1 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша "Дружба" молочная 200 гр. Таб. 2 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Пшено		12	12													
Рис		9	9													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				5,94	7,281	26,335	176,4	1,755	164,91	0,33	0,1146	0,2145	0,01959	0,126	25,932	142,29
Кофейный напиток с молоком 180 гр. Рец. 414 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Кофейный напиток		2,3	2,3													
Молоко 3,2%		110	110													
Сахар		13	13													
Итого по блюду:				3,351	3,6994	15,4605	109,626	1,43	133,91	0,14	0,04469	0,1673			15,4598	99
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	40															
Масло сливочное		7	7													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				2,543	6,072	16,391	99,46	0,066	46,38	1,1756	0,16243	0,0975	0,04571	0,1327	15,208	51,82
Второй завтрак																
Сок 190 гр. Рец. 418 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	190															
Сок		190	190													
Итого по блюду:				0,95		17,29	72,96	3,8	13,3		0,019	0,019			2,66	
Обед																
Огурец свежий	20															
Огурец свежий		22	20													

Общество с ограниченной ответственностью Российская Федерация г. Ростов-на-Дону «Питание» №1 Для документов ИНН 3460079774 ОГРН 1213400000307

Кру Пономарёв Е.Ю.

Итого по блюду:				0,585	2,045	2,795	30,33	9,555	19,5	0,9555	0,01365	0,0143	0,00065	0,971	8,45	13
Борщ со сметаной	200\10															
капуста свежая		44	35													
Картофель		53	40													
куры		20	12													
Лук репчатый		10	8													
масло растительное		3	3													
морковь		145	13													
сахар		0,8	0,8													
свекла		35,0	30,0													
сметана		6	6													
т.паста		5	5													
Итого по блюду:				2,057	2,305	14,332	86,35	12,25	13,93	0,681	0,0772	0,0497		0,93	17,96	38,35
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140															
КАРТОФЕЛЬ		190	1550													
масло сливочное		5	5													
Молоко 3,2%		40	40													
итого по блюду:																
котлета по хлынновски	60															
картофель		25	18													
Лук репчатый		15	9													
мясо свинина/говядина		42	42													
масло растительное		5	5													
сухари панировочные		5	5													
Итого по блюду:				21,9522	23,035	36,9707	411,962	4,3	31,043	2,3486	0,13347	0,19512	0,10465	1,85	50,976	249,36
Компот из свежих плодов или (Сух. Фруктов)180 гр.	180															
Сахар		10	10													
Яблоко		25	25													
Итого по блюду:				0,1	0,1	12,43	51	2,5	4,3	0,03	0,0075	0,005			0,55	
Хлеб ржаной 38 гр.	30															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				3,154	0,57	18,278	98,42	0,152	27,74	1,0754	0,16378	0,1273		0,1254	15,2	47,5
Хлеб пшеничный 20 гр.	20															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				1,52	0,18	9,9	54	0,04	27,6	0,704	0,0942	0,054		0,038	9,2	30,6
Полдник																
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1ШТ															
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ		44	40													
Итого по блюду:																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		30	30													
Итого по блюду:																
Чай с сахаром	200															
Сахар		13	13													
Чай		4,0	4,0													
Итого по блюду:																
На день																
Соль йодированная 5 гр.	5															
Соль		5	5													
Итого по блюду:	10								18,4	0,145						
Аскорбиновая кислота 0,5 гр на 10 дней	1															
Аскорбиновая кислота		0,5	0,5													
Итого по блюду:				0,0005	0,0005	0,4789	1,15865	0,3	0,17	0,0015	0,0002	0,00015				

