

"Утверждаю"  
 Заведующий МДОУ  
 "Детский сад № 9 "Алёнка"  
 пос.Новоульяновского  
 \_\_\_\_\_ Н.В.Горлова  
 " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2023 г.

Примерное двухнедельное ( 10-дневное) меню на осенне-зимний период для детей, посещающих  
 дошкольные образовательные учреждения с 9 и 10,5 часовым пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>Неделя 1</b>																
<b>1 день</b>																
Завтрак:	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С	130	4,79	5,78	23,34	171,90	0,05	0,02	0,67	2,29	15,73	19,65	32,21	1,11	№ 433
		Я	110	4,05	4,89	19,76	145,40	0,04	0,02	2,46	1,93	13,31	16,60	27,25	0,94	А.Я.Перевалов 2012
	Булочка «Ладушка» с маслом сливочным 72,5 % жирн.	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,04	0,02	0,39	0,00	6,28	6,68	23,28	0,42	№ 1
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,03	0,02	0,37	0,00	4,65	4,95	21,83	0,31	М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
Я		180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>402</b>	<b>11,62</b>	<b>15,50</b>	<b>44,61</b>	<b>371,10</b>	<b>0,12</b>	<b>0,22</b>	<b>1,16</b>	<b>2,32</b>	<b>55,11</b>	<b>27,73</b>	<b>135,07</b>	<b>2,84</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>360</b>	<b>10,44</b>	<b>13,29</b>	<b>37,36</b>	<b>316,40</b>	<b>0,10</b>	<b>0,22</b>	<b>2,93</b>	<b>1,96</b>	<b>49,96</b>	<b>22,85</b>	<b>128,38</b>	<b>2,53</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Суп крестьянский с крупой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	8,88	17,05	20,00	164,00	0,53	№ 98
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	6,66	12,78	15,00	123,00	0,40	М.П.Могильный 2005
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	С	150	14,44	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12	№ 594
		Я	150	14,44	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12	А.И.Здобнов 2005
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	М.П.Могильный 2012
	Хлеб пшеничный	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012
<b>Итого: сад</b>		С	<b>602</b>	<b>21,63</b>	<b>32,21</b>	<b>60,42</b>	<b>624,09</b>	<b>2,17</b>	<b>0,27</b>	<b>4,83</b>	<b>31,31</b>	<b>109,92</b>	<b>87,66</b>	<b>407,91</b>	<b>5,19</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>500</b>	<b>19,52</b>	<b>30,91</b>	<b>46,16</b>	<b>545,37</b>	<b>1,78</b>	<b>0,24</b>	<b>4,30</b>	<b>28,65</b>	<b>96,52</b>	<b>73,88</b>	<b>342,78</b>	<b>4,42</b>	
Полдник	Каша жидкая молочная рисовая	С	150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,00	3,70	11,50	18,40	0,24	№ 182
		Я	130	1,42	3,31	14,65	94,47	0,01	0,02	0,42	0,00	3,21	9,97	15,92	0,21	М.П.Могильный 2005
	Какао с молоком (1 вариант)	С	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 397
		Я	150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,00	0,00	0,11	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>330</b>	<b>5,31</b>	<b>7,01</b>	<b>32,72</b>	<b>216,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>113,50</b>	<b>27,70</b>	<b>126,40</b>	<b>0,78</b>
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>280</b>	<b>4,57</b>	<b>6,03</b>	<b>27,61</b>	<b>183,47</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,53</b>	<b>0,00</b>	<b>94,71</b>	<b>23,47</b>	<b>105,92</b>	<b>0,66</b>	
<b>Всего за день: сад</b>		С	<b>1334</b>	<b>38,56</b>	<b>54,72</b>	<b>137,75</b>	<b>1211,19</b>	<b>2,29</b>	<b>0,51</b>	<b>6,62</b>	<b>33,63</b>	<b>278,53</b>	<b>143,09</b>	<b>669,38</b>	<b>8,81</b>	
<b>Всего за день: ясли</b>		Я	<b>1140</b>	<b>34,53</b>	<b>50,23</b>	<b>111,13</b>	<b>1045,24</b>	<b>1,89</b>	<b>0,48</b>	<b>7,76</b>	<b>30,61</b>	<b>241,19</b>	<b>120,20</b>	<b>577,08</b>	<b>7,61</b>	

Документ подписан простой электронной подписью  
 Дата, время подписания: 15.02.2024 12:38:02  
 Ф.И.О. должностного лица: Горлова Наталья Васильевна  
 Должность: заведующий  
 Уникальный программный ключ: ecb81929-6ed5-48ea-aea6-442ba742abcd

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>2 день</i>																
Завтрак	Каша жидкая молочная ячневая	С	180	4,15	5,48	23,71	160,80	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 182 М.П.Могильный 2005
		Я	150	3,46	4,57	19,76	134,00	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82	
	Бутерброд с сыром 50% жирн.	С	20/15	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55	№ 3 М.П.Могильный 2005
		Я	15/10	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39	
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 395 М.П.Могильный 2012
