

ЦИКЛИЧНОЕ Цикличное МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 8-10 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	0.1	0.1	0.0	1.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	227	2016
КАША ТЕРКУЛЕСОВАЯ	140/5	4.5	6.2	19.4	151.0	0.11	0.16	0.02	1.05	0.07	0.06	49.93	38.87	111.41	1.11	145.39	4.63	0.01	0.00		2016
МОЛОЧНАЯ СОСЛИВ МАСЛОМ	150	2.5	1.8	12.7	77.7	0.03	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	83.46	14.34	66.07	0.30	127.21	6.75	0.00	0.00	415	2016
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	20	1.2	3.4	8.1	67.8	0.03	0.00	0.03	0.40	0.06	0.01	4.16	5.28	14.20	0.33	21.24	0.00	0.00	0.00	1	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1.2	3.4	8.1	67.8	0.03	0.00	0.03	0.40	0.06	0.01	4.16	5.28	14.20	0.33	21.24	0.00	0.00	0.00	1	2008
Итого за прием пищи:	355	8.3	11.5	40.2	298.0	0.17	0.55	0.06	1.45	0.13	0.15	137.55	58.49	191.68	1.74	293.84	#####	0.01	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ТОВЕЖИИ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	10	0.0	0.0	0.0	0.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	113	2013
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	140	5.1	5.3	14.7	126.9	0.05	0.14	0.04	0.75	0.04	0.02	25.80	13.18	45.07	0.68	70.06	0.96	0.02	0.01	94	2016
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11.0	13.2	26.8	270.0	0.05	0.64	0.35	0.47	0.08	0.07	16.35	27.63	117.43	1.06	156.83	4.05	0.07	0.01	321	2016
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.3	0.0	20.2	82.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.59	1.42	0.00	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	394	2016
Итого за прием пищи:	490	19.6	18.8	91.4	614.4	0.18	0.78	0.39	2.27	0.12	0.12	58.94	59.63	206.30	2.94	290.52	6.13	0.09	0.02		
Полдник																					
РАГУ ОВОЩНОЕ (2-й вариант)	150	2.2	7.0	13.4	126.2	0.07	8.25	0.64	0.49	0.12	0.06	34.55	24.59	46.92	0.86	374.33	4.04	0.03	0.00	351	2008
БЛИНЧИКИ	50/20	1.9	4.4	15.1	107.5	0.03	0.01	0.02	0.96	0.06	0.02	7.46	7.56	19.10	0.36	36.68	0.00	0.00	0.01	447	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	9.5	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.18	0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	390	5.7	11.5	48.0	319.8	0.13	8.26	0.66	1.84	0.18	0.09	46.79	38.75	82.82	1.62	437.10	4.04	0.03	0.01		
Всего за день:		33.9	41.8	195.6	1 298.2	0.50	#####	1.16	5.56	0.43	0.39	247.78	167.67	494.30	6.48	#####	#####	0.13	0.03		

