0,33	0,02	20.	82	63,98	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 376
	(Kypara) U roro		540,00	20,55	13,89	66.	,03	495,3	11,79	
	Овощи в молоч	TTTCART	150,00	3,30	9,58	22	,2()	169,20	0,00	Пермь 2011. № 78
	соусе Батон "Умница обогащенный	a"	20,00	1,35	0,47	9,	23	46.60	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 1
Уплотненн	йодказеином ый Чай с сахаром		150.00	0,09	0.02	7,	77	31,29	0.00	Могильный, Тутельян 2010. № 393
полдник	Булочка домаг		50,00	3,99	7,30	51	,50	154,40	0,00	Пермь 2004. № 274
	Яблоко		95,00	0,14	0,28	6	,86	26,60	0,00	Пермь 2011 № 90
	Итого		465,00	8,87	17,65	97	7,56	428,09	0,00	
Итого	111010		1	41,80	47,30	20	2,10	1 283,5	44,50	

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо д	Белки	Жиры	Угле	воды	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
	Ясли 12 часов День 4		τ	етвер	г 06	.02.2	025		The state of the s
	Омлет натуральный	15	00,0	3,18	4,92	16,73	3 139,30	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 94
2	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	25	5,00	1,69	0,59	11,53	3 58,25	0,00	Могильный, Тутельян 2010 № 1
Завтрак	Повидто	10	00,0	0,01	0,01	6,10	6,90	0.00	Сиб 2008. № 2
	Кофейный напит с молоком	ок 16	5,00	2,15	1,46	18,33	84,00	0.34	Могильный, Тутельян 2016 № 0
	Итого	35	0,00	7,03	6,97	53,33	3 288,05	0,34	
Второй	Молоко кипячено		0,00		4,07	7,50	71,33	0,75	Сбориик 1997 № 400
завтрак	Итого	15	0,00	4,57	4,07	7,56	71,33	0,75	
	Икра кабачковая для детского питания	30	0),00	0,55	3,60	4,21	38,33	0,00	Могильный. Тутельян 2012. № 13
	Суп картофельны с бобовыми (горох)		00,00	3,30	3,07	11,70	5 81.00	4.01	Могильный, Тутельян 2012 № 82
	Курица в соусе с томатом	60	0.00	10.39	6.54	3,20	95,60	0.00	Пермь 2011. № 287
Обед	Макароны отварные с овощами	11	0,00	1,76	5,87	20,39	9 132,29	37,47	Могилывый. Тутельян 2012. № 132
	Хлеб "Целебный обогащенный йодказеином		00.0	1,40	0,32	11,90	57.60	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 1
	Кисель из плодов или ягод свежих (Вишня)		00.00	0,08	0,03	19,6	1 79,20	15.00	Могильный. Тутельян 2012. № 378
	Итого	54	0,00	17,48	19,43	71,1	2 484,03	56,48	
	Фрикадельки мясные	50	0,00	6,60	8,24	5,63	88.04	0,00	Пермь 2004 № 143
	Капуста туппеная	11	00.0	1.76	6,38	21,50	6 124,52	0.00	Могильный, Тутельян 2011. № 321
Уплотненный полдник	й Батон "Умница" обогащенный йодказеином	3:	5,00	2,36	0,82	16,1	4 81,55	00,00	Могильный, Тугельян 2010 № 1
	Чай с лимоном	15	00,00	0,09	0,00	11,5	8 60,38	0.00	Могильный, Тутельян 2012 № 381
	Итого	46	50,00	12,62	16,63	70,0	9 432,51	48,00	
Итого	M	51	1 0,00	41,70	47,10	202,1	.0 1 275,9	105,57	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белк	и Жи	ры У	Глевод	Ш	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