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>415</b>	<b>10,95</b>	<b>13,49</b>	<b>49,21</b>	<b>362,21</b>	<b>1,21</b>	<b>0,10</b>	<b>0,82</b>	<b>0,06</b>	<b>208,63</b>	<b>58,06</b>	<b>309,85</b>	<b>2,13</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>355</b>	<b>8,90</b>	<b>10,78</b>	<b>40,60</b>	<b>295,12</b>	<b>1,07</b>	<b>0,08</b>	<b>0,93</b>	<b>0,04</b>	<b>173,09</b>	<b>48,34</b>	<b>258,48</b>	<b>1,75</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
Обед	Свекла отварная с маслом растительным	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№ 700 А.И.Сдобного 2005
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,75	0,00	1,04	0,08	2,58	36,24	97,68	20,00	№ 103 М.П.Могильный 2005
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85	0,56	0,00	0,78	0,06	1,94	27,18	73,26	15,00	
	Голубцы ленивые	С	150	10,61	6,81	15,04	164,00	0,40	0,17	1,70	0,00	17,40	19,00	79,00	1,32	№ 298 М.П.Могильный 2012
		Я	130	8,84	5,68	12,53	136,67	0,33	0,14	1,46	0,00	15,11	16,50	68,50	1,01	
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522 А.Я.Первалов 2012
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я.Первалов 2012
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124 А.Я.Первалов 2012
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>657</b>	<b>19,49</b>	<b>11,76</b>	<b>87,58</b>	<b>532,02</b>	<b>3,16</b>	<b>0,23</b>	<b>3,74</b>	<b>8,83</b>	<b>77,02</b>	<b>142,03</b>	<b>351,84</b>	<b>26,39</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>520</b>	<b>15,56</b>	<b>9,12</b>	<b>69,27</b>	<b>420,68</b>	<b>2,54</b>	<b>0,19</b>	<b>3,01</b>	<b>5,31</b>	<b>58,35</b>	<b>108,33</b>	<b>283,51</b>	<b>20,06</b>	
Полдник	Лашевник	С	120	13,31	11,66	31,20	283,00	0,09	0,17	0,00	0,13	99,90	0,00	0,00	1,28	№ 212 М.П.Могильный
		Я	100	10,64	9,33	24,96	226,00	0,07	0,14	0,00	0,10	79,90	0,00	0,00	1,02	
	Кефир 2,5% жирн. или ряженка 2,5% жирн.	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 386 М.П.Могильный 2005
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	
		<b>Итого: сад</b>	С	<b>330</b>	<b>18,31</b>	<b>15,59</b>	<b>38,55</b>	<b>368,06</b>	<b>0,16</b>	<b>0,48</b>	<b>0,18</b>	<b>1,39</b>	<b>315,90</b>	<b>25,20</b>	<b>162,00</b>	<b>1,46</b>
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>280</b>	<b>14,84</b>	<b>12,61</b>	<b>31,09</b>	<b>296,89</b>	<b>0,13</b>	<b>0,40</b>	<b>0,15</b>	<b>1,15</b>	<b>259,90</b>	<b>21,00</b>	<b>135,00</b>	<b>1,17</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	С	<b>1402</b>	<b>48,75</b>	<b>40,84</b>	<b>175,34</b>	<b>1262,29</b>	<b>4,53</b>	<b>0,81</b>	<b>4,74</b>	<b>10,28</b>	<b>601,55</b>	<b>225,29</b>	<b>823,69</b>	<b>29,98</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1155</b>	<b>39,30</b>	<b>32,51</b>	<b>140,96</b>	<b>1012,69</b>	<b>3,74</b>	<b>0,67</b>	<b>4,09</b>	<b>6,50</b>	<b>491,34</b>	<b>177,67</b>	<b>676,99</b>	<b>22,98</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe		
<i>3 день</i>																	
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П.Могильный 2005	
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15		
	Бутерброд с повидлом	С	20/15	1,58	2,51	17,54	99,27	0,03	0,02	0,32	0,07	6,93	7,20	18,71	0,56	№ 2 М.П.Могильный 2005	
		Я	15/10	1,13	1,79	12,53	70,91	0,02	0,01	0,23	0,05	4,95	5,14	13,36	0,40		
	Чай с молоком	С	150/50/11	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012	
		Я	135/45/10	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37		
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>415</b>	<b>8,88</b>	<b>9,68</b>	<b>48,60</b>	<b>317,23</b>	<b>0,17</b>	<b>0,37</b>	<b>0,68</b>	<b>2,08</b>	<b>252,54</b>	<b>39,89</b>	<b>264,69</b>	<b>1,15</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>355</b>	<b>7,41</b>	<b>7,94</b>	<b>39,48</b>	<b>259,21</b>	<b>0,14</b>	<b>0,51</b>	<b>0,54</b>	<b>1,83</b>	<b>222,07</b>	<b>34,02</b>	<b>224,53</b>	<b>0,92</b>		
2- завтрак	Молоко кипяченое 2,5% жирн.	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005	
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16		
Обед	Овощи натеральные соленые(огурцы)	С	50	0,40	0,01	0,85	6,50	0,00	0,00	0,00	1,35	6,20	0,00	0,00	0,16	№ 70 М.П.Могильный 2005	
		Я	30	0,24	0,03	0,51	3,90	0,00	0,00	0,00	0,81	3,72	0,00	0,00	0,09		
	Суп картофельный с крупой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 101 М.П.Могильный 2005	
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02		
	Плов из птицы	С	150	14,17	11,96	25,08	264,40	0,06	0,13	5,60	0,38	31,59	32,62	150,00	1,47	№ 291 М.П.Могильный 2005	
		Я	150	14,17	11,96	25,08	264,40	0,06	0,13	5,60	0,38	31,59	32,62	150,00	1,47		
	Кисель из яблок	С	180	0,11	0,00	27,11	108,90	0,01	0,01	0,09	1,55	13,03	3,24	3,96	0,85	№ 352 М.П.Могильный 2005	
		Я	150	0,09	0,00	22,59	90,75	0,01	0,01	0,08	1,29	10,85	2,70	3,30	0,71		
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я.Первалов 2012	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60		
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124 А.Я.Первалов 2012	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
