

День: первый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамин С, мг	Минеральные веще (мг)		
			Б	Ж	У			С	Ca	Mg
Завтрак(20,8%)										
181[2]	Каша жидкая молочная из манной крупы, с маслом сливочным	200	5	6,07	7,09	32,38	218,00	1,17	132,57	20,30
229[1]	Омлет натуральный с маслом сливочным	80	5	7,52	9,50	1,51	121,00	0,15	62,80	10,40
1[1]	Бутерброды с маслом	15	5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,00	4,65	4,95
	Батон нарезной	10		0,79	0,10	4,83	23,50	0,00	2,30	3,30
414[1]	Кофейный напиток с молоком	180		2,85	2,41	11,37	79,06	1,17	113,17	12,60
	Итого	500		18,46	22,88	57,40	509,56	2,49	315,49	51,55
Завтрак 2(8,35%)										
418[1]	Соки овощные, фруктовые, ягодные (яблочный)	200		1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
	Итого	200		1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
Обед(31,94%)										
32[1]	Салат из свеклы с сыром	50		2,35	4,75	3,57	66,40	4,11	80,99	11,54
86[1]	Суп картофельный с крупой (крупя гречневая)	250		2,19	2,84	14,29	91,50	8,25	26,10	28,50
317[1]	с птицей отварной (бройлер-цыпленок)	20		4,22	2,72	0,00	41,33	0,00	7,80	4,00
299[1]	Котлеты рубленные из свинины	70		7,76	19,10	11,24	245,00	0,10	30,00	19,02
335[1]	Макаронные изделия отварные	130		4,78	3,91	22,92	146,00	0,00	4,20	18,30
394[1]	Компот из сушеных фруктов	200		0,44	0,02	20,78	85,00	0,40	31,61	6,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30		1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	15		1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
	Итого	765		24,61	33,82	94,87	779,45	12,86	191,05	99,81
Полдник(33,4%)										
245[1]	Сырники из творога(запеченные)	150		19,30	16,30	15,80	287,00	0,39	233,40	38,40
115[4]	Соус сметанный сладкий	50		1,83	2,76	3,96	66,80	0,13	13,65	1,58
132[4]	Кефир с сахаром	180	5	5,22	4,50	12,19	110,00	1,26	216,00	25,20
419[1]	Молоко кипяченое*	200		6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Среднее значение по группе:			5,66	4,96	11,14	111,65	2,00	234,00	27,32
	Итого	400		26,79	24,02	30,90	465,45	2,52	481,05	67,30
Ужин (22,33%)										
271[1]	Котлеты рыбные запеченные (минтай)	70		7,30	3,29	6,71	85,00	0,29	37,37	21,00
137[1]	Картофель в молоке	130		2,88	4,40	18,18	144,40	13,57	50,52	22,96
354[1]	Капуста тушеная	100		2,06	3,24	9,42	75,10	17,16	55,44	20,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	15		1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
293[3]	Компот из свежих плодов (яблок)	200		0,20	0,10	12,21	49,00	1,60	5,88	3,13
	Итого	535		14,85	11,40	63,65	434,70	32,62	157,26	77,04
	Итого за 1 день	2400		85,71	92,12	267,02	2274,46	54,49	1158,85	303,70
	Норма			54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения			58,71	53,53	2,30	26,36	8,97	28,76	51,85