	Ясли 12 часов]	іятні	ица	07.02	2.202	25		
	День 5 Суп молочный с макаронными изделиями	150	0,00	2,19	2,01		15,70	148,95	0,68	Могильный. Тутельян 2012 № 93
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20	,00	1,35	0,47	7	9,23	46,60	0,00	Могильный. Тутельян 2010 № 1
Завтрак	Сыр (порциями)	10	10,00 2,		2,87	7	0,00	3,62	0,00	Могильный. Тутельян 2010 № 7
	Чай с молоком	170	0,00	5,56	2,33	3	11,93	74,17	0,00	Могильный, Тугельян 2010 № 394
	Итого	350	0,00	11,56	7,68	8	36,86	273,34	0,68	
Второй	Молоко кипяченное	150	0,00	4,35	3,7	5	6.30	76,67	0,00	Могиньный. Тутельян 2010. № 401
завтрак	Итого	150	150,00		3,7	5	6,30	76,67	0,00	
	Свекольник		0,00	1,50	5,4	0	9,96	79,50	4,14	Пермь 2011. № 65
	Закладка мяса на порцию супа	7.	,50	1,08	1,3	8	0,00	11,10	0,00	Сборник 1996 № 1
	Печень говяжья по-строгановски	60	0,00	5,79	8,0	6	15.14	102,76	0,00	Пермь 2011. N 238
Обед	Картофель отварной	11	0,00	1,76	6,3	8	26,15	124,52	0,00	Пермь 2011. N 314
	Хлеб "Целебный обогащенный йодказеином		0,00	1,40	0,3	2	11,96	57,60	0,00	Могильный, Тутельян 2012 № 1
	Компот из брусники	15	0,00	0,23	0,0	5	18,64	55,64	11,25	Сборник 1996 № 0
	Итого	53	7,50	11,77	21,6	50	83,04	504,73	15,39	
	Винегрет овощно	рй 15	0,00	7,10	7,4	0	35,98	207,6	0,00	Пермь 2011. N 203
	Горощек зеленый консервированны отварной для нодгарнировки	- 24	00,00	0,58	1,3	5	3,97	83,00	0,00	Могильный, Тутельян 2010 № 1
Уплотненны полдник			0,00	4,57	4,0	17	7,56	71,33	0,75	Сборник 1997 № 400
	Сок 0,200	15	0,00	2,20	1,3	30	13,60	68,00	0,00	Пермь 2011. Л 246
	Мандарин	9:	5,00	0,14	0,2	28	6,86	26,60	0.00	Пермь 2011. Л 90
	Итого	41	5,00	14,45	14,	12	75,81	429,93	0,75	
Итого			1 52,50	42,13	47,	15	202,01	1 284,7	16,82	

Утверждаю заведующий МБДОУ г. Мурманска № 74 Галат Е.Е. *Тама*

Прием I	Наименование блюда	Выхо	Белкі	и Жир	ы Угл	ієводы		ргетическая ценность	C	№ рецептуры
	Ясли 12 часов День 6	L				понедо 10.02		The same time.	98ha	194
	Каша молочная пшеничная		0,00	5,44	3,40	3,40 21,50		143,88	0,46	Пермь 2004. № 91
	жидкая Батон "Умница обогащенный	a" 31	0,00	2,03	0,71	0,71 13,8		69,90	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 1
Завтрак	йодказеином Масло (порция	іми) 4	1,00	0,03	3,28	3,28 0,4		2,30	0,00	Могильный, Тутеньян 2010. № 6
	Какао с молок	ом 1	70,00	2,38	2,01	11,9	77	75,83	0,60	Могильный, Тутельян 2012. № 397
	Итого	34	54,00	9,88	9,40	47,8	35	291,91	1,06	
Второй	Сок 0,200		50,00	1,13	0,23	1,5		72,90	31,50	Пермь 2011. № 408
завтрак	Итого	1:	50,00	1,13	0,23	1,5	8	72,90	31,50	
	Закладка мяса порцию супа	***	7,50	1,08	1,38	0,0	0	11,10	0,00	Сборник 1996. № 1