2 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮИ (РИС)	150	1.0	1.6	8.2	51.1	0.01	0.07	0.01	0.07	0.02	0.02	16.00	5.88	21.68	0.09	28.42	1.30	0.00	0.00	101	2016
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	2.6	4.5	8.1	84.4	0.02	0.04	0.04	0.50	0.04	0.03	55.56	7.02	42.81	0.37	27.49	0.60	0.00	0.00	3	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3.1	2.5	12.2	84.8	0.03	0.48	0.01	0.00	0.00	0.10	96.29	17.95	78.03	0.47	164.74	8.28	0.00	0.00	416	2016
Итого за прием пищи:	325	6.7	8.6	28.5	220.3	0.06	0.59	0.06	0.57	0.06	0.15	167.85	30.85	142.52	0.93	220.65	####	0.00	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИИ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	10	0.0	0.0	0.0	0.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	113	2013
БОРЩ С МЯСОМ	140	5.5	6.9	8.3	117.9	0.05	6.06	0.19	1.43	0.00	0.06	28.33	21.27	68.40	1.27	358.74	5.72	0.03	0.00	62	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2.5	3.5	16.6	107.9	0.08	0.00	0.02	0.08	0.06	0.04	12.24	36.62	61.42	1.22	85.42	0.00	0.00	0.00	324	2008
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	50	7.3	8.6	3.0	118.9	0.03	0.00	0.00	1.47	0.00	0.04	5.48	11.21	71.68	1.16	137.16	2.66	0.02	0.00	272	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ ЖИДКИЙ	20	0.6	1.3	1.1	18.5	0.01	0.10	0.01	0.02	0.02	0.02	21.17	2.28	14.69	0.02	29.37	1.80	0.00	0.00	384	2016
КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0.0	0.0	21.2	84.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.66	1.44	3.24	0.00	0.65	0.00	0.00	0.00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	510	18.4	20.6	74.9	559.5	0.24	6.16	0.22	3.86	0.08	0.19	83.78	86.92	254.83	4.67	661.24	####	0.05	0.00		
Полдник																					
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ЯЙЦОМ	160	13.5	8.8	86.5	479.5	0.16	0.00	0.03	3.76	0.09	0.05	35.03	19.37	102.05	2.37	156.87	1.90	0.03	0.03	211	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.5	59.2	0.04	0.00	0.00	0.49	0.00	0.01	5.75	8.25	21.00	0.50	32.25	0.00	0.00	0.00		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0.1	0.0	9.7	40.3	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	7.32	1.73	0.99	0.05	8.84	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	1.9	14.6	81.4	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	5.20	6.00	16.80	0.28	25.20	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	360	17.0	10.9	123.3	660.4	0.23	0.80	0.03	4.25	0.09	0.07	53.30	35.35	140.84	3.20	223.16	1.90	0.03	0.03		
Всего за день:		42.4	40.1	242.7	1 506.2	0.55	9.95	0.36	8.68	0.23	0.44	309.43	163.92	551.69	8.98	#####	####	0.08	0.03		

3 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- ти- ческая ценнос	Витамины						Минеральные вещества							№ реце- п- туры	Сбор ник реце- птур	
		Белк и, г	Жир ы, г	Углев оды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
КАША МАГНАНН МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ	140	5.3	7.8	24.9	190.4	0.05	0.40	0.04	0.95	0.11	0.10	86.38	14.00	80.30	0.35	154.01	6.93	0.01	0.00	189	2008
БАТОН С МАСЛОМ	25	1.0	10.4	6.2	122.1	0.02	0.00	0.06	0.59	0.19	0.01	3.75	3.71	11.46	0.25	18.25	0.45	0.00	0.00	99	2013
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2.5	1.8	12.7	77.7	0.03	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	83.46	14.34	66.07	0.30	127.21	6.75	0.00	0.00	432	2008
МАРМЕЛАД ФРУКТОВЫЙ	20	0.0	0.0	0.0	62.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.72	0.36	0.00	0.07	0.80	0.00	0.18	0.00		
Итого за прием пищи:	335	8.8	20.0	43.8	452.5	0.10	0.79	0.11	1.54	0.30	0.19	174.31	32.41	157.83	0.97	300.27	####	0.19	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ТСВЕЖИИ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	7.2	2.8	11.7	101.7	0.05	4.15	0.16	0.16	0.05	0.04	12.20	13.79	30.27	0.52	299.74	2.88	0.02	0.00	99	2008
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	7.1	3.5	3.3	73.5	0.04	1.06	0.29	1.58	0.00	0.05	22.03	25.41	91.59	0.48	241.77	####	0.25	0.01	254	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.3	3.9	15.7	107.2	0.09	7.61	0.02	0.18	0.06	0.08	25.70	21.33	61.59	0.87	559.16	6.19	0.03	0.00	321	2012
КОМПОЗИТ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.3	0.0	26.0	105.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.70	1.42	0.00	0.00	1.01	0.00	0.00	0.00	402	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	500	19.4	10.5	81.4	498.5	0.25	####	0.47	2.78	0.11	0.20	74.53	76.05	218.85	2.87	#####	####	0.30	0.01		
Полдник																					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	2.0	10.9	2.8	117.2	0.02	0.30	0.06	0.25	0.17	0.07	64.66	6.74	44.24	0.10	86.09	5.19	0.00	0.00	214	2008
ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ	60	3.7	2.0	35.1	173.4	0.06	0.04	0.01	1.12	0.02	0.03	11.10	14.31	35.86	0.76	81.32	0.00	0.01	0.01		2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	9.5	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.18	0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	380	7.3	13.0	57.4	376.7	0.11	0.34	0.07	1.76	0.19	0.11	80.54	27.65	96.90	1.26	193.50	5.19	0.01	0.01		
Всего за день:		35.8	43.5	198.6	1 393.7	0.48	####	0.70	6.08	0.60	0.53	333.88	146.91	487.08	5.28	#####	####	0.50	0.02		

