

**ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО «РЫНОК» ОРЛОВСКОГО РАЙОНА**

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н. А. Дреева \_\_\_\_\_

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**

**ОАО "РЫНОК" ОРЛОВСКОГО РАЙОНА**

**ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1,5 ДО 3х ЛЕТ,**

**ПОСЕЩАЮЩИХ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДЕТСКИЙ САД**

**С 01.10.2024 года**

**П. ОРЛОВСКИЙ**

День: первый  
 Неделя: первая  
 Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Макароны, запеченные с яйцом	150.00	7.48	6.68	22.29	179.03	0.32	0.06	60.97	26.23	22.35	75.09	1.35	222
2	Овощи свежие(помидоры, огурцы,салат из свежей капусты), салат из отварной свеклы, свекла отварная	30.00	0.36	0.06	0.48	4.80	5.60	1.30	2.80	0.70	2.50	1.60	2.50	б/н
3	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
4	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
5	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>365.00</b>	<b>10.45</b>	<b>18.39</b>	<b>47.89</b>	<b>399.23</b>	<b>5.95</b>	<b>1.71</b>	<b>107.37</b>	<b>45.80</b>	<b>35.98</b>	<b>108.26</b>	<b>4.84</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Борщ с капустой и картофелем	150.00	5.66	4.18	6.41	86.58	9.80	2.40	80.00	3.30	5.80	11.00	10.00	63
2	Гуляш	50.00	6.50	17.50	0.00	183.50	0.50	0.03	13.30	24.30	22.67	103.50	0.96	293
3	Каша ячневая/пшеничная	110.00	4.14	0.42	22.76	115.58	0.00	0.09	21.00	39.23	23.75	164.40	0.87	330
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Сок фруктовый	150.00	0.75	0.00	15.15	63.33	3.60	0.02	0.00	12.60	7.20	12.60	2.52	418
	<b>Итого:</b>	<b>500.00</b>	<b>20.14</b>	<b>27.16</b>	<b>61.32</b>	<b>577.05</b>	<b>13.90</b>	<b>2.65</b>	<b>154.30</b>	<b>99.23</b>	<b>83.42</b>	<b>368.00</b>	<b>16.14</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Сырники из творога со сметаной	50/20,0	7.10	3.70	9.60	100.50	0.27	0.06	46.43	141.68	22.08	193.60	0.63	245
2	Кисель из сухофруктов/ свежих фруктов	150.00	0.16	0.16	35.58	145.50	3.00	0.00	0.00	1.10	0.90	0.70	3.00	354
	<b>Итого:</b>	<b>220.00</b>	<b>7.26</b>	<b>3.86</b>	<b>45.18</b>	<b>246.00</b>	<b>3.27</b>	<b>0.06</b>	<b>46.43</b>	<b>142.78</b>	<b>22.98</b>	<b>194.30</b>	<b>3.63</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1180.00</b>	<b>37.89</b>	<b>49.45</b>	<b>163.70</b>	<b>1258.94</b>	<b>33.12</b>	<b>4.45</b>	<b>308.10</b>	<b>303.81</b>	<b>151.38</b>	<b>681.56</b>	<b>26.81</b>	