		<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>657</b>	<b>21,82</b>	<b>16,94</b>	<b>94,33</b>	<b>624,32</b>	<b>2,17</b>	<b>0,26</b>	<b>7,73</b>	<b>9,36</b>	<b>100,37</b>	<b>92,85</b>	<b>411,22</b>	<b>6,08</b>	
		<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>540</b>	<b>19,98</b>	<b>15,74</b>	<b>79,78</b>	<b>545,70</b>	<b>1,79</b>	<b>0,23</b>	<b>7,27</b>	<b>7,04</b>	<b>83,36</b>	<b>79,12</b>	<b>349,80</b>	<b>5,06</b>	
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	С	60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46	№ 557 А.Я.Первалов 2012	
		Я	60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46		
	Чай с лимоном	С	200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012	
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72		
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>260</b>	<b>3,76</b>	<b>4,26</b>	<b>33,20</b>	<b>185,62</b>	<b>0,06</b>	<b>0,05</b>	<b>0,75</b>	<b>0,19</b>	<b>13,30</b>	<b>0,72</b>	<b>35,10</b>	<b>1,26</b>		
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>210</b>	<b>3,70</b>	<b>4,25</b>	<b>29,00</b>	<b>169,12</b>	<b>0,06</b>	<b>0,05</b>	<b>0,75</b>	<b>0,19</b>	<b>13,76</b>	<b>0,72</b>	<b>35,10</b>	<b>1,18</b>		
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1332</b>	<b>34,46</b>	<b>30,88</b>	<b>176,13</b>	<b>1127,17</b>	<b>2,40</b>	<b>0,68</b>	<b>9,16</b>	<b>11,63</b>	<b>366,21</b>	<b>133,46</b>	<b>711,01</b>	<b>8,49</b>		
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1105</b>	<b>31,09</b>	<b>27,93</b>	<b>148,26</b>	<b>974,03</b>	<b>1,99</b>	<b>0,79</b>	<b>8,56</b>	<b>9,06</b>	<b>319,19</b>	<b>113,86</b>	<b>609,43</b>	<b>7,16</b>		

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>4 день</i>																
Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	С	180	6,68	6,53	32,75	219,36	0,12	0,05	0,27	0,00	128,26	26,76	124,92	1,79	№ 279
		Я	150	5,57	5,44	27,29	182,80	0,10	0,04	0,50	1,24	106,88	22,30	104,10	1,49	А.Я.Первалов 2012
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жирн.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>407</b>	<b>12,54</b>	<b>15,26</b>	<b>49,90</b>	<b>429,83</b>	<b>0,15</b>	<b>0,07</b>	<b>0,76</b>	<b>0,00</b>	<b>256,54</b>	<b>51,44</b>	<b>264,56</b>	<b>2,81</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>350</b>	<b>11,37</b>	<b>12,41</b>	<b>50,42</b>	<b>357,80</b>	<b>0,12</b>	<b>0,05</b>	<b>0,89</b>	<b>1,24</b>	<b>221,33</b>	<b>43,15</b>	<b>226,65</b>	<b>2,34</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Морковь отварная с маслом растительным	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31	0,00	0,00	0,00	8,75	18,59	26,50	0,00	0,31	№ 700 А.И.Здобного 2005
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58	0,00	0,00	0,00	5,25	11,15	15,90	0,00	0,18	
	Суп картофельный с бобовыми	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06	№ 102
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,05	0,04	0,61	7,20	33,12	21,24	132,50	0,05	М.П.Могильный 2005
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46	0,08	0,03	0,76	0,00	10,88	15,60	41,11	0,95	№ 115
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64	0,05	0,02	0,51	0,00	7,25	10,40	27,41	0,63	М.П.Могильный 2012
	Тефтели рыбные	С	70	6,19	1,44	6,43	63,38	0,06	0,13	5,60	0,22	19,36	21,35	150,00	0,50	№ 239
		Я	50	4,42	1,03	4,59	45,27	0,04	0,09	4,00	0,16	13,83	15,25	107,14	0,36	М.П.Могильный 2005
	Соус сметанный с томатом	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 331
		Я	30	6,80	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	М.П.Могильный 2005
	Пюре из бабовых с маслом	С	130	5,50	3,90	22,20	150,90	0,00	0,00	0,00	0,00	6,89	0,00	0,00	0,35	№ 199
		Я	110	6,31	3,20	18,04	122,50	0,00	0,00	0,00	0,00	5,83	0,00	0,00	0,32	М.П.Могильный 2005
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	М.П.Могильный 2012
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Первалов 2012
Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124	
	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Первалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>742</b>	<b>19,08</b>	<b>8,86</b>	<b>76,86</b>	<b>461,06</b>	<b>2,16</b>	<b>0,26</b>	<b>7,54</b>	<b>19,31</b>	<b>116,40</b>	<b>112,63</b>	<b>409,82</b>	<b>3,96</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>580</b>	<b>13,73</b>	<b>6,30</b>	<b>56,26</b>	<b>335,55</b>	<b>1,76</b>	<b>0,19</b>	<b>5,49</b>	<b>14,51</b>	<b>89,29</b>	<b>82,89</b>	<b>323,15</b>	<b>2,92</b>	
Полдник		С														
		Я														
	Кондитерские изделия (пром.)	С	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 604 А.Я.Первалов 2012
		Я	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	
		С														