4 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов		
	масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧ. С МАСЛОМ	140	5.3	5.4	26.0	174.6	0.11	0.41	0.03	0.80	0.05	0.09	88.71	29.83	115.07	0.82	173.66	8.30	0.01	0.00	417	2012
БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	20/10/5	3.4	5.7	5.3	87.2	0.02	0.03	0.03	0.37	0.04	0.03	87.71	6.43	54.35	0.29	24.72	0.39	0.00	0.00	99	2013
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.2	1.8	13.0	77.8	0.02	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	79.29	8.98	54.00	0.06	109.99	6.75	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	330	10.9	12.9	44.3	339.6	0.15	0.83	0.07	1.17	0.09	0.20	255.71	45.24	223.42	1.17	308.37	####	0.01	0.00		
II Завтрак																					
СОК И ФРУКТОВЫЕ ТОВЕЖИИ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
РАССОЛЬНИК ПО - ЛЕНИНГРАДСКИ	150/5	1.7	3.5	13.0	90.3	0.06	5.09	0.16	1.41	0.00	0.04	14.36	16.50	36.46	0.63	367.08	3.54	0.02	0.00	90	2008
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	9.5	9.0	3.0	130.5	0.03	0.10	0.10	0.42	0.00	0.07	12.89	12.32	83.31	1.19	183.30	4.37	0.03	0.00	278	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.4	0.0	21.7	88.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.97	1.28	0.00	0.00	0.77	0.00	0.00	0.00	402	2008
ПЮРЕ ИЗ ТОРОХА С МАСЛОМ	140	34.9	3.3	15.8	235.7	0.00	0.00	0.01	0.06	0.04	0.00	0.29	0.00	0.43	0.00	0.42	0.00	0.00	0.00	423	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	525	49.0	16.1	78.2	655.7	0.16	5.19	0.27	2.75	0.04	0.14	41.41	44.20	155.60	2.82	601.47	9.03	0.05	0.00		
Полдник																					
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	150	10.3	30.2	12.6	364.1	0.09	6.40	0.02	9.07	0.00	0.14	43.20	52.06	157.19	1.42	511.90	4.00	0.24	0.02	59	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.5	59.2	0.04	0.00	0.00	0.49	0.00	0.01	5.75	8.25	21.00	0.50	32.25	0.00	0.00	0.00		
ВАФЛИ	12	0.3	0.4	9.3	42.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.92	1.20	4.32	0.18	16.80	0.00	0.00	0.00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	9.5	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.18	0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	337	12.6	30.8	43.9	504.5	0.13	6.40	0.02	9.56	0.00	0.15	51.05	61.51	182.51	2.10	561.24	4.00	0.24	0.02		
Всего за день:		72.8	59.8	182.4	1 565.8	0.46	####	0.41	13.48	0.13	0.52	352.67	161.75	575.03	6.27	#####	####	0.30	0.02		