<b>День: второй</b>														
<b>Неделя: первая</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150.00	3.33	2.83	11.83	87.00	0.91	0.08	30.60	161.62	24.14	137.98	0.51	100
2	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
3	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
4	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>335.00</b>	<b>5.94</b>	<b>14.48</b>	<b>36.95</b>	<b>302.40</b>	<b>0.94</b>	<b>0.43</b>	<b>74.20</b>	<b>180.49</b>	<b>35.27</b>	<b>169.55</b>	<b>1.50</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп картофельный с крупой (рис)	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86
2	Макароны отварные	110.00	3.91	0.41	21.66	106.16	0.00	3.50	0.00	0.90	2.00	3.90	4.30	203
3	Котлеты мясные	50.00	7.78	3.50	4.28	80.00	0.00	0.07	19.00	14.00	23.10	116.50	1.18	299
4	Овощи свежие(помидоры, огурцы,салат из свежей капусты), салат из отварной свеклы, свекла отварная	30.00	0.36	0.06	0.48	4.80	5.60	1.30	2.80	0.70	2.50	1.60	2.50	б/н
5	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
6	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
7	Компот из свежих/сушеных фруктов	180.00	0.20	0.20	27.50	106.40	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>560.00</b>	<b>17.25</b>	<b>11.06</b>	<b>85.17</b>	<b>506.42</b>	<b>13.75</b>	<b>5.07</b>	<b>69.90</b>	<b>66.87</b>	<b>74.84</b>	<b>252.50</b>	<b>11.33</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Пирожки печеные из дрожжевого теста (с повидлом)	50.00	2.75	2.50	29.62	152.00	0.11	0.04	8.05	9.54	10.59	29.55	0.53	437
2	Кисломолочный продукт	150.00	4.35	3.75	6.30	76.66	0.54	0.04	36.00	223.20	25.20	165.60	0.18	420
	<b>Итого:</b>	<b>200.00</b>	<b>7.10</b>	<b>6.25</b>	<b>35.92</b>	<b>228.66</b>	<b>0.65</b>	<b>0.08</b>	<b>44.05</b>	<b>232.74</b>	<b>35.79</b>	<b>195.15</b>	<b>0.71</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1190.00</b>	<b>30.33</b>	<b>31.83</b>	<b>167.35</b>	<b>1074.14</b>	<b>25.34</b>	<b>5.61</b>	<b>188.15</b>	<b>496.10</b>	<b>154.90</b>	<b>628.20</b>	<b>15.74</b>	

День: третий														
Неделя: первая														
Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет														
№	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Каша манная вязкая с сахаром	150.00	4.33	9.33	16.83	169.91	2.30	7.10	10.00	19.00	6.10	19.00	2.40	182
2	Чай с молоком	150.00	1.33	1.16	16.91	79.33	0.80	1.20	1.00	5.90	3.60	6.70	10.00	413
3	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
4	Повидло порциями	10.00	0.70	0.30	19.60	86.20	5.20	3.20	1.60	2.10	2.20	2.90	2.50	155
	<b>Итого:</b>	<b>340.00</b>	<b>8.81</b>	<b>18.34</b>	<b>67.96</b>	<b>471.44</b>	<b>8.30</b>	<b>11.55</b>	<b>52.60</b>	<b>36.30</b>	<b>21.80</b>	<b>57.70</b>	<b>15.52</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп лапша-домашняя	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86
2	Плов из мяса свинины	110.00	14.04	18.61	22.84	298.10	0.33	0.05	19.50	12.59	31.12	134.06	1.08	265
3	Винегрет овощной	30.00	1.68	2.52	4.86	47.61	5.13	0.03	0.00	11.60	10.38	22.48	0.43	67
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>480.00</b>	<b>20.88</b>	<b>28.18</b>	<b>81.86</b>	<b>643.43</b>	<b>13.61</b>	<b>0.27</b>	<b>67.60</b>	<b>75.46</b>	<b>88.74</b>	<b>287.04</b>	<b>4.86</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Булочка ванильная	50.00	4.30	4.30	25.00	160.00	12.41	0.08	39.44	52.91	34.38	79.32	1.36	450
2	Какао с молоком	150.00	4.33	4.33	25.83	154.16	1.60	3.60	4.00	16.00	5.60	20.00	5.00	416
	<b>Итого:</b>	<b>200.00</b>	<b>8.63</b>	<b>8.63</b>	<b>50.83</b>	<b>314.16</b>	<b>14.01</b>	<b>3.68</b>	<b>43.44</b>	<b>68.91</b>	<b>39.98</b>	<b>99.32</b>	<b>6.36</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1115.00</b>	<b>38.36</b>	<b>55.19</b>	<b>209.96</b>	<b>1465.69</b>	<b>45.92</b>	<b>15.53</b>	<b>163.64</b>	<b>196.67</b>	<b>159.52</b>	<b>455.06</b>	<b>28.94</b>	

