



### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1,5 -3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,88	4,50	23,40	154,5	11/4
	Чай с молоком	180	1,35	1,44	9,31	55,8	12/10
	Хлеб с маслом	20	1,56	3,08	9,40	6,4	1/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>7,79</b>	<b>9,02</b>	<b>42,11</b>	<b>216,7</b>	
10:00	Банан	100	0,86	0,29	11,97	54,72	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,86</b>	<b>0,29</b>	<b>11,97</b>	<b>54,72</b>	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	30	0,30	2,00	3,25	31,5	8/1
	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	180	4,59	11,07	12,42	169,2	15/2
	Плов из мяса говядины	160	11,84	13,18	27,65	279,04	4/8
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33,2	2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>590</b>	<b>20,02</b>	<b>26,65</b>	<b>76,31</b>	<b>624,14</b>	
ПОЛДНИК	Пудинг манный с яблоками	70	3,21	3,72	18,05	118,48	4/5
	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	6,90	27	11/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>3,29</b>	<b>3,72</b>	<b>24,95</b>	<b>145,48</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1260</b>	<b>31,96</b>	<b>39,68</b>	<b>155,34</b>	<b>1041,04</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1260</b>	<b>31,96</b>	<b>39,68</b>	<b>155,34</b>	<b>1041,04</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1260</b>	<b>31,96</b>	<b>39,68</b>	<b>155,34</b>	<b>1041,04</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,50	6,00	31,20	206	11/4
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб с маслом	30	2,34	4,62	14,10	9,6	1/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>430</b>	<b>10,34</b>	<b>12,22</b>	<b>55,64</b>	<b>277,6</b>	
10:00	Банан	100	0,86	0,29	11,97	54,72	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,86</b>	<b>0,29</b>	<b>11,97</b>	<b>54,72</b>	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	50	0,50	3,34	5,41	52,5	8/1
	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200	5,10	12,30	13,80	188	15/2
	Плов из мяса говядины	200	14,80	16,48	34,56	348,8	4/8
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>710</b>	<b>25,16</b>	<b>32,72</b>	<b>96,85</b>	<b>780,7</b>	
ПОЛДНИК	Пудинг манный с яблоками	100	4,59	5,32	25,79	169,25	4/5
	Чай с лимоном	180	0,09	0,00	8,28	32,4	11/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>4,68</b>	<b>5,32</b>	<b>34,07</b>	<b>201,65</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1520</b>	<b>41,04</b>	<b>50,55</b>	<b>198,53</b>	<b>1314,67</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1520</b>	<b>41,04</b>	<b>50,55</b>	<b>198,53</b>	<b>1314,67</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1520</b>	<b>41,04</b>	<b>50,55</b>	<b>198,53</b>	<b>1314,67</b>	



*Заведующий*  
*Татьяна Сергеевна*

Возрастная категория: 1,5 - 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	4,50	4,50	20,55	141	19/4
	Чай	180	0,00	0,00	8,19	31,5	10/10
	Хлеб с маслом и сыром	20	3,33	4,40	9,40	91,33	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>7,83</b>	<b>8,90</b>	<b>38,14</b>	<b>263,83</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Огурец свежий (нарезка)	30	0,23	0,03	0,71	3,99	9
	Суп картофельный с рыбой	150	5,40	3,07	9,75	89,25	19/2
	Рулет из мяса говядины с яйцом (паровой)	100	15,00	17,88	4,88	240	29/8
	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,39	1,16	1,32	17,3	1/11
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	150	0,00	0,00	14,30	60	1/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>490</b>	<b>23,86</b>	<b>22,54</b>	<b>47,48</b>	<b>490,14</b>	
ПОЛДНИК	Пряники	70	3,36	1,96	54,39	235,06	10
	Йогурт	130	6,50	4,16	11,05	113,1	536
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>9,86</b>	<b>6,12</b>	<b>65,44</b>	<b>348,16</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1140</b>	<b>41,96</b>	<b>37,64</b>	<b>164,16</b>	<b>1157,13</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1140</b>	<b>41,96</b>	<b>37,64</b>	<b>164,16</b>	<b>1157,13</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1140</b>	<b>41,96</b>	<b>37,64</b>	<b>164,16</b>	<b>1157,13</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	200	6,00	6,00	27,40	188	19/4
	Чай	200	0,00	0,00	9,10	35	10/10
	Хлеб с маслом и сыром	30	5,00	6,60	14,10	137	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>430</b>	<b>11,00</b>	<b>12,60</b>	<b>50,60</b>	<b>360</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Огурец свежий (нарезка)	50	0,38	0,05	1,19	6,65	9
	Суп картофельный с рыбой	180	6,48	3,69	11,70	107,1	19/2
	Рулет из мяса говядины с яйцом (паровой)	120	18,00	21,45	5,85	288	29/8
	Соус молочный (для подачи к блюду)	25	0,49	1,46	1,65	21,62	1/11
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	180	0,00	0,00	17,10	72	1/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>615</b>	<b>29,61</b>	<b>27,25</b>	<b>62,27</b>	<b>614,77</b>	
ПОЛДНИК	Пряники	70	3,36	1,96	54,39	235,06	10
	Йогурт	150	7,50	4,80	12,75	130,5	536
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>10,86</b>	<b>6,76</b>	<b>67,14</b>	<b>365,56</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1365</b>	<b>51,88</b>	<b>46,69</b>	<b>193,11</b>	<b>1395,33</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>51,88</b>	<b>46,69</b>	<b>193,11</b>	<b>1395,33</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>51,88</b>	<b>46,69</b>	<b>193,11</b>	<b>1395,33</b>	