		Я														
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>375</b>	<b>3,82</b>	<b>4,92</b>	<b>48,30</b>	<b>252,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,33</b>	<b>0,03</b>	<b>19,80</b>	<b>7,58</b>	<b>20,99</b>	<b>0,94</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>285</b>	<b>2,31</b>	<b>2,96</b>	<b>32,31</b>	<b>165,10</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,18</b>	<b>0,03</b>	<b>14,35</b>	<b>4,39</b>	<b>11,61</b>	<b>0,59</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1524</b>	<b>35,44</b>	<b>29,04</b>	<b>175,06</b>	<b>1143,79</b>	<b>2,31</b>	<b>0,35</b>	<b>8,63</b>	<b>19,34</b>	<b>392,74</b>	<b>171,65</b>	<b>695,37</b>	<b>7,71</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1215</b>	<b>27,41</b>	<b>21,67</b>	<b>138,99</b>	<b>858,45</b>	<b>1,90</b>	<b>0,25</b>	<b>6,56</b>	<b>15,78</b>	<b>324,97</b>	<b>130,43</b>	<b>561,41</b>	<b>5,85</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>5 день</i>																
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П.Могильный 2005
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жирн.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1 М.П.Могильный 2005
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012
		Я	180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>407</b>	<b>6,12</b>	<b>9,69</b>	<b>36,31</b>	<b>256,46</b>	<b>0,13</b>	<b>0,22</b>	<b>0,58</b>	<b>0,78</b>	<b>130,79</b>	<b>23,97</b>	<b>172,84</b>	<b>1,40</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>350</b>	<b>5,81</b>	<b>7,60</b>	<b>27,03</b>	<b>196,30</b>	<b>0,10</b>	<b>0,38</b>	<b>0,45</b>	<b>0,68</b>	<b>113,73</b>	<b>19,63</b>	<b>142,22</b>	<b>1,18</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
	Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		
Обед	Овощи натеральные соленые(огурцы)	С	50	0,40	0,01	0,85	6,50	0,00	0,00	0,00	1,35	6,20	0,00	0,00	0,16	№ 75 М.П.Могильный 2005
		Я	30	0,24	0,03	0,51	3,90	0,00	0,00	0,00	0,81	3,72	0,00	0,00	0,09	
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 57 М.П.Могильный 2012
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184 А.И.Здобнов 2005
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	С	70	13,35	7,19	6,01	142,15	0,04	0,03	1,04	2,88	36,14	45,15	103,48	0,63	№ 354 А.Я.Перевалов 2012
		Я	50	9,53	5,13	4,29	101,53	0,03	0,02	0,74	2,05	25,81	32,25	73,92	0,45	
	Пюре картофельное или картофель отварной	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	1,90	15,60	13,00	26,86	0,33	№ 312/125 М.П.Могильный 2005
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,04	0,28	0,35	1,60	13,20	11,00	22,70	0,28	
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522 А.Я.Перевалов 2012
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,02	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124 А.Я.Перевалов 2012
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
<b>Итого: сад</b>		С	<b>707</b>	<b>23,54</b>	<b>16,70</b>	<b>90,19</b>	<b>608,61</b>	<b>2,14</b>	<b>0,49</b>	<b>3,26</b>	<b>23,05</b>	<b>136,15</b>	<b>132,04</b>	<b>378,76</b>	<b>6,32</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>550</b>	<b>17,47</b>	<b>12,87</b>	<b>71,27</b>	<b>470,26</b>	<b>1,76</b>	<b>0,40</b>	<b>2,58</b>	<b>19,70</b>	<b>108,64</b>	<b>103,76</b>	<b>304,19</b>	<b>5,06</b>	
Полдник	Шанежка наливная	С	60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	№ 564 А.Я.Перевалов 2012
		Я	60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	
	Молоко кипяченое 2,5% жирн.	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>260</b>	<b>10,80</b>	<b>9,58</b>	<b>40,39</b>	<b>290,49</b>	<b>0,16</b>	<b>0,38</b>	<b>1,24</b>	<b>2,79</b>	<b>273,53</b>	<b>24,46</b>	<b>245,20</b>	<b>0,79</b>
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>210</b>	<b>9,27</b>	<b>8,22</b>	<b>37,86</b>	<b>262,19</b>	<b>0,14</b>	<b>0,30</b>	<b>1,19</b>	<b>2,11</b>	<b>210,33</b>	<b>22,10</b>	<b>197,80</b>	<b>0,74</b>	
<b>Всего за день: сад</b>		С	<b>1374</b>	<b>40,46</b>	<b>35,97</b>	<b>166,89</b>	<b>1155,56</b>	<b>2,43</b>	<b>1,09</b>	<b>5,08</b>	<b>26,62</b>	<b>540,47</b>	<b>180,47</b>	<b>796,80</b>	<b>8,51</b>	
<b>Всего за день: ясли</b>		Я	<b>1110</b>	<b>32,55</b>	<b>28,69</b>	<b>136,16</b>	<b>928,75</b>	<b>2,00</b>	<b>1,08</b>	<b>4,22</b>	<b>22,49</b>	<b>432,70</b>	<b>145,49</b>	<b>644,21</b>	<b>6,98</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>Неделя 2</b>																
<b>6 День</b>																
Завтрак	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005
	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	М.П.Могильный 2012
	Булочка «Ладушка» с маслом сливочным 72,5% жирн.	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,04	0,02	0,39	0,00	6,28	6,68	23,28	0,42	№ 1