5 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ	150	5.6	8.4	24.8	197.8	0.09	0.43	0.05	0.17	0.11	0.11	112.74	24.67	162.82	0.69	189.43	7.43	0.03	0.01	189	2008
БАТОН С МАСЛОМ	25/5	1.0	10.0	5.9	117.2	0.01	0.00	0.05	0.56	0.18	0.01	3.60	3.56	11.00	0.24	17.52	0.43	0.00	0.00	99	2013
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2.6	2.1	18.2	103.5	0.02	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	82.65	17.56	66.97	0.50	143.40	6.75	0.00	0.00	433	2008
Итого за прием пищи:	330	9.2	20.5	48.9	418.5	0.12	0.82	0.11	0.73	0.29	0.20	198.99	45.79	240.79	1.43	350.35	####	0.03	0.01		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИЕ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0.2	0.8	0.7	11.3	0.00	0.67	0.02	0.00	0.00	0.00	3.90	1.43	3.52	0.07	29.93	0.00	0.00	0.00		2008
СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/25	6.0	3.8	15.9	121.5	0.10	7.63	0.18	0.93	0.00	0.06	20.66	28.31	90.39	1.54	545.63	4.98	0.03	0.00	111	2008
КОТЛЕТЫ, ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУР	50	14.2	13.7	5.1	200.3	0.05	0.60	0.05	0.33	0.00	0.11	26.30	16.40	127.10	1.25	175.59	5.64	0.09	0.02	282	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ	5	0.2	0.4	0.5	6.1	0.00	0.03	0.00	0.02	0.00	0.01	5.40	0.71	3.98	0.01	7.89	0.45	0.00	0.00	368	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	1.9	3.1	15.7	98.6	0.10	####	0.03	0.13	0.00	0.00	14.00	19.99	52.65	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	333	2008
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0.0	0.0	21.2	84.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.66	1.44	3.24	0.00	0.65	0.00	0.00	0.00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	520	25.0	22.1	83.8	633.2	0.32	####	0.28	2.27	0.00	0.21	86.82	82.38	316.28	4.67	809.59	####	0.12	0.02		
Полдник																					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	8.8	10.8	25.5	236.0	0.05	0.06	0.06	0.96	0.08	0.06	179.43	12.54	117.37	0.93	65.90	0.56	0.01	0.01	206	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.5	59.2	0.04	0.00	0.00	0.49	0.00	0.01	5.75	8.25	21.00	0.50	32.25	0.00	0.00	0.00		
ОЛАДЫ	40	3.0	4.8	16.3	120.6	0.05	0.40	0.02	1.17	0.04	0.00	32.61	7.26	42.88	0.53	0.38	0.00	0.00	0.00	444	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	9.5	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.18	0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	375	13.8	15.8	63.8	454.5	0.14	0.46	0.08	2.62	0.12	0.07	217.97	28.05	181.25	1.96	98.82	0.56	0.01	0.01		
Всего за день:		48.3	58.4	212.5	1 572.2	0.60	####	0.52	5.62	0.41	0.51	508.28	167.02	751.82	8.24	#####	####	0.16	0.04		

6 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ	150	4.6	8.3	27.6	204.2	0.04	0.43	0.05	0.31	0.11	0.10	90.92	24.57	105.50	0.39	154.75	7.89	0.01	0.00	189	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	2.7	1.9	13.6	82.8	0.03	0.42	0.01	0.00	0.00	0.09	88.98	15.22	70.31	0.32	135.45	7.20	0.00	0.00	432	2008
ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1.2	3.3	7.8	65.8	0.02	0.00	0.02	0.40	0.06	0.01	3.72	4.75	12.70	0.29	21.24	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	330	8.5	13.5	49.0	352.8	0.09	0.85	0.08	0.71	0.17	0.20	183.62	44.54	188.51	1.00	311.44	####	0.01	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИЕ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	10	0.0	0.0	0.0	0.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	113	2013
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	3.4	5.3	4.3	79.1	0.03	7.91	0.18	1.42	0.00	0.03	33.15	13.27	35.90	0.70	129.30	2.47	0.03	0.00	66	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	14.0	13.7	13.4	232.7	0.10	6.71	0.03	0.58	0.05	0.12	13.02	29.26	144.47	2.23	684.18	9.00	0.05	0.00	258	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.5	0.1	23.8	98.3	0.02	0.00	0.01	0.38	0.00	0.00	15.75	12.00	17.25	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	450	20.4	19.4	66.2	521.8	0.22	####	0.22	3.24	0.05	0.18	69.82	68.63	233.02	4.46	863.38	####	0.08	0.00		
Полдник																					
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11.2	15.2	21.2	266.3	0.15	####	0.02	3.22	0.00	0.00	18.72	36.40	136.25	2.08	0.00	0.00	0.00	0.00	299	2008
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	50	2.7	2.4	30.8	155.3	0.05	0.04	0.01	0.78	0.04	0.02	10.09	11.00	26.81	0.63	69.33	0.00	0.00	0.01	454	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0.1	0.0	9.6	39.9	0.00	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00	7.06	1.65	0.83	0.04	7.54	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	355	15.5	17.7	71.6	508.9	0.23	####	0.03	4.39	0.04	0.03	40.47	55.65	180.69	3.15	102.67	0.00	0.00	0.01		
Всего за день:		44.7	50.6	202.8	1 449.5	0.56	####	0.38	8.34	0.26	0.44	298.41	179.62	615.72	8.79	#####	####	0.09	0.01		