Возрастная категория: 1,5 -3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	120	20,28	11,52	15,84	250,8	9/5
	Молоко сгущённое	30	2,10	2,37	2,85	40,5	10
	Хлеб с сыром	20	3,27	1,93	9,33	69,33	3/13
	Чай с молоком	180	1,35	1,44	9,31	55,8	12/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>27,00</b>	<b>17,26</b>	<b>37,33</b>	<b>416,43</b>	
10:00	Яблоки	100	0,27	0,27	6,52	31,25	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,27</b>	<b>0,27</b>	<b>6,52</b>	<b>31,25</b>	
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	30	0,30	3,00	1,05	32,5	15/1
	Рассольник домашний со сметаной	180	1,62	3,96	9,90	83,7	10/2
	Биточки (котлеты) рыбные	60	5,53	1,73	3,45	51,73	9/7
	Соус молочный (для запекания)	20	0,76	1,86	2,13	28,34	3/11
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	130	2,69	4,94	27,56	113,53	440
	Компот из яблок и изюма	150	0,23	0,00	13,88	53,25	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>610</b>	<b>13,97</b>	<b>15,89</b>	<b>74,49</b>	<b>442,65</b>	
ПОЛДНИК	Суфле из овощей	70	2,57	4,81	6,02	77,47	41/3
	Напиток лимонный	150	0,15	0,00	19,28	78,75	436
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>2,72</b>	<b>4,81</b>	<b>25,30</b>	<b>156,22</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1280</b>	<b>43,96</b>	<b>38,23</b>	<b>143,64</b>	<b>1046,55</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1280</b>	<b>43,96</b>	<b>38,23</b>	<b>143,64</b>	<b>1046,55</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1280</b>	<b>43,96</b>	<b>38,23</b>	<b>143,64</b>	<b>1046,55</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	150	25,35	14,40	19,80	313,5	9/5
	Молоко сгущённое	35	2,45	2,77	3,32	47,25	10
	Хлеб с сыром	30	4,90	2,90	14,00	104	3/13
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>415</b>	<b>34,20</b>	<b>21,67</b>	<b>47,46</b>	<b>526,75</b>	
10:00	Яблоки	100	0,27	0,27	6,52	31,25	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,27</b>	<b>0,27</b>	<b>6,52</b>	<b>31,25</b>	
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	50	0,50	5,00	1,75	54,17	15/1
	Рассольник домашний со сметаной	200	1,80	4,40	11,00	93	10/2
	Биточки (котлеты) рыбные	70	6,45	2,02	4,03	60,35	9/7
	Соус молочный (для запекания)	30	1,15	2,79	3,20	42,51	3/11
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	150	3,10	5,70	31,80	131	440
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	18,50	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>760</b>	<b>17,56</b>	<b>20,51</b>	<b>95,06</b>	<b>571,43</b>	
ПОЛДНИК	Суфле из овощей	120	4,40	8,24	10,32	132,8	41/3
	Напиток лимонный	200	0,20	0,00	25,70	105	436
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>320</b>	<b>4,60</b>	<b>8,24</b>	<b>36,02</b>	<b>237,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1595</b>	<b>56,63</b>	<b>50,69</b>	<b>185,06</b>	<b>1367,23</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1595</b>	<b>56,63</b>	<b>50,69</b>	<b>185,06</b>	<b>1367,23</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1595</b>	<b>56,63</b>	<b>50,69</b>	<b>185,06</b>	<b>1367,23</b>	