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ 1 день

2 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша геркулесовая молочная 200 гр. Таб. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Геркулес		20	20													
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,39**	**8,035**	**11,359**	**175,79**	**1,755**	**228,51**	**0,876**	**0,147**	**0,2261**	**0,01959**	**0,35**	**44,712**	**187,67**
Какао с молоком 180 гр. Рец. 416 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180															
Какао-порошок		1,7	1,7													
Молоко 3,2%		110	110													
Сахар		13	13													
Итого по блюду:				**3,6031**	**3,775**	**10,3334**	**90,863**	**1,43**	**134,326**	**0,499**	**0,0457**	**0,1684**			**15,4**	**99**
Второй завтрак																
Фрукты	100															
В асс-те		100														
Итого по блюду:																
Обед																
Салат из моркови	70															
масло растительное		4	4													
сахар		1	1													
морковь		86	69													
Итого по блюду:				**1,008**	**3,969**	**4,662**	**57,204**	**9,45**	**17,325**	**0,567**	**0,0315**	**0,0378**		**1,575**	**12,978**	**20,412**
Суп с бобовыми (гороховый) на мясном бульоне	220															
Горох		16														
Картофель		77,5														
Лук репчатый		18														
Масло сливочное		2														
Морковь		22														
Хлеб пшеничный		20														
Итого по блюду:				**6,7421**	**7,9201**	**17,6967**	**169,399**	**44,739**	**55,775**	**1,8628**	**0,12107**	**0,13315**	**6,4351**	**1,777**	**36,601**	**100,486**
макароны отварные	150															
макароны отварные		60	60													
масло сливочное		7	7													
итого по блюду:																
сосика отварная	60															
сосика отварная		60	60													
итого по блюду:																
Компот из яблок	180															
Сахар		17,2	17,2													
Яблоко		32	32													
Итого по блюду:				**0,18**	**0,072**	**11,294**	**47,82**	**36**	**6,78**	**0,264**	**0,0054**	**0,0036**	**0,00306**		**5,58**	**5,94**
Хлеб ржаной 38 гр.	30															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 20 гр.	20															

Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				1,52	0,18	9,9	54	0,04	27,6	0,704	0,0942	0,054		0,038	9,2	30,6
Полдник																
омлет	100															
яйцо		1,6	1,4													
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		40	40													
Итого по блюду:																
икра кабачковая	40															
икра кабачковая		40	40													
Итого по блюду:																
Кисель	180															
Сахар		10	10													
Кисель-концентрат		22	22													
Итого по блюду:																
На день																
Соль йодированная 5 гр.	5															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									18,4	0,145						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **2 день**

3 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша манная молочная 200 гр. Таб. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Манка		19	19													
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				6,343	7,004	25,191	173,79	1,755	165,74	0,3897	0,1102	0,2213	0,01959	0,03	27,842	147,91
Чай с молоком 180 гр. Рец. 413 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180															
Молоко 3,2%		80	80													
Сахар		10	10													
Чай		0,5	0,5													
Итого по блюду:				2,3205	2,56	13,775	88,04	1,04	96,33	0,11	0,032	0,12			11,202	72
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	40															
Масло сливочное		7	7													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				2,543	6,072	16,391	99,46	0,066	46,38	1,1756	0,16243	0,0975	0,04571	0,1327	15,208	51,82
Второй завтрак																
Фрукт 140 гр. Рец. 386 СРБ для ДОО Тутельян В.А. 2015 год	100															
Фрукт свежий		100	100													
Итого по блюду:				1,4	0,56	21,56	100,1	14	16,8	0,84	0,056	0,07	0,028	0,56	35	39,2
Обед																

Салат из свеклы отварной 60 гр. Рец. 34 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**60**															
Масло растительное		2	2													
Сахар		0,5	0,5													
Свекла		72,5	58													
Итого по блюду:				**1,0875**	**2,0525**	**6,879**	**50,425**	**7,25**	**26,84**	**1,0165**	**0,0145**	**0,029**	**0,00145**	**0,88**	**15,95**	**31,175**
Суп с вермишелью на курином бульоне 200 гр. Рец. 88 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**200**															
Вермишель		5	5													
Картофель		50	40													
Лук репчатый		14	12													
Масло растительное		2	2													
куры		25	10													
Морковь		17	15													
Итого по блюду:				**7,298**	**2,454**	**33,4005**	**179,075**	**18,44**	**61,35**	**2,8235**	**0,3554**	**0,15845**	**0,01306**	**0,2155**	**49,473**	**130,59**
рагу из птицы	**200**															
капуста		50	34													
морковь		45,0	40													
Лук репчатый		22,5	20													
Масло сливочное		5,0	5													
кртофель		100,0	90													
Масло растительное		5	5													
птица		60	50													
Компот из сухофруктов 180 гр.	**180**															
Сахар		14	14													
Сухофрукты		16,5	16,5													
Итого по блюду:						**12,455**	**46,5**	**0,33**	**18,615**	**0,03**	**0,0033**	**0,0066**			**0,99**	
Хлеб ржаной 38 гр.	**30**															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 20 гр.	**20**															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**1,52**	**0,18**	**9,9**	**54**	**0,04**	**27,6**	**0,704**	**0,0942**	**0,054**		**0,038**	**9,2**	**30,6**
Полдник																
макаронные изделия с тертым сыром запеченные	**100**															
макароные изделия		40	40													
масло сливочное		5	5													
сыр		10	10													
Итого по блюду:																
Чай с лимоном 200 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**200**															
Лимон		8,0	8													
Сахар		15	15													
Чай		4,0	4,0													
Итого по блюду:																
На день																
Соль йодированная 5 гр.	**5**															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **3 день**