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,03	0,02	0,37	0,00	4,65	4,95	21,83	0,31	М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>402</b>	<b>8,80</b>	<b>18,91</b>	<b>33,35</b>	<b>338,40</b>	<b>0,13</b>	<b>0,26</b>	<b>0,88</b>	<b>6,87</b>	<b>71,20</b>	<b>15,01</b>	<b>125,36</b>	<b>2,46</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>360</b>	<b>8,06</b>	<b>16,18</b>	<b>27,82</b>	<b>288,80</b>	<b>0,11</b>	<b>0,25</b>	<b>0,80</b>	<b>5,81</b>	<b>63,57</b>	<b>12,11</b>	<b>120,23</b>	<b>2,21</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
Я		200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005	
Обед	Овощи натеральные соленые(огурцы)	С	50	0,40	0,01	0,85	6,50	0,00	0,00	0,00	1,35	6,20	0,00	0,00	0,16	№ 120
		Я	30	0,24	0,03	0,51	3,90	0,00	0,00	0,00	0,81	3,72	0,00	0,00	0,09	А.Я.Первалов 2012
	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80	0,24	0,72	1,80	8,40	34,40	26,40	136,00	1,44	№ 108
		Я	150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,18	0,54	1,35	6,30	25,80	19,80	102,00	1,08	М.П.Могильный 2005
	Жаркое из кур (вариант 2)	С	150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	№ 10.22 Цитадель-трейд 2005
		Я	150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	
	Кисель из яблок	С	180	0,11	0,00	27,11	108,90	0,01	0,01	0,09	1,55	13,03	3,24	3,96	0,85	№ 352
		Я	150	0,09	0,00	22,59	90,75	0,01	0,01	0,08	1,29	10,85	2,70	3,30	0,71	М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	А.Я.Первалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Первалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>652</b>	<b>14,44</b>	<b>8,05</b>	<b>81,15</b>	<b>458,50</b>	<b>2,85</b>	<b>0,79</b>	<b>3,51</b>	<b>17,42</b>	<b>77,65</b>	<b>86,88</b>	<b>305,19</b>	<b>20,19</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>530</b>	<b>12,22</b>	<b>7,19</b>	<b>63,98</b>	<b>372,00</b>	<b>2,42</b>	<b>0,59</b>	<b>2,76</b>	<b>14,52</b>	<b>57,49</b>	<b>71,50</b>	<b>246,40</b>	<b>19,05</b>	
Полдник	Каша жидкая молочная пшеничная	С	150	3,46	4,57	19,76	134,00	0,04	0,02	0,83	0,00	9,90	24,70	37,50	0,82	№ 182
		Я	130	3,00	3,96	17,13	116,13	0,03	0,02	0,72	0,00	8,58	21,41	32,50	0,71	М.П.Могильный 2005
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 395
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00	0,78	0,00	0,12	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	М.П.Могильный 2012
		<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>330</b>	<b>6,27</b>	<b>6,96</b>	<b>32,51</b>	<b>217,90</b>	<b>0,98</b>	<b>0,02</b>	<b>0,97</b>	<b>0,00</b>	<b>119,70</b>	<b>40,90</b>	<b>145,50</b>	<b>1,36</b>
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>280</b>	<b>5,34</b>	<b>5,96</b>	<b>27,76</b>	<b>186,13</b>	<b>0,82</b>	<b>0,02</b>	<b>0,84</b>	<b>0,00</b>	<b>100,08</b>	<b>34,91</b>	<b>122,50</b>	<b>1,16</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1384</b>	<b>29,51</b>	<b>33,92</b>	<b>147,01</b>	<b>1014,80</b>	<b>3,96</b>	<b>1,07</b>	<b>5,36</b>	<b>24,29</b>	<b>268,55</b>	<b>142,79</b>	<b>576,05</b>	<b>24,01</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1170</b>	<b>25,62</b>	<b>29,33</b>	<b>119,56</b>	<b>846,93</b>	<b>3,35</b>	<b>0,86</b>	<b>4,40</b>	<b>20,33</b>	<b>221,14</b>	<b>118,52</b>	<b>489,13</b>	<b>22,42</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>7 день</i>																
Завтрак	Суп молочный с крупой ячневой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	М.П.Могильный 2005
	Бутерброд с сыром 50% жирн.	С	20/15	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55	№ 3
		Я	15/10	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39	М.П.Могильный 2005
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>415</b>	<b>12,21</b>	<b>13,55</b>	<b>33,75</b>	<b>345,94</b>	<b>0,14</b>	<b>0,24</b>	<b>0,79</b>	<b>0,74</b>	<b>315,86</b>	<b>45,71</b>	<b>338,13</b>	<b>1,33</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>355</b>	<b>9,91</b>	<b>10,82</b>	<b>36,53</b>	<b>283,52</b>	<b>0,11</b>	<b>0,40</b>	<b>0,63</b>	<b>0,62</b>	<b>266,41</b>	<b>38,62</b>	<b>282,05</b>	<b>1,08</b>	
2- завтрак	Молоко кипяченое 2,5% жирн.	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	М.П.Могильный 2005
Обед	Икра свекольная	С	50	1,15	3,40	7,70	66,00	0,00	0,00	0,00	3,37	11,50	7,00	21,00	0,30	№ 75
		Я	30	0,69	2,04	4,62	39,60	0,00	0,00	0,00	2,02	6,90	4,20	12,60	0,18	М.П.Могильный 2005
	Суп картофельный с крупой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 101
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	М.П.Могильный 2005
	Тфтели 2-ой вариант	С	70	11,48	18,90	17,09	284,20	0,07	0,12	2,80	0,00	15,75	22,75	113,75	1,05	№ 279
		Я	50	8,20	13,50	12,20	203,00	0,05	0,09	2,00	0,00	11,25	16,25	81,25	0,75	М.П.Могильный 2005
	Соус сметанный с томатом	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 331