День: второй

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		С	Са	Mg
Завтрак									
68[4]	Каша жидкая молочная пшеничная, с маслом сливочным	200\5	7,47	8,09	36,09	252,00	1,17	136,90	47,60
7[1]	Сыр (порциями, российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,14	176,00	7,00
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
416[1]	Какао с молоком	180	3,67	3,19	11,82	91,00	1,43	136,94	19,20
	Итого	435	18,15	17,48	62,40	485,50	2,74	456,74	83,70
Завтрак 2									
386[1]	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Итого	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
Обед									
21[1]	Салат из белокочанной капусты	50	0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	18,69	7,58
13[1]	Салат из свежих огурцов*	50	0,38	3,04	1,19	33,65	4,75	10,93	6,65
	Среднее значение по группе:		0,54	2,79	2,85	38,68	10,49	14,81	7,12
189/129[1]	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250\20	5,24	9,89	15,44	175,00	11,20	28,45	36,92
315[1]	Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	160\30	11,66	18,88	20,26	302,40	20,03	58,59	45,24
331[1]	Каша вязкая (перловая)	130	2,61	3,61	18,51	117,00	0,00	11,61	11,09
300(3)	Кисель на фруктовом или ягодном экстрактах	180	0,00	0,00	12,01	44,40	0,00	0,25	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	15	1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
	Итого	865	22,92	35,65	91,14	781,70	41,72	124,06	112,82
Полдник									
	Печенье	50	3,7	4,75	36,5	203,5	0	20,5	7,5
419[1]	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,3	2,73	252	29,44
	Итого	250	9,79	10,17	46,58	316,80	2,73	272,50	36,94
Ужин									
57[1]	Икра кабачковая для детского питания	50	0,60	2,37	3,85	38,75	3,75	20,00	7,50
308[1]	Запеканка картофельная с мясом(свинина), со сметаной	160\15	10,08	17,70	25,54	306,50	3,80	23,85	46,15
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
132[4]	Чай с сахаром	180\6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	461	14,28	20,60	59,75	485,64	7,57	65,26	69,85
	Итого за 2 день	2131	65,62	84,38	271,63	2125,64	66,76	937,76	314,11
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		21,52	40,63	4,07	18,09	33,52	4,20	57,05

День: третий

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		С	Са	Mg
Завтрак									
67[4]	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев Геркулес, с маслом сливочным	200\5	7,78	9,20	34,27	252,00	1,17	151,56	60,66
227[1]	Яйца вареные	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	22,00	4,80
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
413[1]	Чай с молоком	180	2,67	2,34	10,31	73,00	1,20	113,90	13,90
	Итого	455	17,90	16,44	59,35	458,50	2,37	294,36	89,26
2 завтрак									
418[1]	Соки овощные, фруктовые, ягодные (яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
	Итого	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
Обед									
57[1]	Икра кабачковая для детского питания	50	0,60	2,37	3,85	38,75	3,75	20,00	7,50
62[1]	Борщ с картофелем (со сметаной т/о)	250/10	2,05	6,41	13,09	118,50	10,29	53,40	27,26
324[1]	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	80	10,11	14,27	8,51	203,00	0,32	70,70	17,40
182[1]	Каша вязкая (рисовая)	130	1,95	3,32	20,19	118,26	0,93	3,78	13,76
293[3]	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,20	0,10	12,21	49,00	1,60	5,88	3,13
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	15	1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
	Итого	765	17,78	26,95	79,92	631,73	16,89	164,11	81,50
Полдник									
437\503[1]	Пирожки печеные из дрожжевого теста(фарш яблочный)	50	2,88	1,24	23,94	118,00	0,17	10,20	11,90
132[4]	Чай с сахаром	180\6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	236	2,89	1,25	29,93	141,94	0,19	20,11	13,20
Ужин									
284[1]	Суфле из рыбы(минтай)	70	11,04	6,40	2,88	112,88	0,12	34,41	18,08
174[3]	Пюре овощное	130	3,98	6,94	15,86	142,00	20,00	94,80	48,80
19[4]	Салат из моркови	50	0,50	2,25	7,25	50,00	0,86	10,35	14,25
15[1]	Салат из свежих помидоров и огурцов*	50	0,49	3,08	1,87	37,10	8,38	9,34	8,13
	Среднее значение по группе:		0,50	2,67	4,56	43,55	4,62	9,85	11,19
386[1]	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
302[3]	Кисель витаминизированный	170	0,00	0,00	20,29	79,33	21,31	0,00	0,00
	Итого	590	19,59	17,01	79,72	550,21	58,05	169,76	103,77
	Итого за 3 день	2246	59,16	61,65	269,12	1867,68	81,50	662,34	295,73
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		9,55	2,74	3,11	3,76	63,00	-26,41	47,87