4 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша пшенная молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Пшено		25	25													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,805**	**7,62**	**28,684**	**190,89**	**1,755**	**166,01**	**0,331**	**0,162**	**0,2161**	**0,01959**	**0,23**	**24,162**	**136,07**
Кофейный напиток с молоком 180 гр. Рец. 414 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Кофейный напиток		2,3	2,3													
Молоко 3,2%		110	110													
Сахар		13	13													
Итого по блюду:				**3,351**	**3,6994**	**15,4605**	**109,626**	**1,43**	**133,91**	**0,14**	**0,04469**	**0,1673**			**15,4598**	**99**
Бутерброд с маслом и сыром 33/5/12 гр. Рец. 3 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	50															
Масло сливочное		5	5													
Сыр		12	12													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**5,293**	**7,902**	**16,375**	**140,18**	**0,15**	**151,74**	**1,2916**	**0,16523**	**0,1311**	**0,06721**	**0,1127**	**19,4**	**111,44**
Второй завтрак																
Сок 190 гр. Рец. 418 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	190															
Сок		190	190	0,95		17,29	72,96	3,8	13,3		0,019	0,019			2,66	
Итого по блюду:				**0,95**		**17,29**	**72,96**	**3,8**	**13,3**		**0,019**	**0,019**			**2,66**	
Обед																
Суп картофельный с и курицей 200 гр. Рец. 83 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	200															
Картофель		120	90													
Куры		20	11,5													
Лук репчатый		18	16													
Масло растительное		4	4													
Морковь		22	20													
пшено		20	20													
Итого по блюду:				**3,167**	**4,345**	**18,1545**	**124,55**	**52,524**	**48,92**	**1,285**	**0,13065**	**0,11045**	**6,42**	**1,4575**	**34,22**	**73,025**
голубцы ленивые	250															
мясо		60	50,0													
капуста		180,0	150													
рис		16	16													
Масло растительное		2,0	2													
томат-паста		5,0	5													
Итого по блюду:				**14,620**	**14,6400**	**18,6800**	**266,420**	**3,120**	**80,48**	**2,4400**	**0,08000**	**0,14000**	**0,04000**		**42,500**	**163,040**
Кисель	180															
Сахар		10	10													
Кисель-концентрат		22	22													
Итого по блюду:						11,976	47,88		0,36	0,036						
Хлеб ржаной 38 гр.	30															
Хлеб ржаной		30	30													

Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**	
Хлеб пшеничный 20 гр.	20																
Хлеб пшеничный		20	20														
Итого по блюду:				**1,52**	**0,18**	**9,9**	**54**	**0,04**	**27,6**	**0,704**	**0,0942**	**0,054**		**0,038**	**9,2**	**30,6**	
Полдник																	
Блинчики со сгущёным молоком (3-7 лет)	100/10																
Мука пшеничная		42	42														
Вода		104	104														
Яйца		1/5шт	8														
Сахар-песок		3	3														
Соль		1	1														
Масса теста			154														
Масло растительное		2	2														
Масса готовых блинчиков			100														
Заправки:																	
масло сливочное		5	5														
джем / повидло / мёд		10	10														
варенье		15	15														
сахар		10	10														примерная ст-сть
сгущёное молоко		10	10														
Итого по блюду:																	
Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200																
Сахар		13	13														
Чай		0,5	0,5														
Итого по блюду:																	
На день																	
Соль йодированная 5 гр.	5																
Соль		5	5														
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**							

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **4 день**

5 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша гречневая молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Гречка		46	46													
Масло сливочное		5	5													
Молоко 3,2%		135	135													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,59**	**7,475**	**25,659**	**173,99**	**1,755**	**166,11**	**0,596**	**0,0772**	**0,2911**	**0,01959**	**0,03**	**65,112**	**191,47**
Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200															
Сахар		13	13													
Чай		0,5	0,5													
Итого по блюду:				**3,6031**	**3,775**	**10,3334**	**90,863**	**1,43**	**134,326**	**0,499**	**0,0457**	**0,1684**			**15,4**	**99**

Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**40**															
Масло сливочное		7	7													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**2,543**	**6,072**	**16,391**	**99,46**	**0,066**	**46,38**	**1,1756**	**0,16243**	**0,0975**	**0,04571**	**0,1327**	**15,208**	**51,82**
Второй завтрак																
Чай с лимоном 180 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**180**															
Лимон		5,5	5													
Сахар		15	15													
Чай		0,5	0,5													
Итого по блюду:				**0,05**	**0,0055**	**10,18**	**40,9475**	**2,2**	**2,53**	**0,063**	**0,0022**	**0,0011**			**0,002**	
Кондитерское изделие 30 гр.	**30**															
Кондитерское изделие (печенье)		30	30													
Итого по блюду:				**2,25**	**3,54**	**22,47**	**125,13**		**6**	**0,3**	**0,024**	**0,024**			**3,9**	**20,7**
Обед																
огурец/ помидор свежий	**20**															
огурец свежий		20	20													
Итого по блюду:				**0,585**	**2,045**	**2,795**	**30,33**	**9,555**	**19,5**	**0,9555**	**0,01365**	**0,0143**	**0,00065**	**0,971**	**8,45**	**13**
Рассольник со сметаной на курином бульоне 200 гр. Рец. 82 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**200**															
Картофель		74,7	56													
Лук репчатый		11,8	10,8													
Масло растительное		2	2													
Морковь		21	16,8													
Огурец соленый		21	20,2													
Перловая крупа		4	4													
Сметана 15%		6	6													
Итого по блюду:																
гречка отварная	**100**															
гречка		46	100													
Масло сливочное		4	4													
томат. Соус	50															
т.паста		4	4													
сахар		1	1													
Итого по блюду:																
отварная колбаса	**50**															
колбаса отварная		50,0	50,0													
Итого по блюду:				**4,4683**	**4,3889**	**28,3311**	**153,967**	**32,8486**	**67,138**	**1,5015**	**0,21358**	**0,17983**	**0,018937**	**0,1905**	**43,0646**	**132,201**
Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
Сахар		13	13													
Сухофрукты		16,5	16,5													
Итого по блюду:						**12,455**	**46,5**	**0,33**	**18,615**	**0,03**	**0,0033**	**0,0066**			**0,99**	
Хлеб ржаной 38 гр.	**30**															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 20 гр.	**20**															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**1,52**	**0,18**	**9,9**	**54**	**0,04**	**27,6**	**0,704**	**0,0942**	**0,054**		**0,038**	**9,2**	**30,6**
Полдник																
Кондитерское изделие 60 гр.	**60**															

Кондитерское изделие (печенье)		60	60													
Итого по блюду:																
Какао с молоком 180 гр. Рец. 416 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**180**															
Какао-порошок		1,7	1,7													
Молоко 3,2%		110	110													
Сахар		13	13													
Итого по блюду:																
На день																
Соль йодированная 5 гр.	**5**															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ 5 день

6 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша рисовая молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
рис		20	20													
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,59**	**7,475**	**25,659**	**173,99**	**1,755**	**166,11**	**0,596**	**0,0772**	**0,2911**	**0,01959**	**0,03**	**65,112**	**191,47**
Чай с молоком 180 гр. Рец. 413 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**180**															
Молоко 3,2%		80	80													
Сахар		13	13													
Чай		0,5	0,5													
Итого по блюду:				**2,3205**	**2,56**	**13,775**	**88,04**	**1,04**	**96,33**	**0,11**	**0,032**	**0,12**			**11,202**	**72**
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**40**															
Масло сливочное		7	7													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**2,543**	**6,072**	**16,391**	**99,46**	**0,066**	**46,38**	**1,1756**	**0,16243**	**0,0975**	**0,04571**	**0,1327**	**15,208**	**51,82**
Второй завтрак																
Сок 190 гр. Рец. 418 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**190**															
Сок		190	190													
Итого по блюду:				**0,95**		**17,29**	**72,96**	**3,8**	**13,3**		**0,019**	**0,019**			**2,66**	
Обед																
капуста квашеная	**20**															
Масло растительное		2	2													
капуста квашеная		0,5	0,5													
Итого по блюду:				**0,944**	**2,084**	**6,857**	**50,059**	**7,1**	**23,975**	**0,8415**	**0,0153**	**0,0262**	**0,0012**	**0,88**	**13,442**	**25,8**
Суп гороховый на мясном бульоне с гренками 200/20 гр. Рец.87 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**220**															