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	М.П.Могильный 2005
	Макаронные изделия отварные с маслом	С	130	4,76	3,65	22,85	143,40	0,12	0,07	1,48	0,00	27,70	33,00	121,33	2,77	№ 203
		Я	110	4,03	3,09	19,33	121,30	0,10	0,06	1,25	0,00	23,50	27,90	102,70	2,35	М.П.Могильный 2005
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	М.П.Могильный 2012
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	А.Я.Перевалов 2012
Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124	
	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>737</b>	<b>25,49</b>	<b>32,67</b>	<b>103,70</b>	<b>816,76</b>	<b>2,32</b>	<b>0,35</b>	<b>12,32</b>	<b>29,79</b>	<b>126,87</b>	<b>128,98</b>	<b>525,34</b>	<b>8,36</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>580</b>	<b>19,29</b>	<b>24,09</b>	<b>80,41</b>	<b>620,09</b>	<b>1,90</b>	<b>0,28</b>	<b>10,84</b>	<b>26,48</b>	<b>98,99</b>	<b>100,85</b>	<b>405,05</b>	<b>6,64</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	С	60	3,73	2,00	23,44	126,51	0,00	0,00	0,00	0,00	7,36	18,51	0,00	0,45	№ 223
		Я	60	3,73	2,00	23,44	126,51	0,00	0,00	0,00	0,00	7,36	18,51	0,00	0,45	М.П.Могильный 2005
																№ 327
																М.П.Могильный 2005
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>350</b>	<b>3,86</b>	<b>2,02</b>	<b>34,74</b>	<b>172,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,10</b>	<b>12,76</b>	<b>18,51</b>	<b>0,00</b>	<b>1,25</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>280</b>	<b>3,80</b>	<b>2,01</b>	<b>30,54</b>	<b>155,51</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,10</b>	<b>13,22</b>	<b>18,51</b>	<b>0,00</b>	<b>1,17</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1502</b>	<b>41,56</b>	<b>48,24</b>	<b>172,19</b>	<b>1334,71</b>	<b>2,46</b>	<b>0,60</b>	<b>13,11</b>	<b>30,63</b>	<b>455,49</b>	<b>193,20</b>	<b>863,47</b>	<b>10,94</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1215</b>	<b>33,00</b>	<b>36,92</b>	<b>147,48</b>	<b>1059,12</b>	<b>2,01</b>	<b>0,69</b>	<b>11,47</b>	<b>27,20</b>	<b>378,62</b>	<b>157,98</b>	<b>687,10</b>	<b>8,89</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>8 день</b>																
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	С	180	1,96	4,58	20,27	130,70	0,01	0,03	0,59	0,13	27,00	3,60	22,08	0,05	№ 182 М.П.Могильный 2005
		Я	150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жирн.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1 М.П.Могильный 2005
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	
	Чай с молоком	С	150/50/11	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012
		Я	135/45/10	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>407</b>	<b>6,59</b>	<b>12,28</b>	<b>46,06</b>	<b>321,30</b>	<b>0,08</b>	<b>0,21</b>	<b>1,05</b>	<b>1,46</b>	<b>159,78</b>	<b>25,68</b>	<b>134,50</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>350</b>	<b>6,44</b>	<b>9,94</b>	<b>38,54</b>	<b>266,00</b>	<b>0,07</b>	<b>0,17</b>	<b>0,85</b>	<b>1,31</b>	<b>141,05</b>	<b>21,55</b>	<b>116,45</b>	<b>0,72</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
Обед	Суп-лапша домашняя	С	200	1,77	4,05	9,54	81,80	0,04	0,01	0,33	0,40	15,76	8,36	23,44	0,47	№ 218 А.И.Здобнов 2005
		Я	150	1,32	3,04	7,15	61,35	0,03	0,01	0,25	0,30	11,82	6,27	17,58	0,35	
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	С	70	10,73	9,67	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	№ 295 М.П.Могильный 2005
		Я	50	7,66	6,91	7,77	124,16	0,03	0,05	1,85	0,25	9,33	8,75	35,00	0,70	
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63	0,00	0,00	0,13	0,00	105,70	15,60	104,00	0,52	№ 321 М.П.Могильный 2005
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61	0,00	0,00	0,11	0,00	89,50	13,20	88,00	0,44	
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522 А.Я.Первалов 2012
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я.Первалов 2012
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124 А.Я.Первалов 2012
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
<b>Итого: сад</b>		С	<b>657</b>	<b>21,19</b>	<b>18,70</b>	<b>89,54</b>	<b>613,17</b>	<b>2,10</b>	<b>0,14</b>	<b>4,05</b>	<b>0,75</b>	<b>173,01</b>	<b>96,50</b>	<b>351,60</b>	<b>6,71</b>	
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>520</b>	<b>15,93</b>	<b>14,11</b>	<b>70,57</b>	<b>474,70</b>	<b>1,71</b>	<b>0,11</b>	<b>2,98</b>	<b>0,55</b>	<b>140,80</b>	<b>76,97</b>	<b>282,33</b>	<b>5,36</b>	
Полдник	Крендель сахарный	С	60	4,31	7,94	36,76	235,64	0,04	0,02	0,91	0,00	10,22	14,64	21,40	0,58	№ 569 А.Я.Первалов 2012
		Я	60	4,31	7,94	36,76	235,64	0,04	0,02	0,91	0,00	10,22	14,64	21,40	0,58	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	