<b>День: четвертый</b>														
<b>Неделя: первая</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептур	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Са (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1	Каша рисовая молочная с сахаром	150.00	4.50	12.00	27.75	237.00	0.00	0.03	0.00	4.51	21.16	63.35	0.45	182
2	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
3	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
4	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>335.00</b>	<b>7.11</b>	<b>23.65</b>	<b>52.87</b>	<b>452.40</b>	<b>0.03</b>	<b>0.38</b>	<b>43.60</b>	<b>23.38</b>	<b>32.29</b>	<b>94.92</b>	<b>1.44</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Борщ с капустой и картофелем	150.00	5.66	4.18	6.41	86.58	9.80	2.40	80.00	3.30	5.80	11.00	10.00	63
2	Рыба, тушеная с овощами	50.00	4.32	1.85	4.28	61.35	1.80	0.06	4.00	24.40	25.80	132.50	0.56	261
3	Пюре картофельное	110.00	2.96	6.51	14.21	123.20	15.74	0.12	22.10	32.05	24.05	7.45	0.87	339
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Сок фруктовый	150.00	0.75	0.00	15.15	63.33	3.60	0.02	0.00	12.60	7.20	12.60	2.52	418
	<b>Итого:</b>	<b>500.00</b>	<b>16.78</b>	<b>17.60</b>	<b>57.05</b>	<b>462.52</b>	<b>30.94</b>	<b>2.71</b>	<b>146.10</b>	<b>92.15</b>	<b>86.85</b>	<b>240.05</b>	<b>15.74</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Кондитерское изделие	20.00	1.50	1.95	14.90	83.40	0.00	0.04	22.40	6.84	8.24	24.28	0.49	б/н
2	Молоко кипяченое	150.00	4.56	4.06	7.55	85.00	2.46	0.08	38.00	226.80	26.50	170.10	0.19	419
	<b>Итого:</b>	<b>170.00</b>	<b>6.06</b>	<b>6.01</b>	<b>22.45</b>	<b>168.40</b>	<b>2.46</b>	<b>0.12</b>	<b>60.40</b>	<b>233.64</b>	<b>34.74</b>	<b>194.38</b>	<b>0.68</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1100.00</b>	<b>29.99</b>	<b>47.30</b>	<b>141.68</b>	<b>1119.98</b>	<b>43.43</b>	<b>3.23</b>	<b>250.10</b>	<b>365.17</b>	<b>162.88</b>	<b>540.34</b>	<b>20.06</b>	



День: шестой														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептур	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1 Суп молочный с крупой рисовой	150.00	2.66	2.83	10.91	81.00	0.91	0.07	30.60	158.83	23.07	137.46	0.25	101	
2 Сыр порциями	10.00	2.30	2.90	0.00	36.20	0.07	0.05	46.00	96.10	13.40	77.60	0.71	3	
3 Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6	
4 Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1	
5 Кофейный напиток на молоке	150.00	4.16	2.25	14.58	96.00	1.17	0.03	18.00	113.16	12.60	81.00	0.12	414	
<b>Итого:</b>	<b>345.00</b>	<b>11.57</b>	<b>19.63</b>	<b>40.11</b>	<b>386.60</b>	<b>2.15</b>	<b>0.50</b>	<b>138.20</b>	<b>377.49</b>	<b>58.97</b>	<b>325.26</b>	<b>1.81</b>		
<b>Второй завтрак</b>														
1 Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386	
<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>		
<b>Обед</b>														
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86	
2 Тефтели мясные	50.00	9.14	1.21	0.85	51.00	0.52	0.04	24.66	20.33	13.33	64.27	0.64	304	
3 Капуста тушеная/кабачки тушеные	120.00	2.48	3.88	11.31	90.12	20.60	0.03	0.00	66.54	24.78	48.70	0.97	354	
4 Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1	
5 Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н	
6 Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390	
<b>Итого:</b>	<b>510.00</b>	<b>16.78</b>	<b>12.14</b>	<b>66.32</b>	<b>438.84</b>	<b>29.27</b>	<b>0.27</b>	<b>72.76</b>	<b>138.14</b>	<b>85.35</b>	<b>243.47</b>	<b>4.96</b>		
<b>Полдник</b>														
1 Оладьи с повидлом/ Блины с повидлом	50/20,0	3.70	4.50	12.30	100.60	0.10	2.30	3.90	2.60	1.50	5.70	2.50	401	
2 Молоко кипяченое	150.00	4.56	4.06	7.55	85.00	2.46	0.08	38.00	226.80	26.50	170.10	0.19	419	
<b>Итого:</b>	<b>220.00</b>	<b>8.26</b>	<b>8.56</b>	<b>19.85</b>	<b>185.60</b>	<b>2.56</b>	<b>2.38</b>	<b>41.90</b>	<b>229.40</b>	<b>28.00</b>	<b>175.80</b>	<b>2.69</b>		
<b>Итого в день:</b>	<b>1170.00</b>	<b>36.65</b>	<b>40.37</b>	<b>135.59</b>	<b>1047.70</b>	<b>43.98</b>	<b>3.18</b>	<b>252.86</b>	<b>761.03</b>	<b>181.32</b>	<b>755.53</b>	<b>11.66</b>		