Горох		16	16													
Картофель		77,5	62													
Лук репчатый		18	16													
Масло сливочное		2	2													
Морковь		22	20													
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**6,578**	**8,178**	**22,716**	**190,56**	**27,26**	**26,72**	**1,698**	**0,1802**	**0,133**	**0,0144**	**2,24**	**39,56**	**114,7**
птица отварная	**80**															
птица отварная		120	80													
сухари панировочные		8,0	8,0													
хлеб пшеничный		14	14													
масло растительное		6	6													
Итого по блюду:																
пюре картофельное	**150**															
Картофель		190	150													
Молоко 3,2%		30	30													
масло сливочное		5,0	5													
Итого по блюду:																
Компот из яблок	**180**															
Сахар		17,2	17,2													
Яблоко		32	32													
Итого по блюду:				**0,18**	**0,072**	**11,294**	**47,82**	**36**	**6,78**	**0,264**	**0,0054**	**0,0036**	**0,00306**		**5,58**	**5,94**
Хлеб ржаной 38 гр.	**30**															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 20 гр.	**20**															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**1,52**	**0,18**	**9,9**	**54**	**0,04**	**27,6**	**0,704**	**0,0942**	**0,054**		**0,038**	**9,2**	**30,6**
Полдник																
макароны отварные	**100**															
макароны		50	50													
Масло сливочное		3,5	3,5													
Сахар		5	5													
Итого по блюду:																
Чай с лимоном 200 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**200**															
Лимон		5,0	5													
Сахар		13	13													
Чай		4,0	4,0													
Итого по блюду:																
На день																
Соль йодированная 5 гр.	**5**															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **6 день**

7 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
суп молочный с макаронными изделиями	**180**															
Вермишель		20	20													
Масло сливочное		3	3													

Молоко 3,2%		135	135													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,49**	**7,115**	**26,299**	**179,59**	**1,755**	**162,51**	**0,156**	**0,057**	**0,2061**	**0,01959**	**0,03**	**18,912**	**122,07**
чай с сахаром	**180**															
сахар		15,0	15,0													
чай		1	1													
Итого по блюду:																
Бутерброд с маслом и сыром 33/5/12 гр. Рец. 3 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**50**															
Масло сливочное		5	5													
Сыр		12	12													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**5,293**	**7,902**	**16,375**	**140,18**	**0,15**	**151,74**	**1,2916**	**0,16523**	**0,1311**	**0,06721**	**0,1127**	**19,4**	**111,44**
Второй завтрак																
Фрукты	**100**															
В асс-те		100														
Итого по блюду:																
Обед																
огурец соленый	**20**															
огурец соленый		20	20													
Итого по блюду:				**1,008**	**3,969**	**4,662**	**57,204**	**9,45**	**17,325**	**0,567**	**0,0315**	**0,0378**		**1,575**	**12,978**	**20,412**
Суп с вермишелью на курином бульоне 200 гр. Рец. 88 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**200**															
Вермишель		5	5													
Картофель		50	40													
Лук репчатый		14	12													
Масло растительное		2	2													
куры		25	10													
Морковь		17	15													
Итого по блюду:				**3,3235**	**3,1745**	**23,9752**	**137,556**	**26,12**	**50,357**	**2,0582**	**0,1307**	**0,1024**	**5,35155**	**0,96**	**42,36**	**89,075**
котлета рыбная п/ф	**80**															
минтай		107	60													
Масло растительное		4	4													
Молоко 3,2%		18	18													
Хлеб пшеничный		14,8	14,8													
Яйцо		4	4													
Итого по блюду:				**23,9948**	**27,2092**	**8,2**	**378,6**	**2,4236**	**63,424**	**2,55896**	**0,163708**	**0,26456**	**0,0864**	**3,97212**	**31,408**	**244,524**
Рис отварной 100 гр. Табл.1 Рец. 179 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**100**															
Масло сливочное		3	3													
Рис		40	40													
Итого по блюду:				**2,815**	**2,875**	**29,624**	**137,64**		**3,56**	**0,406**	**0,035**	**0,0196**	**0,01959**	**0,03**	**20,012**	**60,57**
Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
Сахар		10	10													
Сухофрукты		16,5	16,5													
Итого по блюду:						**12,455**	**46,5**	**0,33**	**18,615**	**0,03**	**0,0033**	**0,0066**			**0,99**	
Хлеб ржаной 38 гр.	**30**															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 28 гр.	**20**															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**2,128**	**0,252**	**13,86**	**75,6**	**0,056**	**38,64**	**0,9856**	**0,13188**	**0,0756**		**0,0532**	**12,88**	**42,84**