Возрастная категория: 1,5 - 3



*Handwritten signature and date: 10/11/2017*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 4</b>							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,98	3,82	20,62	133,5	5/4
	Хлеб с маслом	20	1,56	3,08	9,40	6,4	1/13
	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>8,24</b>	<b>9,51</b>	<b>42,08</b>	<b>220</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	30	0,50	2,00	3,25	32,5	3/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,28	0,83	8,55	47,25	18/2
	Фрикадельки мясные	20	4,20	3,40	0,20	48	35/2
	Картофельное пюре	110	2,27	3,08	15,11	99	3/3
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	150	0,00	0,00	14,30	60	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
	Печень по-строгановски	50	6,29	6,58	1,25	90	9/8
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>550</b>	<b>17,38</b>	<b>16,29</b>	<b>59,18</b>	<b>456,35</b>	
ПОЛДНИК	Булочка "Смак"	50	4,19	4,22	25,99	139,57	б/н
	Молоко кипяченое	150	8,88	9,78	14,37	183,6	5
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>13,07</b>	<b>14,00</b>	<b>40,36</b>	<b>323,17</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1200</b>	<b>39,10</b>	<b>39,88</b>	<b>154,72</b>	<b>1054,52</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1200</b>	<b>39,10</b>	<b>39,88</b>	<b>154,72</b>	<b>1054,52</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1200</b>	<b>39,10</b>	<b>39,88</b>	<b>154,72</b>	<b>1054,52</b>	

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 4</b>							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,30	5,10	27,50	178	5/4
	Хлеб с маслом	30	2,34	4,62	14,10	9,6	1/13
	Кофейный напиток с молоком	190	2,85	2,76	12,73	84,55	13/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>420</b>	<b>10,49</b>	<b>12,48</b>	<b>54,33</b>	<b>272,15</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	50	0,83	3,34	5,41	54,17	3/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,70	1,10	11,40	63	18/2
	Фрикадельки мясные	25	5,25	4,25	0,25	60	35/2
	Картофельное пюре	130	2,69	3,64	17,85	117	3/3
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	180	0,00	0,00	17,10	72	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
	Печень по-строгановски	80	10,07	10,53	2,00	144	9/8
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>745</b>	<b>24,80</b>	<b>23,46</b>	<b>78,79</b>	<b>629,57</b>	
ПОЛДНИК	Булочка "Смак"	50	4,19	4,22	25,99	139,57	б/н
	Молоко кипяченое	200	11,84	13,04	19,16	244,8	5
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>16,03</b>	<b>17,26</b>	<b>45,15</b>	<b>384,37</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1515</b>	<b>51,73</b>	<b>53,28</b>	<b>191,37</b>	<b>1341,09</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1515</b>	<b>51,73</b>	<b>53,28</b>	<b>192,37</b>	<b>1339,09</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1515</b>	<b>51,73</b>	<b>53,28</b>	<b>192,37</b>	<b>1339,09</b>	