День: четвертый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		С	Са	Mg
Завтрак									
64[4]	Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным	200\5	9,05	9,36	35,11	262,00	1,64	182,38	99,23
3[3]	Бутерброды с сыром	20\15	5,06	4,63	9,66	101,00	0,10	136,60	11,85
414[1]	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	11,37	79,06	1,17	113,17	12,60
	Итого	420	16,96	16,40	56,14	442,06	2,91	432,15	123,68
2 завтрак									
386[1]	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Итого	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
Обед									
55[1]	Икра морковная	50	1,10	2,30	5,44	46,85	2,56	15,32	20,64
88\60[1]	Суп картофельный с лапшой домашней(на бульоне из птицы)	250	3,10	3,10	17,04	110,00	8,30	26,73	26,98
299[1]	Шницель рубленый из свинины	70	7,76	19,10	11,24	245,00	0,10	30,00	19,02
354[1]	Капуста тушеная	130	2,69	4,20	12,26	97,63	22,31	72,10	26,84
300(3)	Кисель на фруктовом или ягодном экстрактах	180	0,00	0,00	12,01	44,40	0,00	0,25	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,00	11,50	12,50
	Батон нарезной	15	1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
	Итого	725	18,64	29,40	89,94	694,08	33,27	159,35	110,93
Полдник									
	Печенье	50	3,70	4,75	36,50	203,50	0,00	20,50	7,50
419[1]	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Итого	250	9,79	10,17	46,58	316,80	2,73	272,50	36,94
Ужин									
244[1]	Вареники ленивые отварные	150	20,56	8,75	21,25	244,60	0,28	131,50	25,31
115[4]	Соус сметанный сладкий	50	1,83	2,76	3,96	66,80	0,13	13,65	1,58
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Батон нарезной	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,00	4,60	6,60
132[4]	Чай с сахаром	180\6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	506	24,46	12,20	52,62	438,34	12,43	178,86	45,59
	Итого за 4 день	2021	70,33	68,65	257,04	1947,28	63,34	1062,06	327,94
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		30,24	14,42	-1,52	8,18	26,68	18,01	63,97

День: пятый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные веще (мг)		
			Б	Ж	У		С	Ca	Mg
Завтрак									
197[4]	Каша жидкая молочная рисовая, с маслом сливочным	200	5,06	7,09	33,42	218,00	1,17	128,89	30,12
231[1]	Омлет с морковью	80	16,80	7,94	2,93	108,00	1,03	52,30	17,20
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
413[1]	Чай с молоком	180	2,67	2,34	10,31	73,00	1,20	113,90	13,90
	Итого	495	26,90	17,67	61,15	469,50	3,40	301,99	71,12
Завтрак 2									
418[1]	Соки овощные, фруктовые, ягодные (яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
	Итого	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
Обед									
55[1]	Икра свекольная	50	1,17	2,30	6,17	50,10	3,36	19,12	14,81
73[1]	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1,99	6,89	8,83	105,20	18,47	77,30	23,25
292[1]	Жаркое по-домашнему из говядины	220	19,30	7,47	21,95	232,00	8,97	31,10	65,70
394[1]	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,02	20,78	85,00	0,40	31,61	6,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
	Итого	790	26,95	17,31	87,04	611,77	31,20	172,93	127,16
Полдник									
441[1]	Ватрушка с фаршем творожным	50	6,58	3,91	20,84	144,29	0,03	36,28	15,43
419[1]	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Итого	250	12,67	9,33	30,92	257,59	2,76	288,28	44,87
Ужин									
274[1]	Шницель рыбный натуральный (минтай)	70	10,57	3,43	7,19	101,50	2,29	34,03	25,29
339[1]	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,73	118,95	15,73	31,90	24,05
354[1]	Капуста тушеная	100	2,06	3,24	9,42	75,10	17,16	55,44	20,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,00	4,60	6,60
302[3]	Кисель витаминизированный	170	0,00	0,00	20,29	79,33	21,31	0,00	0,00
	Итого	510	18,08	11,25	74,17	467,83	56,49	130,57	80,94
	Итого за 5 день	2245	85,60	55,56	273,48	1891,99	97,85	907,77	332,09
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		58,52	-7,40	4,78	5,11	95,70	0,86	66,05