Полдник																
Блинчики (3-7 лет)	**100/10**															
Мука пшеничная		42	42													
Вода		104	104													
Яйца		1/5шт	8													
Сахар-песок		3	3													
Соль		1	1													
Масса теста			154													
Масло растительное		2	2													
Масса готовых блинчиков			100													
Заправки:																
масло сливочное		5	5													
джем / повидло / мёд		10	10													
варенье		15	15													
сахар		10	10													
сгущёное молоко		10	10													
Итого по блюду:																
кисель	**200**	20	20													
сахар		10	10													
Итого по блюду:				**4,35**	**4,8**	**6**	**88,5**	**1,05**	**180**	**0,15**	**0,045**	**0,255**			**21**	**142,5**
На день																
Соль йодированная 5 гр.	**5**															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **7 день**

8 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	**2**	**3**	**4**													
Завтрак																
Каша геркулесовая молочная 200 гр. Таб. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
Геркулес		20	20													
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,39**	**8,035**	**11,359**	**175,79**	**1,755**	**228,51**	**0,876**	**0,147**	**0,2261**	**0,01959**	**0,35**	**44,712**	**187,67**
Какао с молоком 180 гр. Рец. 416 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**180**															
Какао-порошок		1,7	1,7													
Молоко 3,2%		110	110													
Сахар		13	13													
Итого по блюду:				**3,6031**	**3,775**	**10,3334**	**90,863**	**1,43**	**134,326**	**0,499**	**0,0457**	**0,1684**			**15,4**	**99**
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**40**															
Масло сливочное		7	7													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**2,543**	**6,072**	**16,391**	**99,46**	**0,066**	**46,38**	**1,1756**	**0,16243**	**0,0975**	**0,04571**	**0,1327**	**15,208**	**51,82**
Второй завтрак																

Фрукты	**100**															
В асс-те		100														
Итого по блюду:																
Обед																
Помидор свежий	**60**															
помидор свежий		65	60													
Итого по блюду:				**0,585**	**2,045**	**2,795**	**30,33**	**9,555**	**19,5**	**0,9555**	**0,01365**	**0,0143**	**0,00065**	**0,971**	**8,45**	**13**
Суп картофельный с м курицей 200 гр. Рец. 83 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**200**															
Картофель		120	90													
Куры		20	11,5													
Лук репчатый		18	16													
Масло растительное		4	4													
Морковь		22	20													
пшено		20	20													
Итого по блюду:				**2,538**	**4,1178**	**16,2421**	**110,109**	**17,81**	**28,03**	**1,0878**	**0,12174**	**0,07924**	**5,42225**	**1,3867**	**27,651**	**62,286**
плов с мясом	**150**															
мясо		80	60													
морковь		12	10													
рис		46	46													
т.паста		5	5													
Масло растительное		4,0	4													
Итого по блюду:																
Компот из свежих плодов	**180**															
Сахар		16	16													
Яблоко		25	25													
Итого по блюду:				**0,608**	**0,176**	**15,108**	**64,62**	**2**	**5,82**	**0,342**	**0,0196**	**0,0104**			**0,44**	
Хлеб ржаной 38 гр.	**30**															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 20 гр.	**20**															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**1,52**	**0,18**	**9,9**	**54**	**0,04**	**27,6**	**0,704**	**0,0942**	**0,054**		**0,038**	**9,2**	**30,6**
Полдник																
Кондитерское изделие 60 гр.	**60**															
Кондитерское изделие (печенье, вафли)		60	60													
Итого по блюду:																
Молоко кипяченое	**150**															
молоко		150	150													
Итого по блюду:				**4,35**	**4,8**	**10,99**	**108,45**	**1,05**	**180,15**	**0,165**	**0,045**	**0,255**			**21**	**142,5**
На день																
Соль йодированная 5 гр.	**5**															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **8 день**