Возрастная категория: 1,5 -3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	3,82	4,43	18,53	129	18/4
	Хлеб с сыром	20	3,27	1,93	9,33	69,33	3/13
	Кисель из клюквы	170	0,09	0,00	20,82	81,6	8/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>340</b>	<b>7,18</b>	<b>6,36</b>	<b>48,68</b>	<b>279,93</b>	
10:00	Груши Свежие	100	0,28	0,21	7,14	32,59	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,28</b>	<b>0,21</b>	<b>7,14</b>	<b>32,59</b>	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	0,40	2,50	2,05	32	20/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	1,20	1,95	4,95	42	6/2
	Мясо кур отварное (порц., без кости)	50	7,24	6,22	0,10	93,64	1/9
	Макаронные изделия отварные	100	3,69	2,79	20,65	120,27	43/3
	Компот из яблок и кураги	150	0,23	0,00	13,80	53,25	1/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>520</b>	<b>15,60</b>	<b>13,86</b>	<b>58,07</b>	<b>420,76</b>
ПОЛДНИК	Пудинг из творога	70	10,75	12,91	16,13	210,07	17/5
	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	6,90	27	11/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>10,83</b>	<b>12,91</b>	<b>23,03</b>	<b>237,07</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1180</b>	<b>33,89</b>	<b>33,34</b>	<b>136,92</b>	<b>970,35</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1180</b>	<b>33,89</b>	<b>33,34</b>	<b>136,92</b>	<b>970,35</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1180</b>	<b>33,89</b>	<b>33,34</b>	<b>136,92</b>	<b>970,35</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	190	4,84	5,61	23,47	163,4	18/4
	Хлеб с сыром	30	4,90	2,90	14,00	104	3/13
	Кисель из клюквы	200	0,10	0,00	24,50	96	8/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>420</b>	<b>9,84</b>	<b>8,51</b>	<b>61,97</b>	<b>363,4</b>	
10:00	Груши Свежие	150	0,42	0,31	10,71	48,89	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>0,42</b>	<b>0,31</b>	<b>10,71</b>	<b>48,89</b>	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50	0,67	4,16	3,41	53,33	20/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,60	2,60	6,60	56	6/2
	Мясо кур отварное (порц., без кости)	70	10,14	8,71	0,15	131,1	1/9
	Макаронные изделия отварные	150	5,54	4,18	30,97	180,4	43/3
	Компот из яблок и кураги	180	0,27	0,00	16,56	63,9	1/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>22,48</b>	<b>20,25</b>	<b>82,47</b>	<b>604,13</b>
ПОЛДНИК	Пудинг из творога	100	15,36	18,44	23,05	300,1	17/5
	Чай с лимоном	180	0,09	0,00	8,28	32,4	11/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>15,45</b>	<b>18,44</b>	<b>31,33</b>	<b>332,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1560</b>	<b>48,19</b>	<b>47,51</b>	<b>186,48</b>	<b>1348,92</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1560</b>	<b>48,19</b>	<b>47,51</b>	<b>186,48</b>	<b>1348,92</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1560</b>	<b>48,19</b>	<b>47,51</b>	<b>186,48</b>	<b>1348,92</b>	



Возрастная категория: 1,5 -3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150	5,55	5,93	22,12	164,25	6/4
	Хлеб с маслом и яйцом	20	3,27	4,13	9,47	88,67	2/13
	Какао с молоком	180	3,51	3,15	20,61	121,5	14/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>12,33</b>	<b>13,21</b>	<b>52,20</b>	<b>374,42</b>	
10:00	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	47	1
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	30	0,30	2,00	3,00	31	11/1
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,23	3,00	11,92	88,5	17/2
	Гуляш из мяса говядины	50	7,45	7,85	2,35	110	11/8
	Каша гречневая вязкая	110	3,35	2,97	14,69	100,1	3/4
	Компот из кураги и изюма	150	0,23	0,00	13,80	53,25	4/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>17,40</b>	<b>16,22</b>	<b>62,28</b>	<b>462,45</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка творожная	50	6,16	6,59	23,33	178,34	2/12
	Чай	180	0,00	0,00	8,19	31,5	10/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>6,16</b>	<b>6,59</b>	<b>31,52</b>	<b>209,84</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1210</b>	<b>36,39</b>	<b>36,12</b>	<b>156,10</b>	<b>1093,71</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1210</b>	<b>36,39</b>	<b>36,12</b>	<b>156,10</b>	<b>1093,71</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1210</b>	<b>36,39</b>	<b>36,12</b>	<b>156,10</b>	<b>1093,71</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180	6,66	7,11	26,55	197,1	6/4
	Хлеб с маслом и яйцом	40	6,53	8,27	18,93	177,33	2/13
	Какао с молоком	180	3,51	3,15	20,61	121,5	14/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>16,70</b>	<b>18,53</b>	<b>66,09</b>	<b>495,93</b>	
10:00	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	47	1
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	50	0,50	3,34	5,00	51,67	11/1
	Суп картофельный с бобовыми	180	3,87	3,60	14,31	106,2	17/2
	Гуляш из мяса говядины	60	8,94	9,42	2,82	132	11/8
	Каша гречневая вязкая	130	3,96	3,51	17,36	118,3	3/4
	Компот из кураги и изюма	180	0,27	0,00	16,56	63,9	4/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>660</b>	<b>21,80</b>	<b>20,47</b>	<b>80,83</b>	<b>591,47</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка творожная	50	6,16	6,59	23,33	178,34	2/12
	Чай	200	0,00	0,00	9,10	35	10/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>6,16</b>	<b>6,59</b>	<b>32,43</b>	<b>213,34</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1410</b>	<b>45,16</b>	<b>45,69</b>	<b>189,45</b>	<b>1347,74</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1410</b>	<b>45,16</b>	<b>45,69</b>	<b>189,45</b>	<b>1347,74</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1410</b>	<b>45,16</b>	<b>45,69</b>	<b>189,45</b>	<b>1347,74</b>	