День: шестой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные веще (мг)		
			Б	Ж	У		С	Са	Mg
Завтрак									
77[3]	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,40	7,34	15,90	147,42	0,52	108,95	14,41
2[3]	Бутерброд с маслом и сыром	30\5\15	6,70	9,60	13,20	167,00	0,05	165,20	17,00
416[1]	Какао с молоком	180	3,67	3,19	11,82	91,00	1,43	137,00	19,20
	Итого	430	14,77	20,13	40,92	405,42	2,00	411,15	50,61
2 завтрак									
386[1]	Флоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Итого	120	0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
Обед									
21[1]	Салат из белокочанной капусты	50	0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	18,69	7,58
15[1]	Салат из свежих помидоров и огурцов*	50	0,49	3,08	1,87	37,10	8,38	9,34	8,13
	Среднее значение по группе:		0,60	2,81	3,19	40,40	12,31	14,02	7,86
98[2]	Суп крестьянский с крупой(пшено)	250	1,48	4,91	6,08	76,25	9,50	35,90	14,20
321[1]	Плов из птицы	80\130	20,30	17,00	35,69	377,00	1,01	45,10	47,50
394[1]	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,02	20,78	85,00	0,40	31,61	6,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,00	4,60	6,60
	Итого	760	26,08	25,27	90,22	694,62	23,22	138,13	89,66
Полдник									
432[1]	Оладьи	70	5,29	4,34	28,80	175,00	0,25	58,52	22,16
113[4]	Соус молочный сладкий	50	1,03	2,62	3,55	41,90	0,16	32,92	4,70
419[1]	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Итого	320	12,41	12,38	42,43	330,20	3,14	343,44	56,30
Ужин									
281[1]	Зразы рыбные с яйцом	70	9,45	4,67	10,60	121,68	1,61	44,10	26,25
144[2]	Рагу из овощей с кашей	130	3,35	10,87	23,80	210,00	13,74	34,50	27,54
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	15	1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
302[3]	Кисель витаминизированный	170	0,00	0,00	20,29	79,33	21,31	0,00	0,00
	Итого	405	15,21	15,91	71,82	492,21	36,66	86,65	63,74
	Итого за 6 день	2035	68,95	74,17	257,15	1978,45	77,02	998,57	271,11
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		27,68	23,62	-1,48	9,91	54,03	10,95	35,55

День: седьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		С	Са	Mg	
Завтрак										
68[4]	Каша жидкая молочная пшеничная, с маслом сливочным	200	5	7,47	8,09	36,09	252,00	1,17	136,90	47,60
6[1]	Масло порциями	5		0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	1,20	0,00
	Батон нарезной	20		1,58	0,20	9,66	47,00	0,00	4,60	6,60
414[1]	Кофейный напиток с молоком	180		2,85	2,41	11,37	79,06	1,17	113,17	12,60
	Итого	410		11,94	14,33	57,19	411,06	2,34	255,87	66,80
2 завтрак										
386[1]	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Итого	120		0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
Обед										
57[1]	Икра кабачковая для детского питания	50		0,60	2,37	3,85	38,75	3,75	20,00	7,50
88[1]	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		2,69	2,84	17,14	104,75	8,25	24,60	27,00
124[3]	Оладьи из печени по-куншевски	75		15,10	10,50	10,10	196,00	9,29	23,05	17,70
339[1]	Пюре картофельное	130		2,65	4,16	17,73	118,95	15,73	31,90	24,05
293[3]	Компот из свежих плодов (яблок)	200		0,20	0,10	12,21	49,00	1,60	5,88	3,13
	Хлеб ржано-пшеничный	30		1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	30		2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
	Итого	765		25,29	20,60	90,34	646,92	38,62	119,23	96,78
Полдник										
	Печенье	50		3,70	4,75	36,50	203,50	0,00	20,50	7,50
132[4]	Кефир с сахаром	180	5	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	216,00	25,20
419[1]	Молоко кипяченое*	200		6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Среднее значение по группе:			5,66	4,96	8,64	101,65	2,00	234,00	27,32
	Итого	250		9,36	9,71	45,14	305,15	2,00	254,50	34,82
Ужин										
284[1]	Суфле из рыбы(минтай)	70		11,04	6,40	2,88	112,88	0,12	34,41	18,08
182[1]	Каша вязкая(пшеничная)	130		3,47	3,68	21,28	132,08	0,00	13,56	18,72
354[1]	Капуста тушеная	100		2,06	3,24	9,42	75,10	17,16	55,44	20,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	25		1,98	0,25	12,08	58,75	0,00	5,75	8,25
394[1]	Компот из сушеных фруктов	200		0,44	0,02	20,78	85,00	0,40	31,61	6,00
	Итого	545		20,21	13,81	76,32	509,76	17,68	145,37	76,05
	Итого за 7 день	2090		57,92	49,22	235,61	1623,74	70,64	539,67	250,43
	Норма			54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения			7,26	-17,97	-9,73	-9,79	41,28	-40,04	25,22