	Щи из свежей капусты с картофелем		70,00	0,51	0,62	6,4	6	109,01	8,32	Могильный, Тутельян 2012. № 67
	Рыба отварна:	я	50,00	8,18	4,28	9,0	00	48,75	2,33	Могильный, Тутельян 2012. № 242
	Рис отварной	1	10,00	2,66	3,73	24,	42	119,47	0,00	Пермь 2011. № 303
Обед	Салат из свек солеными		40,00	0,57	2,40	2,6	57	34,93	0,00	Пермь 2011. № 38
	огурцами Хлеб "Целеб обогащенный		30,00	1,40	0,32	11,	96	57,60	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 1
	йодказеином Компот из сушеных фру (Изюм)	ктов	150,00	0,33	0,02	20.	,82	94,13	0,00	Могильный, Тутельян 2010 № 376
	Итого		587,50	16,14	14,12	2 76.	,71	488,66	10,65	
	Салат овощн	ой с	150,00	8,19	11,10		,27	180,3	0,00	Пермь 2011. № 46
Уплотненный	горошком Батон "Умни обогащенный	Í	30,00	2,03	0,71	13	,84	69,90	0,00	Могильный, Тугельян 2010 № 1
полдник	йодказеином Чай с сахаро		150,00	0,46	0,19	22	,25	60,75	0,00	Могильный, Тутельян 2011 № 398
	Итого		410,00	14,65	23,4	5 76	,96	419,88	0,00	
Итого			1 481,50	41,80	47,2	0 20	3,10	1 273,5	43,21	

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо Бел	тки	Жиры	Углег	воды	Энергетическая ценность	C	№ рецептуры
	Ясли 12 часов День 7				Вторі	ник 11	.02.2025		7
	Суп молочный с крупой (пшено)	150,00	2,6	53	1,89	9,98	137,20	0,68	Могильный, Тутельян 2012. № 94
	Батон "Умнища" обогащенный йодказеином	30,00	2,0	0,71		13,84	4 69,90	0,00	Могильный Тутельян 2010. № 1
Завтрак	Джем	10,00	0,0	01	0,01	6,10	6,90	0,00	Спб 2008. № 2
	Кофейный напиток с молоком	: 160,00	2,3	38	2,01	11,97	69,92	0,49	Могильный. Тугельян 2012. № 395
	Итого	350,00	7,0	03	4,60	41,88	283,92	1,17	
Второй	Кефир	150,00	4,3	35	3,75	6,00	75,00	0,00	Могильный. Тутельян 2010. № 401
завтрак	Итого	150,00	4,.	35	3,75	6,00	75,00	0,00	
	Суп картофельный с бобовыми(Фасоль)	150,00	1,3	32	2,65	12,12	87,36	3,75	Могильный. Тутельян 2012. № 81
	Котлета мясная	50,00	6,0	60	8,24	5,63	88,04	0,00	Пермь 2004 № 143
	Капуста тушеная	110,00	1,	76	6,38	21,56	124,52	0,00	Могильный Тугельян 2011. № 321
Обед	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,	40	0,32	11,96	57,60	0,00	Могильный Тутельян 2012. № 1
	Кисель из плодов ил ягод свежих (Вишня	1 1 30 00	0,	.08	0,03	19,6	79,20	15,00	Могильный Тугельян 2012. № 378
	Огурец консервированный	20,00	0,	.38	2,45	1,23	28,56	0,00	Могильный Тутельян 2010. № 15
	Итого	530,00	13	,19	20,02	85,95	5 484,24	18,75	
	Сырники творожны запеченные	e 150,00	8,	,18	12,79	21,2	4 172,00	0,00	Пермь 2011 № 201
	Сгущенное молоко жирностью 8,5%	20,00	1,	,00	1,70	11,20	34,07	0.00	Пермь 2011 № 346
Уплотненн	Молоко кипяченное	150,00	5,	,56	2,33	11,9	74,17	0,00	Могильный Тутельян 2010. № 39
ый полдник	Банан	95,00	1,	,20	0,16	16,8	76,00	0,00	Пермь 2011 № 90