Заведующий  
Ю.А.Соколова

01.09.2023

Возрастная категория: 1,5 -3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным	150	3,38	4,27	19,80	131,25	17/4
	Бутерброды с джемом	30	1,36	2,14	15,88	80,14	6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>7,44</b>	<b>9,02</b>	<b>47,74</b>	<b>291,49</b>	
10:00	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	2,90	2,50	4,00	50	535
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>50</b>	
ОБЕД	Помидоры свежие (нарезка)	30	0,32	0,06	1,12	29,11	9
	Уха рыбацкая	150	4,07	2,68	5,93	63,34	30/2
	Тефтели из мяса говядины	50	7,12	6,06	4,69	101,88	20/8
	Капуста тушеная	110	2,56	2,12	9,98	68,94	8/3
	Кисель из сухофруктов	170	0,85	0,09	24,31	97,75	9/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33,2	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>550</b>	<b>17,76</b>	<b>11,41</b>	<b>62,55</b>	<b>440,62</b>	
ПОЛДНИК	Биточки пшеничные с повидлом	70	4,55	5,34	27,01	165,25	3
	Молоко кипяченое	150	8,88	9,78	14,37	183,6	5
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>13,43</b>	<b>15,12</b>	<b>41,38</b>	<b>348,85</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1230</b>	<b>41,53</b>	<b>38,05</b>	<b>155,67</b>	<b>1130,96</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1230</b>	<b>41,53</b>	<b>38,05</b>	<b>155,67</b>	<b>1130,96</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1230</b>	<b>41,53</b>	<b>38,05</b>	<b>155,67</b>	<b>1130,96</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным	180	4,05	5,13	23,76	157,5	17/4
	Бутерброды с джемом	30	1,36	2,14	15,88	80,14	6
	Кофейный напиток с молоком	190	2,85	2,76	12,73	84,55	13/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>8,26</b>	<b>10,03</b>	<b>52,37</b>	<b>322,19</b>	
10:00	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	2,90	2,50	4,00	50	535
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>50</b>	
ОБЕД	Помидоры свежие (нарезка)	50	0,54	0,10	1,86	48,51	9
	Уха рыбацкая	180	4,88	3,22	7,11	76,01	30/2
	Тефтели из мяса говядины	70	9,98	8,49	6,56	142,62	20/8
	Капуста тушеная	150	3,49	2,89	13,60	94	8/3
	Кисель из сухофруктов	180	0,90	0,09	25,74	103,5	9/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>690</b>	<b>24,05</b>	<b>15,39</b>	<b>79,65</b>	<b>584,04</b>	
ПОЛДНИК	Биточки пшеничные с повидлом	80	5,20	6,10	30,86	188,86	3
	Молоко кипяченое	200	11,84	13,04	19,16	244,8	5
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>17,04</b>	<b>19,14</b>	<b>50,02</b>	<b>433,66</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1470</b>	<b>52,25</b>	<b>47,06</b>	<b>186,04</b>	<b>1389,89</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1470</b>	<b>52,25</b>	<b>47,06</b>	<b>186,04</b>	<b>1389,89</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1470</b>	<b>52,25</b>	<b>47,06</b>	<b>186,04</b>	<b>1389,89</b>	