9 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													

Завтрак																
Каша рисовая молочная 200 гр. Табл. 2 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Рис		19	19													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**5,26**	**6,985**	**25,419**	**168,66**	**1,755**	**164,03**	**0,346**	**0,0722**	**0,2137**	**0,01959**	**0,03**	**28,412**	**150,57**
Чай 180 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**180**															
Сахар		13	13													
Чай		0,5	0,5													
Итого по блюду:				**0,0005**		**10,015**	**40,04**		**0,33**	**0,03**					**0,002**	
Бутерброд с маслом и сыром 33/5/12 гр. Рец. 3 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**50**															
Масло сливочное		5	5													
Сыр		12	12													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**5,293**	**7,902**	**16,375**	**140,18**	**0,15**	**151,74**	**1,2916**	**0,16523**	**0,1311**	**0,06721**	**0,1127**	**19,4**	**111,44**
Второй завтрак																
Сок 190 гр. Рец. 418 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**190**															
Сок		190	190													
Итого по блюду:				**0,95**		**17,29**	**72,96**	**3,8**	**13,3**		**0,019**	**0,019**			**2,66**	
Обед																
Салат из свеклы отварной 60 гр. Рец. 34 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**60**															
Масло растительное		2	2													
Сахар		0,5	0,5													
Свекла		72,5	58													
Итого по блюду:				**1,0875**	**2,0525**	**6,879**	**50,425**	**7,25**	**26,84**	**1,0165**	**0,0145**	**0,029**	**0,00145**	**0,88**	**15,95**	**31,175**
Борщ с курицей и сметаной 200 гр. Рец. 62 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**200**															
Капуста свежая		43,7	35													
Картофель		53,3	40													
Куры		20	11,5													
Лук репчатый		10	8,4													
Масло растительное		3	3													
Морковь		14,5	12,5													
Сахар		0,8	0,8													
Свекла		35	30													
Сметана 15%		6	6													
Томатная паста		5	5													
Итого по блюду:				**2,6282**	**3,2884**	**17,9479**	**112,225**	**18,244**	**28,428**	**1,1237**	**0,11894**	**0,07655**	**6,42**	**0,9757**	**28,641**	**59,916**
капуста тушенная	**250**															
капуста		286	229,0													
морковь		5,0	4													
лук репчатый		10	8													
мука		2,0	2													
томат-паста		5,0	5													
кислота лимонная		0,2	0													

сахар		6,0	6,0													
масло растительное		7,0	7,0													
Итого по блюду:				**4,4572**	**3,6106**	**23,905**	**119,002**		**6,372**	**0,7408**	**0,036734**	**0,14555**	**0,01959**	**0,03**	**77,166**	**116,468**
курица отварная	**80**															
курица		120	80													
Масло растительное		4	4													
Итого по блюду:				**23,9948**	**27,2092**	**8,2**	**378,6**	**2,4236**	**63,424**	**2,55896**	**0,163708**	**0,26456**	**0,0864**	**3,97212**	**31,408**	**244,524**
Компот из свежих плодов 180 гр. Рец. 390 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**180**															
Сахар		16	16													
Яблоко		25	25													
Итого по блюду:				**0,1**	**0,1**	**12,43**	**51**	**2,5**	**4,3**	**0,03**	**0,0075**	**0,005**			**0,55**	
Хлеб ржаной 38 гр.	**30**															
Хлеб ржаной		30	30													
Итого по блюду:				**3,154**	**0,57**	**18,278**	**98,42**	**0,152**	**27,74**	**1,0754**	**0,16378**	**0,1273**		**0,1254**	**15,2**	**47,5**
Хлеб пшеничный 20 гр.	**20**															
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**1,52**	**0,18**	**9,9**	**54**	**0,04**	**27,6**	**0,704**	**0,0942**	**0,054**		**0,038**	**9,2**	**30,6**
Полдник																
лапшевник с творогом	**120/20**	**брутто**	**нетто**													
Яйцо		2	2													
вермишель		37	37													
творог		50	50													
Молоко 3,2%		25	25													
Масло растительное		3	3													
Сметана 15%		23	23													
сахар		5	5													
Масло сливочное		5	5													
молоко сгущенрк		20	20													
соль																
ванилин																
Итого по блюду:				**27,170**	**20,250**	**69,140**	**489,87**	**33,760**	**359,70**	**10,2500**	**0,150**	**0,2160**	**0,05000**		**73,050**	**330,91**
Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**200**															
Сахар		4	4													
Чай		13,0	13,0													
Итого по блюду:																
На день																
Соль йодированная 5 гр.	**5**															
Соль		5	5													
Итого по блюду:									**18,4**	**0,145**						