<b>День: седьмой</b>														
<b>Неделя: вторая</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Омлет натуральный	110.00	9.60	10.10	31.90	140.80	0.00	0.06	247.18	81.27	13.46	179.36	1.99	229
2	Овощи свежие(помидоры, огурцы,салат из свежей капусты), салат из отварной свеклы, свекла отварная	30.00	0.36	0.06	0.48	4.80	5.60	1.30	2.80	0.70	2.50	1.60	2.50	б/н
3	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
4	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
5	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>325.00</b>	<b>12.57</b>	<b>21.81</b>	<b>57.50</b>	<b>361.00</b>	<b>5.63</b>	<b>1.71</b>	<b>293.58</b>	<b>100.84</b>	<b>27.09</b>	<b>212.53</b>	<b>5.48</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп картофельный с клецками	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86
2	Запеканка картофельная с мясом (свинина/птица)	110.00	8.16	6.04	18.72	162.25	19.34	0.09	15.17	19.72	32.07	112.56	1.50	308
3	Овощи свежие(помидоры, огурцы,салат из свежей капусты), салат из отварной свеклы, свекла отварная	30.00	0.36	0.06	0.48	4.80	5.60	1.30	2.80	0.70	2.50	1.60	2.50	б/н
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>480.00</b>	<b>13.68</b>	<b>13.15</b>	<b>73.36</b>	<b>464.77</b>	<b>33.09</b>	<b>1.58</b>	<b>66.07</b>	<b>71.69</b>	<b>81.81</b>	<b>244.66</b>	<b>7.35</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Кондитерское изделие	20.00	1.50	1.95	14.90	83.40	0.00	0.04	22.40	6.84	8.24	24.28	0.49	б/н
2	Кисломолочный продукт	150.00	4.35	3.75	6.30	76.66	0.54	0.04	36.00	223.20	25.20	165.60	0.18	420
	<b>Итого:</b>	<b>170.00</b>	<b>5.85</b>	<b>5.70</b>	<b>21.20</b>	<b>160.06</b>	<b>0.54</b>	<b>0.08</b>	<b>58.40</b>	<b>230.04</b>	<b>33.44</b>	<b>189.88</b>	<b>0.67</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1070.00</b>	<b>32.14</b>	<b>40.70</b>	<b>161.37</b>	<b>1022.49</b>	<b>49.26</b>	<b>3.41</b>	<b>418.04</b>	<b>418.57</b>	<b>151.33</b>	<b>658.08</b>	<b>15.69</b>	

<b>День: восьмой</b>														
<b>Неделя: вторая</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Каша вязкая (овсяная молочная)	150.00	4.83	6.16	21.33	153.00	0.00	0.16	25.00	32.00	53.37	162.37	1.83	182
2	Сыр порциями	10.00	2.30	2.90	0.00	36.20	0.07	0.05	46.00	96.10	13.40	77.60	0.71	3
3	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
4	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>340.00</b>	<b>9.74</b>	<b>16.61</b>	<b>46.45</b>	<b>367.20</b>	<b>0.10</b>	<b>0.26</b>	<b>111.00</b>	<b>146.87</b>	<b>77.90</b>	<b>271.44</b>	<b>3.43</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150.00	2.58	1.33	3.41	36.00	8.86	0.11	2.20	22.25	27.84	81.35	1.10	89
2	Котлеты мясные	50.00	7.78	3.50	4.28	80.00	0.00	0.07	19.00	14.00	23.10	116.50	1.18	299
3	Пюре картофельное	110.00	2.96	6.51	14.21	123.20	15.74	0.12	22.10	32.05	24.05	7.45	0.87	339
4	Овощи свежие(помидоры, огурцы,салат из свежей капусты), салат из отварной свеклы, свекла отварная	30.00	0.36	0.06	0.48	4.80	5.60	1.30	2.80	0.70	2.50	1.60	2.50	б/н
5	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
6	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
7	Сок фруктовый	150.00	0.75	0.00	15.15	63.33	3.60	0.02	0.00	12.60	7.20	12.60	2.52	418
	<b>Итого:</b>	<b>530.00</b>	<b>17.52</b>	<b>16.46</b>	<b>54.53</b>	<b>435.39</b>	<b>33.80</b>	<b>1.73</b>	<b>86.10</b>	<b>101.40</b>	<b>108.69</b>	<b>296.00</b>	<b>9.96</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Яйцо варенное	1 шт	5.10	4.60	0.30	63.50	0.00	1.90	12.00	2.20	1.20	9.70	5.60	209
2	Икра кабачковая	0.03	0.50	1.90	2.20	27.20	5.00	1.00	1.30	0.80	1.50	1.20	1.50	г/п
3	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
4	Кисель из сухофруктов/ свежих фруктов	150.00	0.16	0.16	35.58	145.50	3.00	0.00	0.00	1.10	0.90	0.70	3.00	354
	<b>Итого:</b>	<b>250.00</b>	<b>8.21</b>	<b>14.21</b>	<b>52.70</b>	<b>372.20</b>	<b>8.00</b>	<b>2.95</b>	<b>53.30</b>	<b>13.40</b>	<b>13.50</b>	<b>40.70</b>	<b>10.72</b>	
	<b>Итого в день</b>	<b>1215.00</b>	<b>35.51</b>	<b>47.32</b>	<b>162.99</b>	<b>1211.45</b>	<b>51.89</b>	<b>4.97</b>	<b>250.40</b>	<b>277.67</b>	<b>209.09</b>	<b>619.14</b>	<b>26.31</b>	