Возрастная категория: 1,5 - 3



*Заведующий  
Татьяна Семеновна*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 8</b>							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	130	12,68	17,06	2,28	177,78	2/6
	Хлеб с сыром	20	3,27	1,93	9,33	69,33	3/13
	Чай с молоком	180	1,35	1,44	9,31	55,8	12/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>17,30</b>	<b>20,43</b>	<b>20,92</b>	<b>302,91</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	30	0,35	2,00	0,90	22,5	7/1
	Борщ с морской капустой со сметаной	150	1,28	3,30	6,00	58,5	4/2
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами	120	8,45	6,43	17,09	161,76	38/8
	Соус сметанный	20	0,24	1,46	0,83	17,56	6/11
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	150	0,00	0,00	14,30	60	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>510</b>	<b>13,16</b>	<b>13,59</b>	<b>55,64</b>	<b>399,92</b>	
ПОЛДНИК	Пряник "Топтышка"	50	4,09	3,62	42,38	218,43	б/н
	Напиток лимонный	150	0,15	0,00	19,28	78,75	436
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>4,24</b>	<b>3,62</b>	<b>61,66</b>	<b>297,18</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1140</b>	<b>35,11</b>	<b>37,72</b>	<b>151,32</b>	<b>1055,01</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1140</b>	<b>35,11</b>	<b>37,72</b>	<b>151,32</b>	<b>1055,01</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1140</b>	<b>35,11</b>	<b>37,72</b>	<b>151,32</b>	<b>1055,01</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 8</b>							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	150	14,62	19,69	2,62	205,12	2/6
	Хлеб с сыром	30	4,90	2,90	14,00	104	3/13
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>21,02</b>	<b>24,19</b>	<b>26,96</b>	<b>371,12</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	50	0,58	3,34	1,50	37,5	7/1
	Борщ с морской капустой со сметаной	200	1,70	4,40	8,00	78	4/2
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами	200	14,08	10,72	28,48	269,6	38/8
	Соус сметанный	30	0,35	2,19	1,25	26,34	6/11
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	180	0,00	0,00	17,10	72	3/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>720</b>	<b>20,97</b>	<b>21,25</b>	<b>81,11</b>	<b>602,84</b>	
ПОЛДНИК	Пряник "Топтышка"	50	4,09	3,62	42,38	218,43	б/н
	Напиток лимонный	200	0,20	0,00	25,70	105	436
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>4,29</b>	<b>3,62</b>	<b>68,08</b>	<b>323,43</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1470</b>	<b>46,69</b>	<b>49,14</b>	<b>189,25</b>	<b>1352,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1470</b>	<b>46,69</b>	<b>49,14</b>	<b>189,25</b>	<b>1352,39</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1470</b>	<b>46,69</b>	<b>49,14</b>	<b>189,25</b>	<b>1352,39</b>	





Возрастная категория: 1,5 -3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,74	4,49	25,12	160,59	14/4
	Хлеб с маслом и сыром	20	3,33	4,40	9,40	91,33	4/13
	Какао с молоком	180	3,51	3,15	20,61	121,5	14/10
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>350</b>	<b>11,58</b>	<b>12,04</b>	<b>55,13</b>	<b>373,42</b>	
10:00	Напиток из шиповника	100	0,10	0,05	8,65	32,5	15/10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,10</b>	<b>0,05</b>	<b>8,65</b>	<b>32,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	0,20	2,95	0,70	30	14/1
	Суп-пюре из картофеля	150	1,88	1,95	8,85	61,5	25/2
	Гренки (сухарики)	9	0,77	0,07	4,83	23,67	34/2
	Суфле из рыбы	60	6,65	3,43	2,27	66,8	14/7
	Макаронные изделия отварные с сыром	110	5,36	4,19	22,28	150,56	43-2/3
	Компот из сухофруктов и шиповника	150	0,30	0,08	13,58	53,25	7/10
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>529</b>	<b>16,48</b>	<b>12,91</b>	<b>59,19</b>	<b>418,78</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога с яблоками	100	13,30	11,40	17,60	227	16/5
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	157/7	0,05	0,02	8,26	33,05	392
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>257</b>	<b>13,35</b>	<b>11,42</b>	<b>25,86</b>	<b>260,05</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1236</b>	<b>41,51</b>	<b>36,42</b>	<b>148,83</b>	<b>1084,75</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1236</b>	<b>41,51</b>	<b>36,42</b>	<b>148,83</b>	<b>1084,75</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1236</b>	<b>41,51</b>	<b>36,42</b>	<b>148,83</b>	<b>1084,75</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5,69	5,38	30,15	192,71	14/4
	Хлеб с маслом и сыром	30	5,00	6,60	14,10	137	4/13
	Какао с молоком	180	3,51	3,15	20,61	121,5	14/10
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>390</b>	<b>14,20</b>	<b>15,13</b>	<b>64,86</b>	<b>451,21</b>	
10:00	Напиток из шиповника	100	0,10	0,05	8,65	32,5	15/10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,10</b>	<b>0,05</b>	<b>8,65</b>	<b>32,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,27	3,93	0,93	40	14/1
	Суп-пюре из картофеля	200	2,50	2,60	11,80	82	25/2
	Гренки (сухарики)	40	3,44	0,32	21,48	105,2	34/2
	Суфле из рыбы	50	5,54	2,86	1,89	55,67	14/7
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	7,31	5,72	30,38	205,31	43-2/3
	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0,40	0,10	18,10	71	7/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>21,44</b>	<b>15,89</b>	<b>94,60</b>	<b>608,68</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога с яблоками	100	13,30	11,40	17,60	227	16/5
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	157/7	0,05	0,02	8,26	33,05	392
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>257</b>	<b>13,35</b>	<b>11,42</b>	<b>25,86</b>	<b>260,05</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1457</b>	<b>49,09</b>	<b>42,49</b>	<b>193,97</b>	<b>1352,44</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1457</b>	<b>49,09</b>	<b>42,49</b>	<b>193,97</b>	<b>1352,44</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1457</b>	<b>49,09</b>	<b>42,49</b>	<b>193,97</b>	<b>1352,44</b>	