7 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА"	150	3.9	8.2	20.9	173.0	0.05	0.40	0.05	0.43	0.11	0.09	85.11	20.24	88.67	0.40	141.52	7.41	0.01	0.00	190	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	3.3	6.4	5.4	93.6	0.02	0.07	0.06	0.38	0.05	0.04	96.95	7.28	63.28	0.33	23.97	0.39	0.00	0.00	3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2.5	1.8	12.7	77.5	0.03	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	83.38	14.21	65.75	0.29	126.76	6.75	0.00	0.00	432	2008
Итого за прием пищи:	325	9.7	16.4	39.0	344.1	0.10	0.86	0.12	0.81	0.16	0.21	265.44	41.73	217.70	1.02	292.25	####	0.01	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИЕ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	3.7	5.4	9.5	101.8	0.04	5.10	0.18	1.41	0.00	0.03	24.55	15.70	45.76	0.67	196.02	2.84	0.03	0.00	94	2008
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	7.8	5.0	4.6	94.7	0.04	0.18	0.01	2.31	0.02	0.03	12.63	15.22	93.78	0.38	167.81	####	0.00	0.00	239	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ	10	0.3	0.6	0.9	10.8	0.00	0.05	0.00	0.03	0.01	0.01	10.89	1.38	7.86	0.02	15.58	0.90	0.00	0.00	368	2008
РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	4.6	24.0	148.8	0.01	0.00	0.04	0.22	0.00	0.00	2.20	13.92	44.70	0.44	0.00	0.00	0.00	0.00	325	2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	15.8	67.0	0.01	####	0.08	0.33	0.00	0.02	11.27	2.77	1.40	0.23	5.28	0.00	0.00	0.00	437	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0.9	0.1	9.8	43.5	0.02	0.00	0.00	0.33	0.00	0.01	2.80	5.40	13.50	0.40	18.50	0.56	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	490	16.5	15.9	69.6	490.3	0.14	####	0.31	4.83	0.03	0.11	66.64	57.69	215.40	2.34	416.09	####	0.03	0.00		
Полдник																					
ВАГЕЛИКИ ИЗ ПОЛУФАБРИКАТА ПРОМ. ПРОИЗВ.	150	0.0	3.2	0.0	29.0	0.00	0.00	0.02	0.09	0.06	0.00	0.41	0.00	0.61	0.01	0.60	0.00	0.00	0.00	443	2012
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	40	2.1	0.8	24.7	114.1	0.04	6.40	0.01	0.32	0.00	0.00	7.99	4.80	19.72	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	453	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	9.5	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.18	0.00	0.00	0.00	0.29	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	360	3.7	4.1	44.2	229.2	0.07	6.40	0.03	0.80	0.06	0.01	13.18	11.40	37.13	0.41	26.69	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		30.2	36.4	168.8	1 129.6	0.33	####	0.51	6.44	0.25	0.36	349.76	121.62	483.73	3.95	887.03	####	0.04	0.00		