День: восьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		С	Са	Mg
Завтрак									
204[3]	Каша жидкая молочная(кукурузная), с маслом сливочным	200\5	6,00	8,00	36,40	236,00	0,51	115,78	13,13
227[1]	Яйца вареные	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	22,00	4,80
	Батон нарезной	25	1,98	0,25	12,08	58,75	0,00	5,75	8,25
132[4]	Чай с сахаром	180\6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	456	13,07	12,86	54,75	381,69	0,53	153,44	27,48
2 завтрак									
418[1]	Соки овощные, фруктовые, ягодные (яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
	Итого	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
Обед									
55[1]	Икра морковная	50	1,10	2,30	5,44	46,85	2,56	15,32	20,64
73[1]	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250\10	1,99	6,89	8,83	105,20	18,47	77,30	23,25
322[1]	Котлеты рубленые из птицы(бройлер-цыпленок)	80	12,92	11,85	13,46	212,00	0,73	34,10	21,60
182[1]	Каша вязкая (рисовая)	130	1,95	3,32	20,19	118,26	0,93	3,78	13,76
300(3)	Кисель на фруктовом или ягодном экстрактах	180	0,00	0,00	12,01	44,40	0,00	0,25	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,00	4,60	6,60
	Итого	750	21,22	24,89	84,41	642,68	22,69	142,25	93,35
Полдник									
437\503[1]	Пирожки печеные из дрожжевого теста(фарш яблочный)	50	2,88	1,24	23,94	118,00	0,17	10,20	11,90
132[4]	Чай с сахаром	180\6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	236	2,89	1,25	29,93	141,94	0,19	20,11	13,20
Ужин									
319[1]	Птица, тушеная в соусе с овощами	230	11,37	7,37	20,88	195,00	9,24	53,40	47,00
19[4]	Салат из моркови	50	0,50	2,25	7,25	50,00	0,86	10,35	14,25
14[1]	Салат из свежих помидоров с луком*	50	0,57	3,09	2,36	39,55	10,21	8,79	8,90
	Среднее значение по группе:		0,54	2,67	4,81	44,78	5,54	9,57	11,58
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	25	1,98	0,25	12,08	58,75	0,00	5,75	8,25
413[1]	Чай с молоком	180	2,67	2,34	10,31	73,00	1,20	113,90	13,90
	Итого	505	17,78	12,85	57,96	417,48	15,98	187,22	85,73
	Итого за 8 день	2147	54,96	50,60	197,12	1441,85	39,20	482,91	206,56
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		1,77	-15,67	-24,48	-19,90	-21,61	-46,34	3,28