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,00	1,	,34	1,57	9,95	58,80	0,00	Конъ, Мосо 2011. № 1
	Итого	430,00	17	7,03	18,13	68,3	2 429,02	0,00	
Итого		1 460.00	41	1,60	46,50	202,1	5 1 272,20	19,92	

								6	THE RELEASE		
Прием Н	Наименование блюда	Выхо д	Белки	и Жир	ы	Угле	воды	¥,)	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
9	Ясли 12 часов					Cpe	да 12	2.0	2.2025	-50	P
	День 8	1				-1-0					Могильный,
	Омлет натуральнь	ıй l5	60,00	3,09	5	5,25 17,9)3	161,5	0,00	Тутельян 2010. № 94
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20	0,00	1,35	0	,47	9,23		46,60	00,0	Могильный, Тутельян 2010 № 1
Завтрак	Сыр (порциями)	10	0,00	2,47	2	,87	7 0,00		3,62	0,00	Могильный, Тугельян 2010. № 7
	Чай с молоком	16	50,00	5,56		,33	11,9)3	74,17	0,00	Могиньный, Тутельян 2010. № 394
	Горошек зеленый консервированный отварной для подгарнировки		0,00	0,30	0	,02	0,64	4	7,80	0,00	Пермь 2011. № 329
	Итого	35	50,00	12,77	10	0,94	39,7	72	293,69	0,00	
Второй	Молоко кипячено	e 15	50,00	4,57	4	,07	7,56	6	71,33	0,75	Сборник 1997. № 400
завтрак	Итого	15	50,00	4,57	4	,07	7,56	6	71,33	0,75	
	Рассольник домашний	15	50,00	2,10	. 3	,06	5,22	2	75,60	4,02	Могильный, Тугельян 2012. № 76
	Рыба припущенная		0,00	6,00	4	,45	2,05	5	86,26	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 245
	Пюре картофельное		0,00	2,24	3	,52	21,6	53	101,20	12,70	Могильный, Тутельян 2011. № 321
Обед	Салат из белокочанной капусты с морков	ыо	0,00	0,50	3	,63	2,34	4	43,80	0,00	Пермъ 2011. № 36
	Хлеб "Целебный' обогащенный йодказеином		0,00	1,87	0	,43	15,9	94	76,80	0,00	Могильный. Тутельян 2012. № 1
	Компот из сущень фруктов (Курага)	ых 15	50,00	0,33	0	,02	20,8	32	63,98	0,00	Могильный, Тугельян 2010. № 376
	Закладка мяса на порцию супа		7,50	1,08		,38	0,00		11,10	0,00	Сборник 1996. № 1
	Итого	57	77,50	14,64	17	7,83	69,8	35	481,23	16,72	
	Рагу из овощей с кабачками	15	50,00	1,80	7	,20	5,93	3	160,13	0.00	11ермъ 2004. № 78
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20	0,00	1,35	0	,47	9,23	3	46,60	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 1
Уплотненный полдник	Чай с варенъем	15	50,00	0.09	0	,02	7,77	7	61,29	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 393
полдник	АЗРОЦУЗ КАНЖОЧОЦ	50	0,00	7,26	. 6	,34	55,2	25	128,88	0.00	Могильный, Тутельян 2012. № 0
	Яблоко	9.	5,00	0,14	0	,28.	6,86	6	26,60	0,00	Пермъ 2011. № 90
	Итого	46	5,00	10,07	14	4,31	85,0)4	423,5	0,00	
Итого		54	1 12,50	42,05	47	7,15	202,1	17	1 269,80	17,47	

Прием Н	Наименование блюда	Выхо д	Белки	Жиры	Углег	воды	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
	Ісли 12 часов				четво	ерг 13	.02.2025	1,250	j.