8 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энерге- ти- ческая ценнос	Витамины						Минеральные вещества							№ реце- п- туры	Сбор ник реце- птур	
		Белк и, г	Жир ы, г	Углев оды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ	150	5.7	5.9	27.9	187.7	0.12	0.44	0.03	0.86	0.06	0.10	95.05	31.97	123.34	0.88	186.12	8.90	0.01	0.00	417	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1.0	7.0	6.1	90.9	0.02	0.00	0.06	0.48	0.12	0.01	3.60	3.96	11.72	0.26	16.92	0.43	0.00	0.00	1	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2.6	2.2	18.2	103.8	0.02	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	82.76	17.94	67.56	0.52	144.90	6.75	0.00	0.00	433	2008
Итого за прием пищи:	320	9.3	15.1	52.2	382.4	0.16	0.83	0.10	1.34	0.18	0.19	181.41	53.87	202.62	1.66	347.94	####	0.01	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИЕ ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150/10 0/10	5.4	6.4	17.1	148.2	0.08	5.38	0.28	1.27	0.00	0.05	27.02	22.88	71.53	1.06	413.85	4.77	0.04	0.00	92	2008
БИГУС С КУРИЦЕЙ	160	16.2	21.9	38.3	283.3	0.06	9.55	0.09	3.33	0.00	0.11	41.20	23.15	142.29	1.60	160.24	4.96	0.10	0.02	262	2008
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	150	0.3	0.1	20.4	84.1	0.00	0.66	3.06	0.11	0.00	0.00	14.00	8.81	9.85	0.64	92.34	0.00	0.00	0.00	377	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.7	0.2	19.7	87.1	0.05	0.00	0.00	0.66	0.00	0.02	5.60	10.80	27.00	0.80	37.00	1.12	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7	0.02	0.00	0.00	0.20	0.00	0.01	2.30	3.30	8.40	0.20	12.90	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	600	24.4	28.7	100.5	626.4	0.21	####	3.43	5.57	0.00	0.19	90.12	68.94	259.07	4.30	716.33	####	0.14	0.02		
Полдник																					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	12.3	12.2	10.7	202.3	0.05	####	0.00	1.87	0.00	0.09	48.73	26.53	119.83	2.12	356.35	6.82	0.04	0.00	306	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	1.9	14.6	81.4	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	5.20	6.00	16.80	0.28	25.20	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0.1	0.0	9.6	39.9	0.00	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00	7.06	1.65	0.83	0.04	7.54	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	335	15.4	14.2	44.9	371.0	0.11	####	0.00	2.26	0.00	0.11	65.59	40.78	154.26	2.84	414.89	6.82	0.04	0.00		
Всего за день:		49.4	58.0	213.6	1 445.8	0.50	####	3.58	9.17	0.18	0.52	341.62	174.39	629.45	8.98	#####	####	0.19	0.02		

9 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	5.5	8.6	25.1	200.8	0.14	0.39	0.05	0.17	0.11	0.14	85.94	58.32	139.20	1.74	228.48	6.75	0.00	0.00	к/к	к/к
МОЛОЧНАЯ ЖИЛКОВАЯ ВУЛЕТЫРДС	25	3.3	6.4	5.4	93.6	0.02	0.07	0.06	0.38	0.05	0.04	96.95	7.28	63.28	0.33	23.97	0.39	0.00	0.00	3	2008
СЫРОМАСЛОМ	150	1.2	0.7	10.6	54.2	0.02	0.16	0.00	0.00	0.00	0.04	39.14	9.65	33.67	0.26	61.63	2.70	0.00	0.00	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1.2	0.7	10.6	54.2	0.02	0.16	0.00	0.00	0.00	0.04	39.14	9.65	33.67	0.26	61.63	2.70	0.00	0.00	432	2008
Итого за прием пищи:	325	10.0	15.7	41.1	348.6	0.18	0.62	0.11	0.55	0.16	0.22	222.03	75.25	236.15	2.33	314.08	9.84	0.00	0.00		
II Завтрак																					
СОКИ ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИИ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
ФРУКТ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	10	0.2	0.8	0.7	11.3	0.00	0.67	0.02	0.00	0.00	0.00	3.90	1.43	3.52	0.07	29.93	0.00	0.00	0.00		2008
КОНСЕРВИРОВАННАЯ ФАСОЛЬЮ	150	2.6	2.6	7.1	62.4	0.06	7.80	0.07	0.12	0.00	0.00	28.80	16.20	51.00	0.72	0.00	0.00	0.00	0.00	102	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7.9	7.9	7.5	132.6	0.03	0.00	0.00	1.09	0.00	0.05	8.63	12.26	76.36	1.24	143.53	2.62	0.02	0.00	272	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	2.5	2.9	16.0	100.3	0.03	0.00	0.01	0.56	0.05	0.01	12.56	4.11	20.10	0.48	29.45	0.35	0.00	0.01	206	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.5	0.1	23.8	98.3	0.02	0.00	0.01	0.38	0.00	0.00	15.75	12.00	17.25	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00	402	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0.9	0.1	9.8	43.5	0.02	0.00	0.00	0.33	0.00	0.01	2.80	5.40	13.50	0.40	18.50	0.56	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	490	16.1	14.5	74.9	495.8	0.19	8.47	0.11	2.87	0.05	0.08	77.04	58.00	198.53	3.84	247.21	3.53	0.02	0.01		
Полдник																					
ОМЛЕТ С СЫРОМ	140	12.2	25.2	13.3	331.2	0.07	0.60	0.13	0.53	0.31	0.36	419.03	37.56	286.92	0.29	431.94	####	0.04	0.00	216	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	60	5.2	7.7	35.2	230.7	0.06	0.02	0.00	2.79	0.00	0.03	13.82	14.74	36.68	0.70	71.90	0.00	0.01	0.01	463	2012
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	1.1	0.9	12.7	63.8	0.01	0.20	0.01	0.00	0.00	0.04	41.65	4.91	27.00	0.03	55.33	3.38	0.00	0.00	394	2012
Итого за прием пищи:	370	20.0	33.9	71.2	673.1	0.17	0.82	0.14	3.71	0.31	0.44	479.10	63.81	367.40	1.42	584.97	####	0.05	0.01		
Всего за день:		46.4	64.1	203.2	1 583.5	0.56	####	0.41	7.13	0.52	0.77	782.67	207.86	815.58	7.77	#####	####	0.07	0.02		