День: девятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		С	Са	Mg	
Завтрак										
181[2]	Каша жидкая молочная из манной крупы, с маслом сливочным	200	5	6,07	7,09	32,38	218,00	1,17	132,57	20,30
7[1]	Сыр (порциями, российский)	20		3,48	4,43	0,00	54,00	0,10	176,00	5,25
	Батон нарезной	25		1,98	0,25	12,08	58,75	0,00	5,75	8,25
414[1]	Кофейный напиток с молоком	180		2,85	2,41	11,37	79,06	1,17	113,17	12,60
	Итого	430		14,38	14,18	55,83	409,81	2,44	427,49	46,40
2 завтрак										
386[1]	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
	Итого	120		0,48	0,48	11,76	56,00	12,00	19,20	10,80
Обед										
34[1]	Салат из свеклы	50		0,71	3,04	4,18	46,95	4,75	17,58	10,45
87[1]	Суп картофельный с горохом	250		5,49	5,27	16,32	134,75	5,81	38,08	35,30
299[1]	Котлеты рубленые из говядины	80		12,44	9,24	12,56	183,00	0,12	35,00	25,70
331[1]	Каша вязкая(гречневая)	130		3,97	4,34	17,79	126,10	0,00	7,32	62,43
394[1]	Компот из сушеных фруктов	200		0,44	0,02	20,78	85,00	0,40	31,61	6,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30		1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	6,90	7,50
	Батон нарезной	15		1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
	Итого	755		25,92	22,39	93,70	680,02	11,08	139,94	152,33
Полдник										
449[1]	Слоба обыкновенная	50		3,88	2,36	26,15	141,00	0,00	11,00	14,50
419[1]	Молоко кипяченое	200		6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Итого	250		9,97	7,78	36,23	254,30	2,73	263,00	43,94
Ужин										
272[1]	Котлеты рыбные любительские (минтай)	70		11,71	3,96	9,30	119,80	3,23	37,90	24,60
174[3]	Пюре овощное	130		3,98	6,94	15,86	142,00	20,00	94,80	48,80
21[1]	Салат из белокочанной капусты	50		0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	18,69	7,58
13[1]	Салат из свежих огурцов*	50		0,38	3,04	1,19	33,65	4,75	10,93	6,65
	Среднее значение по группе:			0,54	2,79	2,85	38,68	10,49	14,81	7,12
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,22	0,22	9,88	45,95	0,00	4,60	5,00
	Батон нарезной	25		1,98	0,25	12,08	58,75	0,00	5,75	8,25
132[4]	Чай с сахаром	180	6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	481		19,44	14,17	55,96	429,12	33,74	167,77	95,07
	Итого за 9 день	2036		70,19	59,00	253,48	1829,25	61,99	1017,40	348,54
	Норма			54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения			29,98	-1,67	-2,88	1,62	23,98	13,04	74,27

День: десятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		С	Са	Mg
Завтрак									
197[4]	Каша жидкая молочная рисовая, с маслом сливочным	200\5	5,06	7,09	33,42	218,00	1,17	128,89	30,12
230[1]	Омлет с сыром	80	9,21	12,32	1,33	153,33	1,04	151,20	13,46
	Батон нарезной	25	1,98	0,25	12,08	58,75	0,00	5,75	8,25
132[4]	Чай с сахаром	180\6	0,01	0,01	5,99	23,94	0,02	9,91	1,30
	Итого	496	16,26	19,67	52,82	454,02	2,23	295,75	53,13
2 завтрак									
418[1]	Соки овощные, фруктовые, ягодные (яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
	Итого	200	1,00	0,00	20,20	85,30	4,00	14,00	8,00
Обед									
19[4]	Салат из моркови	50	0,50	2,25	7,25	50,00	0,86	10,35	14,25
14[1]	Салат из свежих помидоров с луком*	50	0,57	3,09	2,36	39,55	10,21	8,79	8,90
	Среднее значение по группе:		0,54	2,67	4,81	44,78	5,54	9,57	11,58
90\132[1]	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250\40	5,61	3,03	15,67	112,25	11,19	31,70	36,15
322[1]	Биточки рубленые из птицы(бройлер-цыпленок)	80	12,92	11,85	13,46	212,00	0,73	34,10	21,60
335[1]	Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	146,00	0,00	4,20	18,30
300(3)	Кисель на фруктовом или ягодном экстрактах	180	0,00	0,00	12,01	44,40	0,00	0,25	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,00	11,50	12,50
	Батон нарезной	15	1,19	0,15	7,25	35,25	0,00	3,45	4,95
	Итого	795	27,84	22,16	100,82	709,63	17,46	94,77	105,08
Полдник									
	Печенье	50	3,70	4,75	36,50	203,50	0,00	20,50	7,50
419[1]	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,30	2,73	252,00	29,44
	Итого	250	9,79	10,17	46,58	316,80	2,73	272,50	36,94
Ужин									
82[4]	Суфле творожное	150	16,30	13,45	18,42	259,00	0,38	194,80	34,35
115[4]	Соус сметанный сладкий	50	1,83	2,76	3,96	66,80	0,13	13,65	1,58
	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00	6,90	9,90
413[1]	Чай с молоком	180	2,67	2,34	10,31	73,00	1,20	113,90	13,90
	Итого	410	23,17	18,85	47,18	469,30	1,71	329,25	59,73
	Итого за 10 день	2151	78,06	70,85	267,60	2035,05	28,13	1006,27	262,88
	Норма		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00	900,00	200,00
	Отклонения		44,55	18,08	2,53	13,06	-43,75	11,81	31,44