	День 9 Каша "Дружба"	15	0,00	3,55	3,44	17,93	136,87	0,47	Пермь 2004. No 84
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30),00	1,35	0,47	9,23	46,60	0,00	Могильный, Тутельян 2010 № 1
Завтрак	Масло (порциями)	4	,00	0,03	3,28	0,48	2,30	0,00	Могильный. Тутельян 2010 № 6
	Какао напиток с молоком	17	0,00	2,02	0,60	19,53	91,59	0,29	Пермь 2011. № 0
	Итого	35	4,00	6,95	7,79	47,16	277,36	0,76	
Второй	Сок 0,200		0,00	1,13	0,23	1,58	72,90	31,50	Пермь 2011. № 408
завтрак	Итого	15	0,00	1,13	0,23	1,58	72,90	31,50	
	Сун картофеньный макаронными изделиями	í C	0,00	1,42	0,63	10,62	51,36	2.79	Могильный, Тутельян 2012 № 81
	Птица отварная	6	0,00	14,05	10,85	5,46	136,92	(),()()	Пермь 2004. № 179
	Капуста тушеная	11	.0,00	4,51	7,99	27,97	135,74	0,00	Пермь 2011. N 184
Обед	Огурец свежий	3	0,00	0,30	2,10	2,10	29,10	0,00	Конь, Мосов. № 4
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином		0,00	1,40	0,32	11,96	57,60	0,00	Могильный, Тугельян 2012 № 1
	Компот из свежезаморожени ягод (Брусника)	ых 1:	50,00	0.15	0,06	13,05	73,50	0,00	Конь, Мосов. № 94
	Итого	54	40,00	21,83	21,95	71,15	484,22	2,79	
Mary vy - Mary	Котлета рыбная любительская	5	0,00	5,00	8,00	16,32	96,40	80,0	Пермь 2013. N 386
	Картофель в моло	ке 1	10,00	1,76	5,87	24,05	5 132,29	37,47	Могильный, Тугельян 2012 № 132
Уплотненный	Батон "Умница" обогащенный йолказеином	3	0,00	2,03	0,71	13,84	4 69,90	0,00	Могильный. Тутельян 2010 № 1
полдник	Чай с молоком	1	50,00	0,09	0,00	11,58	8 60,38	0,00	Могильный, Тутельян 2012 № 381
	Печенье сливочно	ne l	0,00	0,85	1,03	7,10	20,50	0,00	Промышленно производство № 238
	Итого	4	55,00	9,89	16,16	81,2	9 421,07	37,56	
Итого			1 99,00	41,79	46,82	201,1	8 1 255,6	72,61	

Прием Н	Іаименование блюда	Выхо	Белки	Жиры	Угле	воды	Энергетическая ценность	C	№ рецептуры
5	Ісли 12 часов День 10				Пятн	ица	14.02.2025	1	
	Каша пшенная молочная жидкая	15	0,00	3,13	3,87	13,73	3 106,65	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 94
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30	0,00	2,03	0,71	13,84	69,90	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 1
Завтрак	Повидло	10	00,00	0,01	0,01	6,10	24,40	0,00	Спб 2008. № 2
	Кофейный напит с молоком	70к 16	0,00	2,15	1,46	18,33	84,00	0,34	Могильный, Тутельян 2016. № 0
	Итого	35	0,00	7,31	6,04	51,99	284,95	0,34	
Второй завтрак	Ряженка	14	0,00	4,06	3,50	5,88	71,56	0.00	Могильный, Тутельян 2010. № 401
	Итого	14	0,00	4,06	3,50	5,88	71,56	0,00	
	Закладка мяса на порцию супа	7	,50	1,08	1,38	0,00	11,10	0,00	Сборник 1996. № 1
	Борщ с капустой картофелем	и 17	0,00	2,04	2,99	15,13	85,61	5,45	Могильный, Тугельян 2012. № 57
	Печень, тушеная соусе	В 60	0,00	11,97	6,93	4,95	129,60	9,00	Пермь 2013. № 0
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	11	0,00	1,72	6,35	18,76	5 126,72	0,00	Пермь 2011 № 297
	Помидоры свежи		0,00	0,56	0,08	1,52	8,80	2,80	Пермь 2011. № 308
	Хлеб "Целебный обогащенный йодказеином	30	0,00	1,40	0,32	11,96	5 57,60	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 1
1+1	Кисель из свежиля год (Смородина		0,00	0,19	0,16	27,0	78,23	0,00	Пермь 2011. № 400
	Итого	59	7,50	18,96	18,22	79,33	3 497,66	17,25	
	Винегрет овощно	ой 15	0,00	3,38	13,70	30,59	71,7	0,00	Могильный, Тутельян 2012. № 45
Уплотненный	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30	0,00	2,03	0,71	13,84	69,90	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 1
полдник	Сок 0,200	15	0,00	1,13	0,23	12,20	72,90	31,50	Пермь 2011. № 408
	Апельсин	95	5,00	0,14	0,28	6,86	26,60	0,00	Пермь 2011. № 90
	Итого	47	0,00	11,77	19,14	65,90	421,70	31,50	
Итого			1 7,50	12,10	46,90	203,1	0 1 275,87	49,09	