	<b>Итого: сад</b>		С	<b>260</b>	<b>4,38</b>	<b>7,96</b>	<b>47,86</b>	<b>280,04</b>	<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>0,93</b>	<b>0,03</b>	<b>21,32</b>	<b>16,04</b>	<b>24,18</b>	<b>0,89</b>
<b>Итого: ясли</b>		Я	<b>210</b>	<b>4,37</b>	<b>7,96</b>	<b>46,75</b>	<b>275,64</b>	<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>0,93</b>	<b>0,03</b>	<b>20,22</b>	<b>15,94</b>	<b>23,90</b>	<b>0,86</b>	
<b>Всего за день: сад</b>		С	<b>1324</b>	<b>32,16</b>	<b>38,94</b>	<b>183,46</b>	<b>1214,51</b>	<b>2,22</b>	<b>0,37</b>	<b>6,03</b>	<b>2,25</b>	<b>354,11</b>	<b>138,22</b>	<b>510,28</b>	<b>8,48</b>	
<b>Всего за день: ясли</b>		Я	<b>1080</b>	<b>26,74</b>	<b>32,01</b>	<b>155,86</b>	<b>1016,34</b>	<b>1,82</b>	<b>0,30</b>	<b>4,76</b>	<b>1,89</b>	<b>302,07</b>	<b>114,46</b>	<b>422,68</b>	<b>6,94</b>	



Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<i>9 день</i>																
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	С	180	5,17	4,69	16,95	130,70	0,05	0,13	0,57	4,68	109,44	18,00	86,40	0,40	№ 120
		Я	150	4,31	3,91	14,13	108,90	0,05	0,11	0,48	3,90	91,20	15,00	72,00	0,33	М.П.Могильный 2005
	Бутерброд с маслом сливочным 72,5% жирн.	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 1
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	М.П.Могильный 2005
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 395
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>407</b>	<b>9,95</b>	<b>12,45</b>	<b>40,99</b>	<b>315,80</b>	<b>1,13</b>	<b>0,15</b>	<b>1,06</b>	<b>4,68</b>	<b>237,72</b>	<b>42,68</b>	<b>226,04</b>	<b>1,42</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>350</b>	<b>9,25</b>	<b>10,08</b>	<b>34,19</b>	<b>260,80</b>	<b>1,01</b>	<b>0,12</b>	<b>0,87</b>	<b>3,90</b>	<b>205,65</b>	<b>35,85</b>	<b>194,55</b>	<b>1,18</b>	
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	М.П.Могильный 2005
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389
		Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Могильный 2005
Обед	Икра овощная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50	0,01	0,02	0,17	2,18	16,03	11,10	20,19	0,47	№ 55
		Я	30	0,39	1,24	2,15	21,30	0,01	0,01	0,10	1,31	9,62	6,66	12,11	0,28	М.П.Могильный 2012
	Свекольник	С	200	1,74	3,53	9,67	92,62	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 145
		Я	150	1,31	2,65	7,25	69,46	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	А.Я.Перевалов 2012
	Зразы рыбные рубленые	С	70	9,41	4,66	10,54	121,34	0,07	0,09	1,10	1,60	44,21	26,25	145,72	0,97	№ 237
		Я	50	6,72	3,33	7,53	86,67	0,05	0,06	0,79	1,14	31,58	18,78	104,09	0,69	М.П.Могильный 2005
	Соус сметанный	С	30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	№ 330
		Я	30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	М.П.Могильный 2005
	Каша рассыпчатая пшеничная	С	130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 302
		Я	110	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	М.П.Могильный 2005
	Кисель из яблок	С	180	0,11	0,00	27,11	108,90	0,01	0,01	0,09	1,55	13,03	3,24	3,96	0,85	№ 352
		Я	150	0,09	0,00	22,59	90,75	0,01	0,01	0,08	1,29	10,85	2,70	3,30	0,71	М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С	25	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 122
		Я	20	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>722</b>	<b>23,92</b>	<b>17,57</b>	<b>103,59</b>	<b>680,59</b>	<b>2,24</b>	<b>1,52</b>	<b>5,08</b>	<b>23,33</b>	<b>174,25</b>	<b>122,68</b>	<b>452,76</b>	<b>7,57</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>570</b>	<b>18,88</b>	<b>13,63</b>	<b>84,56</b>	<b>544,86</b>	<b>1,85</b>	<b>1,46</b>	<b>4,32</b>	<b>20,06</b>	<b>141,28</b>	<b>100,00</b>	<b>365,22</b>	<b>6,27</b>	
Полдник		С													№ 210	
		Я													М.П.Могильный 2005	
	Кондитерские изделия (пром.)	С	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 604 А.Я.Перевалов 2012
		Я	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	
	Кефир 2,5% жирн. или ряженка 2,5% жирн.	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 386
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	М.П.Могильный 2005
			С													№ 122
		Я													А.Я.Перевалов 2012	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>305</b>	<b>8,75</b>	<b>8,83</b>	<b>44,55</b>	<b>293,56</b>	<b>0,07</b>	<b>0,33</b>	<b>0,49</b>	<b>1,26</b>	<b>224,70</b>	<b>31,38</b>	<b>180,21</b>	<b>0,81</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>235</b>	<b>6,45</b>	<b>6,22</b>	<b>28,45</b>	<b>195,99</b>	<b>0,08</b>	<b>0,27</b>	<b>0,31</b>	<b>1,05</b>	<b>184,35</b>	<b>24,09</b>	<b>144,11</b>	<b>0,46</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	С	<b>1434</b>	<b>42,62</b>	<b>38,85</b>	<b>189,13</b>	<b>1289,95</b>	<b>3,44</b>	<b>2,00</b>	<b>6,63</b>	<b>29,27</b>	<b>636,67</b>	<b>196,74</b>	<b>859,01</b>	<b>9,80</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1155</b>	<b>34,58</b>	<b>29,93</b>	<b>147,20</b>	<b>1001,65</b>	<b>2,94</b>	<b>1,85</b>	<b>5,50</b>	<b>25,01</b>	<b>531,28</b>	<b>159,94</b>	<b>703,88</b>	<b>7,91</b>	