<b>День: девятый</b>														
<b>Неделя: вторая</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептур	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Са (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1	Каша «Дружба» (рис, пшено)	150.00	5.08	6.91	36.16	225.00	1.45	0.20	50.66	148.80	92.13	224.53	2.97	194
2	Сыр порциями	10.00	2.30	2.90	0.00	36.20	0.07	0.05	46.00	96.10	13.40	77.60	0.71	3
3	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
4	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
5	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
<b>Итого:</b>		<b>345.00</b>	<b>9.99</b>	<b>21.46</b>	<b>61.28</b>	<b>476.60</b>	<b>1.55</b>	<b>0.60</b>	<b>140.26</b>	<b>263.77</b>	<b>116.66</b>	<b>333.70</b>	<b>4.67</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Яблоки печеные/ яблоки свежие	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
<b>Итого:</b>		<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Борщ с капустой и картофелем	150.00	5.66	4.18	6.41	86.58	9.80	2.40	80.00	3.30	5.80	11.00	10.00	63
2	Птица тушеная	70.00	16.30	10.30	0.00	162.40	0.01	0.04	14.00	17.40	15.25	83.75	0.79	318
3	Каша ячневая/ Каша гречневая	110.00	4.14	0.42	22.76	115.58	0.00	0.09	21.00	39.23	23.75	164.40	0.87	330
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
<b>Итого:</b>		<b>520.00</b>	<b>29.35</b>	<b>20.12</b>	<b>69.08</b>	<b>581.28</b>	<b>11.36</b>	<b>2.65</b>	<b>163.10</b>	<b>92.76</b>	<b>72.04</b>	<b>339.61</b>	<b>14.30</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Запеканка творожная со сметанным соусом	50/20,0	4.80	4.50	4.00	75.50	0.12	0.03	40.38	76.43	11.63	107.47	0.37	223
2	Кофейный напиток	150.00	4.16	2.25	14.58	96.00	1.17	0.03	18.00	113.16	12.60	81.00	0.12	414
<b>Итого:</b>		<b>220.00</b>	<b>8.96</b>	<b>6.75</b>	<b>18.58</b>	<b>171.50</b>	<b>1.29</b>	<b>0.06</b>	<b>58.38</b>	<b>189.59</b>	<b>24.23</b>	<b>188.47</b>	<b>0.49</b>	
<b>Итого в день:</b>		<b>1185.00</b>	<b>48.34</b>	<b>48.37</b>	<b>158.25</b>	<b>1266.04</b>	<b>24.20</b>	<b>3.35</b>	<b>361.74</b>	<b>562.12</b>	<b>221.93</b>	<b>872.78</b>	<b>21.66</b>	
<b>День: десятый</b>														