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **9 день**

10 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий-ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)
1	2	3	4													
Завтрак																
Каша пшенная молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															

Масло сливочное		3	3													
Молоко 3,2%		135	135													
Пшено		25	25													
Сахар		7	7													
Итого по блюду:				**6,805**	**7,62**	**28,684**	**190,89**	**1,755**	**166,01**	**0,331**	**0,162**	**0,2161**	**0,01959**	**0,23**	**24,162**	**136,07**
Кофейный напиток с молоком 180 гр. Рец. 414 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
Кофейный напиток		2,3	2,3													
Молоко 3,2%		110	110													
Сахар		13	13													
Итого по блюду:				**3,351**	**3,6994**	**15,4605**	**109,626**	**1,43**	**133,91**	**0,14**	**0,04469**	**0,1673**			**15,4598**	**99**
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**40**															
Масло сливочное		7	7													
Хлеб пшеничный		33	33													
Итого по блюду:				**2,543**	**6,072**	**16,391**	**99,46**	**0,066**	**46,38**	**1,1756**	**0,16243**	**0,0975**	**0,04571**	**0,1327**	**15,208**	**51,82**
Второй завтрак																
Фрукт 140 гр. Рец. 386 СРБ для ДОО Тутельян В.А. 2015 год	**100**															
Фрукт свежий		100	100													
Итого по блюду:				**1,4**	**0,56**	**21,56**	**100,1**	**14**	**16,8**	**0,84**	**0,056**	**0,07**	**0,028**	**0,56**	**35**	**39,2**
Обед																
Салат из свежей капусты	**60**															
капуста		80	52													
морковь		10	7,5													
масло растительное		4	4													
сахар		2	2													
Итого по блюду:				**0,52**	**0,065**	**1,105**	**8,45**	**3,25**	**14,95**	**0,39**	**0,013**	**0,013**		**0,065**	**9,1**	**15,6**
Суп гороховый на мясном бульоне с гренками 200/20 гр. Рец.87 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**220**															
Горох		16	16													
Картофель		77,5	62													
Лук репчатый		18	16													
Масло сливочное		2	2													
Морковь		22	20													
Хлеб пшеничный		20	20													
Итого по блюду:				**2,865**	**2,9042**	**15,5229**	**99,601**	**13,46**	**19,29**	**0,8947**	**0,08916**	**0,07811**		**0,9633**	**21,219**	**52,614**
Гречка отварная 100 гр. Рец. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	**100**															
Гречка		33,4	33,4													
Масло сливочное		3	3													
Итого по блюду:																
курица с овощами	**80**															
курица		150	76													
морковь		20,0	15													
т. паста		10,0	10													
масло растительное		3	3													
Итого по блюду:																
Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	**180**															
Сахар		15	15													
Сухофрукты		16,5	16,5													

Итого по блюду:						12,455	46,5	0,33	18,615	0,03	0,0033	0,0066			0,99	
Хлеб ржаной 38 гр.																	
Хлеб ржаной		30	30														
Итого по блюду:				3,154	0,57	18,278	98,42	0,152	27,74	1,0754	0,16378	0,1273		0,1254	15,2	47,5	
Хлеб пшеничный 20 гр.																	
Хлеб пшеничный		20	20														
Итого по блюду:				1,52	0,18	9,9	54	0,04	27,6	0,704	0,0942	0,054		0,038	9,2	30,6	
Полдник																	
Оладьи с повидлом	100/10																
Мука пшеничная в/с		34	68														
Молоко		34	68														
Яйца		1/4шт	1/2шт														
Дрожжи		1	2														
Соль		0,60	1														
Сахар-песок		1	2														
Масло растительное		6	6														
Повидло		10	10														
Итого по блюду:																	
Чай с молоком 200 гр. Рец. 413 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200																
Молоко 3,2%		100	100														
Сахар		13	13														
Чай		4,0	4,0														
Итого по блюду:																	
На день																	
Соль йодированная 5 гр.	5																
Соль		5	5														
Итого по блюду:									18,4	0,145							

ИТОГО СТОИМОСТЬ МЕНЮ **10 день**