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
				Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
<b>10 день</b>																
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180	2,88	4,58	19,32	129,60	0,05	0,03	0,99	0,82	113,80	10,80	45,00	0,40	№ 181 М.П.Могильный 2005
		Я	150	2,40	3,82	16,10	108,00	0,04	0,02	0,83	0,68	94,80	9,00	37,50	0,33	
	Бутерброд с повидлом	С	20/15	1,58	2,51	17,54	99,27	0,03	0,02	0,32	0,07	6,93	7,20	18,71	0,56	№ 2 М.П.Могильный 2005
		Я	15/10	1,13	1,79	12,53	70,91	0,02	0,01	0,23	0,05	4,95	5,14	13,36	0,40	
	Чай с молоком	С	150/50/11	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012
		Я	135/45/10	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>415</b>	<b>7,43</b>	<b>9,69</b>	<b>52,78</b>	<b>327,67</b>	<b>0,12</b>	<b>0,21</b>	<b>1,43</b>	<b>2,22</b>	<b>247,23</b>	<b>33,40</b>	<b>156,49</b>	<b>1,37</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>355</b>	<b>6,20</b>	<b>7,95</b>	<b>42,96</b>	<b>267,91</b>	<b>0,10</b>	<b>0,17</b>	<b>1,17</b>	<b>1,93</b>	<b>213,65</b>	<b>28,04</b>	<b>134,36</b>	<b>1,10</b>	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)или	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
	Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		
Обед	Икра свекольная	С	50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	№ 75 М.П.Могильный 2005
		Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	
	Борщ Ставропольский	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 57 Сборник Ставр.фирм.блюд
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184 А.И.Здобнов 2005
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	
	Сельдь с картофелем и маслом	С	50/130/10	15,81	19,69	11,59	286,80	0,11	0,30	0,00	12,04	50,66	0,00	0,00	1,45	№ 363 А.Я.Перевалов 2012
		Я	50/110/10	12,65	15,75	9,27	229,44	0,09	0,24	0,00	9,63	40,53	0,00	0,00	1,16	
	Компот из свежих плодов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521 М.П.Могильный 2012
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	2,91	0,06	0,39	0,00	20,93	26,09	87,69	2,16	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 124 А.Я.Перевалов 2012
Я		30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>702</b>	<b>36,13</b>	<b>43,38</b>	<b>78,33</b>	<b>850,20</b>	<b>2,27</b>	<b>0,67</b>	<b>2,05</b>	<b>45,93</b>	<b>178,97</b>	<b>54,43</b>	<b>187,52</b>	<b>5,99</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>550</b>	<b>31,77</b>	<b>37,32</b>	<b>66,24</b>	<b>726,47</b>	<b>4,78</b>	<b>0,63</b>	<b>1,85</b>	<b>39,40</b>	<b>170,89</b>	<b>65,45</b>	<b>230,91</b>	<b>6,93</b>	
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137 М.П.Могильный 2012
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	0,14	0,13	1,07	10,41	62,73	20,30	59,85	2,90	
	<b>Итого: сад</b>	С	<b>345</b>	<b>3,62</b>	<b>9,37</b>	<b>33,22</b>	<b>231,70</b>	<b>0,09</b>	<b>0,08</b>	<b>0,71</b>	<b>6,94</b>	<b>41,82</b>	<b>13,53</b>	<b>39,90</b>	<b>1,93</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я	<b>270</b>	<b>2,88</b>	<b>7,91</b>	<b>24,70</b>	<b>182,05</b>	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>	<b>1,40</b>	<b>16,29</b>	<b>95,51</b>	<b>26,16</b>	<b>78,95</b>	<b>4,24</b>	
	<b>Всего за день: сад</b>	С	<b>1462</b>	<b>47,18</b>	<b>62,44</b>	<b>164,33</b>	<b>1409,57</b>	<b>2,48</b>	<b>0,96</b>	<b>4,19</b>	<b>55,09</b>	<b>468,02</b>	<b>101,36</b>	<b>383,91</b>	<b>9,29</b>	
	<b>Всего за день: ясли</b>	Я	<b>1175</b>	<b>40,85</b>	<b>53,18</b>	<b>133,90</b>	<b>1176,43</b>	<b>5,07</b>	<b>0,99</b>	<b>4,42</b>	<b>57,62</b>	<b>480,05</b>	<b>119,64</b>	<b>444,22</b>	<b>12,27</b>	
	<b>Итого за весь период:</b>	С		<b>390,70</b>	<b>413,83</b>	<b>1687,29</b>	<b>12163,54</b>									
	<b>Итого за весь период: ясли</b>	Я		<b>325,67</b>	<b>342,40</b>	<b>1379,50</b>	<b>9919,63</b>									
	<b>Среднее значение за весь период</b>	С		<b>39,07</b>	<b>41,38</b>	<b>168,73</b>	<b>1216,35</b>									
		Я		<b>32,57</b>	<b>34,24</b>	<b>137,95</b>	<b>991,96</b>									
	<b>% выполнения от калорийности</b>	С		<b>95,29</b>	<b>91,96</b>	<b>86,53</b>	<b>90,10</b>									
		Я		<b>101,77</b>	<b>97,83</b>	<b>90,76</b>	<b>94,47</b>									

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Дели принт Москва 2012 г. М.П.Могильный

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт Москва 2005 г. М.П.Могильный

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я.Перевалов

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Москва "Лада" 2005 г. А.И.Здобнов

Сборник ставропольских фирменных блюд