Возрастная категория: 1,5 - 3



*Инверсионный спорт Селезнева С.В.*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,77	4,95	34,35	188,29	7/4
	Хлеб с сыром	20	3,27	1,93	9,33	69,33	3/13
	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>10,74</b>	<b>9,49</b>	<b>55,74</b>	<b>337,72</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растительным маслом	30	0,55	2,55	3,70	40,5	34/1
	Суп фасолевый	150	2,55	2,93	7,42	66,75	32/2
	Биточки (котлеты) из мяса кур	50	8,58	4,60	7,04	104,94	5/9
	Каша гречневая вязкая	110	3,35	2,97	14,69	100,1	3/4
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	33	2
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	150	0,00	0,00	14,30	60	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>17,87</b>	<b>13,45</b>	<b>63,67</b>	<b>451,89</b>	
ПОЛДНИК	Слойка с повидлом	50	0,10	0,50	12,52	55,04	6/н
	Молоко кипяченое	150	8,88	9,78	14,37	183,6	5
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>8,98</b>	<b>10,28</b>	<b>26,89</b>	<b>238,64</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1180</b>	<b>38,00</b>	<b>33,30</b>	<b>159,40</b>	<b>1083,25</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>12056</b>	<b>383,02</b>	<b>370,29</b>	<b>1516,95</b>	<b>10667,27</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1205,6</b>	<b>38,30</b>	<b>37,02</b>	<b>151,70</b>	<b>1066,73</b>	

Возрастная категория: 3 - 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	5,72	5,94	41,22	225,95	7/4
	Хлеб с сыром	30	4,90	2,90	14,00	104	3/13
	Кофейный напиток с молоком	190	2,85	2,76	12,73	84,55	13/10
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>13,47</b>	<b>11,60</b>	<b>67,95</b>	<b>414,5</b>	
10:00	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,10	55	02
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растительным маслом	60	1,10	5,10	7,40	81	34/1
	Суп фасолевый	200	3,40	3,90	9,90	89	32/2
	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	10,30	5,52	8,45	125,93	5/9
	Каша гречневая вязкая	130	3,96	3,51	17,36	118,3	3/4
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	180	0,00	0,00	17,10	72	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>23,02</b>	<b>18,63</b>	<b>84,99</b>	<b>605,63</b>	
ПОЛДНИК	Слойка с повидлом	50	0,10	0,50	12,52	55,04	6/н
	Молоко кипяченое	200	11,84	13,04	19,16	244,8	5
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>11,94</b>	<b>13,54</b>	<b>31,68</b>	<b>299,84</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1460</b>	<b>48,84</b>	<b>43,85</b>	<b>197,72</b>	<b>1374,97</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>14822</b>	<b>493,20</b>	<b>476,86</b>	<b>1905,70</b>	<b>13548,17</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1482,2</b>	<b>49,32</b>	<b>47,69</b>	<b>190,57</b>	<b>1354,88</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 290930343710282493392205396682444359568355846791

Владелец Соколова Юлия Анатольевна

Действителен с 07.09.2023 по 06.09.2024