<b>Неделя: вторая</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Са (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1 Суп молочный с макаронными изделиями	150.00	3.33	2.83	11.83	87.00	0.91	0.08	30.60	161.62	24.14	137.98	0.51	100	
2 Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1	
3 Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6	
4 Какао с молоком	150.00	4.33	4.33	25.83	154.16	1.60	3.60	4.00	16.00	5.60	20.00	5.00	416	
<b>Итого:</b>	<b>335.00</b>	<b>10.11</b>	<b>18.81</b>	<b>52.28</b>	<b>414.56</b>	<b>2.51</b>	<b>4.03</b>	<b>78.20</b>	<b>187.02</b>	<b>39.64</b>	<b>187.18</b>	<b>6.23</b>		
<b>Второй завтрак</b>														
1 Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386	
<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>		
<b>Обед</b>														
1 Суп картофельный с фрикадельками	150.00	2.58	1.33	3.41	36.00	8.86	0.11	2.20	22.25	27.84	81.35	1.10	89	
2 Рыба, тушеная с овощами	50.00	4.32	1.85	4.28	61.35	1.80	0.06	4.00	24.40	25.80	132.50	0.56	261	
3 Картофель отварной	110.00	2.96	6.51	14.21	123.20	15.74	0.12	22.10	32.05	24.05	7.45	0.87	339	
4 Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1	
5 Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н	
6 Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390	
<b>Итого:</b>	<b>500.00</b>	<b>13.11</b>	<b>14.91</b>	<b>61.81</b>	<b>437.27</b>	<b>27.95</b>	<b>0.41</b>	<b>76.40</b>	<b>111.53</b>	<b>104.93</b>	<b>301.76</b>	<b>5.17</b>		
<b>Полдник</b>														
1 Пирожки печеные из дрожжевого теста (с картофелем)	50.00	2.00	1.30	20.00	100.00	0.03	0.06	24.29	36.29	15.43	64.43	0.64	441	
2 Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411	
<b>Итого:</b>	<b>200.00</b>	<b>2.16</b>	<b>1.30</b>	<b>30.50</b>	<b>142.00</b>	<b>0.06</b>	<b>0.06</b>	<b>24.29</b>	<b>45.76</b>	<b>16.66</b>	<b>66.80</b>	<b>0.91</b>		
<b>Итого в день:</b>	<b>1130.00</b>	<b>25.42</b>	<b>35.06</b>	<b>153.90</b>	<b>1030.49</b>	<b>40.51</b>	<b>4.53</b>	<b>178.89</b>	<b>360.31</b>	<b>170.23</b>	<b>566.74</b>	<b>14.52</b>		

<b>День: одиннадцатый</b>														
<b>Неделя: третья</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1	Каша вязкая (овсяная молочная)	150.00	4.83	6.16	21.33	153.00	0.00	0.16	25.00	32.00	53.37	162.37	1.83	182
2	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
3	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
4	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>335.00</b>	<b>7.44</b>	<b>17.81</b>	<b>46.45</b>	<b>368.40</b>	<b>0.03</b>	<b>0.51</b>	<b>68.60</b>	<b>50.87</b>	<b>64.50</b>	<b>193.94</b>	<b>2.82</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп картофельный с крупой (рис)	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86
2	Пюре картофельное	110.00	2.96	6.51	14.21	123.20	15.74	0.12	22.10	32.05	24.05	7.45	0.87	339
3	Котлеты мясные	50.00	7.78	3.50	4.28	80.00	0.00	0.07	19.00	14.00	23.10	116.50	1.18	299
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>500.00</b>	<b>15.90</b>	<b>17.06</b>	<b>72.65</b>	<b>500.92</b>	<b>23.89</b>	<b>0.38</b>	<b>89.20</b>	<b>97.32</b>	<b>94.39</b>	<b>254.45</b>	<b>5.40</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Кондитерское изделие	20.00	1.50	1.95	14.90	83.40	0.00	0.04	22.40	6.84	8.24	24.28	0.49	б/н
2	Молоко кипяченое	150.00	4.56	4.06	7.55	85.00	2.46	0.08	38.00	226.80	26.50	170.10	0.19	419
	<b>Итого:</b>	<b>170.00</b>	<b>6.06</b>	<b>6.01</b>	<b>22.45</b>	<b>168.40</b>	<b>2.46</b>	<b>0.12</b>	<b>60.40</b>	<b>233.64</b>	<b>34.74</b>	<b>194.38</b>	<b>0.68</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1100.00</b>	<b>29.44</b>	<b>40.92</b>	<b>150.86</b>	<b>1074.38</b>	<b>36.38</b>	<b>1.04</b>	<b>218.20</b>	<b>397.83</b>	<b>202.63</b>	<b>653.77</b>	<b>11.10</b>	