*- Блюда в весенне-летний период

сства,

Fe

0,47

1,54

0,31

0,20

0,12

2,64

2,80

2,80

0,65

1,30

0,36

1,16

0,95

1,23

0,93

0,30

6,88

1,11

0,10

0,18

0,21

0,20

1,41

0,51

0,86

0,80

0,62

0,30

0,79

3,88

17,61

10,00

76,05

сТВА,

Fe
1,22
0,20
0,60
0,42
2,44
2,64
2,64
0,26
0,38
0,32
1,74
2,20
0,51
0,04
0,93
0,30
6,04
0,5
0,21
0,71
0,35
2,30
0,62
0,60
0,27
4,14
15,97
10,00
59,70

СТВА,

Fe

1,70

1,00

0,60

0,37

3,67

2,80

2,80

0,35

1,19

1,03

0,29

0,79

0,93

0,30

4,88

0,80

0,27

1,07

0,57

1,16

0,28

0,37

0,33

2,64

0,62

0,60

0,00

5,92

18,34

10,00

83,35

СТВА,

Fe

2,87

0,55

0,12

3,54

2,64

2,64

0,61

1,10

1,16

1,05

0,04

1,55

0,30

5,81

0,50

0,21

0,71

0,80

0,10

2,64

0,40

0,27

4,21

16,91

10,00

69,10

рства,

Fe

0,47

1,30

0,60

0,37

2,74

2,80

2,80

0,89

0,80

4,03

1,23

0,93

0,60

8,48

0,64

0,21

0,85

0,76

0,88

0,80

0,62

0,40

0,00

3,46

18,33

10,00

83,30

сства,

Fe

0,32

0,60

0,43

1,35

2,64

2,64

0,26

0,37

0,32

0,58

2,19

1,23

0,93

0,40

5,65

0,91

0,10

0,21

1,22

0,97

0,86

0,62

0,30

0,00

2,75

13,61

10,00

36,05

СТВА,

Fe

1,22

0,01

0,40

0,12

1,75

2,64

2,64

0,35

1,08

4,73

0,88

0,79

0,93

0,60

9,36

0,50

0,10

0,21

0,16

0,66

0,57

1,48

0,80

0,62

0,50

1,23

5,20

18,95

10,00

89,50

стВа,

Fe

0,12

1,00

0,50

0,27

1,89

2,80

2,80

0,61

0,80

1,30

0,29

0,04

0,93

0,40

4,37

0,80

0,27

1,07

1,93

0,28

0,42

0,35

0,62

0,50

0,37

3,77

10,03

10,00

0,30

СТВА,

Fe

0,47
0,15
0,50
0,12
1,24

2,64
2,64

0,67
2,03
1,20
2,10
1,23
0,93
0,30
8,46

0,69
0,21
0,90

0,87
1,16
0,26
0,38
0,32
0,62
0,50
0,27
3,74
16,98
10,00
69,80

СТВА,

Fe

0,47
1,53
0,50
0,27
2,77

2,80
2,80

0,28
0,42
0,35
1,28
1,30
0,95

0,04
1,55
0,30
5,77

0,50
0,21
0,71

1,46
0,10
0,60
0,37
2,53

14,58
10,00
45,80