10 день

с 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4.2	3.9	14.3	109.9	0.04	0.55	0.02	0.29	0.02	0.12	111.15	13.89	85.22	0.30	168.46	9.63	0.00	0.00	112	2008
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/5/10	0.6	2.3	10.4	65.0	0.01	0.05	0.02	0.24	0.04	0.01	3.36	3.18	7.76	0.26	23.23	0.27	0.00	0.00	102	2013
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2.6	2.2	18.2	103.8	0.02	0.39	0.01	0.00	0.00	0.08	82.76	17.94	67.56	0.52	144.90	6.75	0.00	0.00	433	2008
Итого за прием пищи:	335	7.4	8.4	42.9	278.7	0.07	0.99	0.05	0.53	0.06	0.21	197.27	35.01	160.54	1.08	336.59	###	0.00	0.00		
II Завтрак																					
СОК И ФРУКТОВЫЕ ТОВАРИ	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0.3	0.0	16.0	66.0	0.02	2.40	0.05	0.00	0.00	0.03	4.50	10.80	13.50	0.18	152.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
СУП УХА ИЗ РЫБНОЙ КОНСЕРВЫ	150/5	5.8	2.0	12.3	90.8	0.06	4.71	0.25	0.19	0.03	0.08	15.84	18.11	39.50	0.64	345.20	3.44	0.02	0.00		
АЗУ	160	13.0	13.5	25.0	275.0	0.15	###	0.05	0.71	0.09	0.15	18.33	40.80	155.86	2.53	988.19	###	0.06	0.00	260	2008
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	150	0.5	0.0	51.2	207.7	0.00	###	0.00	0.00	0.00	0.00	18.43	12.26	13.78	0.89	0.44	0.00	0.00	0.00	377	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0.9	0.1	9.8	43.5	0.02	0.00	0.00	0.33	0.00	0.01	2.80	5.40	13.50	0.40	18.50	0.56	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	495	21.7	15.7	108.3	664.4	0.26	###	0.30	1.62	0.12	0.25	60.00	83.17	239.44	4.86	###	###	0.08	0.00		
Полдник																					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	140/5	7.5	10.3	43.6	297.5	0.04	0.05	0.05	0.40	0.14	0.07	44.51	28.44	113.79	0.75	86.52	0.93	0.03	0.01	193	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.03	0.00	0.00	0.39	0.00	0.01	4.60	6.60	16.80	0.40	25.80	0.00	0.00	0.00		
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	21.5	99.4	0.01	###	0.12	0.00	0.00	0.04	14.45	3.65	2.30	0.41	8.40	0.00	0.00	0.00	441	2008
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	1.9	14.6	81.4	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	5.20	6.00	16.80	0.28	25.20	0.00	0.00	0.00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	335	11.0	12.5	89.7	525.7	0.11	###	0.17	0.79	0.14	0.13	68.76	44.69	149.69	1.84	145.92	0.93	0.03	0.01		
Всего за день:		40.4	36.6	256.9	1 534.8	0.46	###	0.57	2.94	0.32	0.62	330.53	173.67	563.17	7.96	###	###	0.11	0.01		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Витамины					Минеральные вещества								
	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	5.00	#####	##	##	3.33	###	#####	#####	#####	###	#####	#####	1.67	0.20
Среднее значение за период	0.50	#####	##	##	0.33	###	#####	#####	#####	###	#####	#####	0.17	0.02

Содержание белков, жиров,
углеводов в меню за период в

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Полдник
Ясли 10 часов	360