<b>День: двенадцатый</b>														
<b>Неделя: третья</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1 Каша рисовая молочная с сахаром	150.00	4.50	12.00	27.75	237.00	0.00	0.03	0.00	4.51	21.16	63.35	0.45	182	
2 Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1	
3 Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6	
4 Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411	
<b>Итого:</b>	<b>335.00</b>	<b>7.11</b>	<b>23.65</b>	<b>52.87</b>	<b>452.40</b>	<b>0.03</b>	<b>0.38</b>	<b>43.60</b>	<b>23.38</b>	<b>32.29</b>	<b>94.92</b>	<b>1.44</b>		
<b>Второй завтрак</b>														
1 Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386	
<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>		
<b>Обед</b>														
1 Борщ с капустой и картофелем	150.00	5.66	4.18	6.41	86.58	9.80	2.40	80.00	3.30	5.80	11.00	10.00	63	
2 Рыба, тушенная с овощами	50.00	4.32	1.85	4.28	61.35	1.80	0.06	4.00	24.40	25.80	132.50	0.56	261	
3 Пюре картофельное	110.00	2.96	6.51	14.21	123.20	15.74	0.12	22.10	32.05	24.05	7.45	0.87	339	
4 Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1	
5 Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н	
6 Сок фруктовый	150.00	0.75	0.00	15.15	63.33	3.60	0.02	0.00	12.60	7.20	12.60	2.52	418	
<b>Итого:</b>	<b>500.00</b>	<b>16.78</b>	<b>17.60</b>	<b>57.05</b>	<b>462.52</b>	<b>30.94</b>	<b>2.71</b>	<b>146.10</b>	<b>92.15</b>	<b>86.85</b>	<b>240.05</b>	<b>15.74</b>		
<b>Полдник</b>														
1 Булочка с изюмом	50.00	4.30	4.30	25.00	160.00	12.41	0.08	39.44	52.91	34.38	79.32	1.36	450	
2 Какао с молоком	150.00	4.33	4.33	25.83	154.16	1.60	3.60	4.00	16.00	5.60	20.00	5.00	416	
<b>Итого:</b>	<b>200.00</b>	<b>8.63</b>	<b>8.63</b>	<b>50.83</b>	<b>314.16</b>	<b>14.01</b>	<b>3.68</b>	<b>43.44</b>	<b>68.91</b>	<b>39.98</b>	<b>99.32</b>	<b>6.36</b>		
<b>Итого в день:</b>	<b>1130.00</b>	<b>32.56</b>	<b>49.92</b>	<b>170.06</b>	<b>1265.74</b>	<b>54.98</b>	<b>6.79</b>	<b>233.14</b>	<b>200.44</b>	<b>168.12</b>	<b>445.28</b>	<b>25.74</b>		

<b>День: тринадцатый</b>														
<b>Неделя: третья</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептур	
		Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Са (мг)	Mg (мг)	Р (мг)	Fe (мг)		
<b>Завтрак</b>														
1	Каша манная вязкая с сахаром	150.00	4.33	9.33	16.83	169.91	2.30	7.10	10.00	19.00	6.10	19.00	2.40	182
2	Чай с молоком	150.00	1.33	1.16	16.91	79.33	0.80	1.20	1.00	5.90	3.60	6.70	10.00	413
3	Повидло порциями	10.00	0.70	0.30	19.60	86.20	5.20	3.20	1.60	2.10	2.20	2.90	2.50	155
4	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
	<b>Итого:</b>	<b>340.00</b>	<b>8.81</b>	<b>18.34</b>	<b>67.96</b>	<b>471.44</b>	<b>8.30</b>	<b>11.55</b>	<b>52.60</b>	<b>36.30</b>	<b>21.80</b>	<b>57.70</b>	<b>15.52</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп лапша-домашняя	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86
2	Плов из мяса свинины	110.00	14.04	18.61	22.84	298.10	0.33	0.05	19.50	12.59	31.12	134.06	1.08	265
3	Винегрет овощной	30.00	1.68	2.52	4.86	47.61	5.13	0.03	0.00	11.60	10.38	22.48	0.43	67
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>480.00</b>	<b>20.88</b>	<b>28.18</b>	<b>81.86</b>	<b>643.43</b>	<b>13.61</b>	<b>0.27</b>	<b>67.60</b>	<b>75.46</b>	<b>88.74</b>	<b>287.04</b>	<b>4.86</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Пирожки печеные из дрожжевого теста (с повидлом)	50.00	2.75	2.50	29.62	152.00	0.11	0.04	8.05	9.54	10.59	29.55	0.53	437
2	Кисломолочный продукт	150.00	4.35	3.75	6.30	76.66	0.54	0.04	36.00	223.20	25.20	165.60	0.18	420
	<b>Итого:</b>	<b>200.00</b>	<b>7.10</b>	<b>6.25</b>	<b>35.92</b>	<b>228.66</b>	<b>0.65</b>	<b>0.08</b>	<b>44.05</b>	<b>232.74</b>	<b>35.79</b>	<b>195.15</b>	<b>0.71</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1115.00</b>	<b>36.83</b>	<b>52.81</b>	<b>195.05</b>	<b>1380.19</b>	<b>32.56</b>	<b>11.94</b>	<b>164.25</b>	<b>360.50</b>	<b>155.33</b>	<b>550.89</b>	<b>23.29</b>	

<b>День: четырнадцатый</b>														
<b>Неделя: третья</b>														
<b>Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет</b>														
	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Суп молочный с крупой рисовой	150.00	2.66	2.83	10.91	81.00	0.91	0.07	30.60	158.83	23.07	137.46	0.25	101
2	Сыр порциями	10.00	2.30	2.90	0.00	36.20	0.07	0.05	46.00	96.10	13.40	77.60	0.71	3
3	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
4	Кофейный напиток на молоке	150.00	4.16	2.25	14.58	96.00	1.17	0.03	18.00	113.16	12.60	81.00	0.12	414
	<b>Итого:</b>	<b>340.00</b>	<b>11.57</b>	<b>15.53</b>	<b>40.11</b>	<b>349.20</b>	<b>2.15</b>	<b>0.20</b>	<b>134.60</b>	<b>377.39</b>	<b>58.97</b>	<b>325.16</b>	<b>1.71</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин)	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	150.00	1.91	1.83	14.25	81.00	6.60	0.08	0.00	18.44	20.00	50.04	0.71	86
2	Тефтели мясные	50.00	9.14	1.21	0.85	51.00	0.52	0.04	24.66	20.33	13.33	64.27	0.64	304
3	Капуста тушеная/кабачки/ баклажаны тушеные	120.00	2.48	3.88	11.31	90.12	20.60	0.03	0.00	66.54	24.78	48.70	0.97	354
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>510.00</b>	<b>16.78</b>	<b>12.14</b>	<b>66.32</b>	<b>438.84</b>	<b>29.27</b>	<b>0.27</b>	<b>72.76</b>	<b>138.14</b>	<b>85.35</b>	<b>243.47</b>	<b>4.96</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Оладьи с повидлом/ Блины с повидлом	50/20,0	3.70	4.50	12.30	100.60	0.10	2.30	3.90	2.60	1.50	5.70	2.50	401
2	Молоко кипяченое	150.00	4.56	4.06	7.55	85.00	2.46	0.08	38.00	226.80	26.50	170.10	0.19	419
	<b>Итого:</b>	<b>220.00</b>	<b>8.26</b>	<b>8.56</b>	<b>19.85</b>	<b>185.60</b>	<b>2.56</b>	<b>2.38</b>	<b>41.90</b>	<b>229.40</b>	<b>28.00</b>	<b>175.80</b>	<b>2.69</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1165.00</b>	<b>36.65</b>	<b>36.27</b>	<b>135.59</b>	<b>1010.30</b>	<b>43.98</b>	<b>2.88</b>	<b>249.26</b>	<b>760.93</b>	<b>181.32</b>	<b>755.43</b>	<b>11.56</b>	

День: пятнадцатый														
Неделя: третья														
Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет														
	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал.)	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		С (мг)	В (мг)	А (мг)	Са (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Завтрак</b>														
1	Каша «Дружба» (рис, пшено)	150.00	5.08	6.91	36.16	225.00	1.45	0.20	50.66	148.80	92.13	224.53	2.97	194
2	Сыр порциями	10.00	2.30	2.90	0.00	36.20	0.07	0.05	46.00	96.10	13.40	77.60	0.71	3
3	Масло порциями	5.00	0.00	4.10	0.00	37.40	0.00	0.30	3.60	0.10	0.00	0.10	0.10	6
4	Хлеб пшеничный йодированный	30.00	2.45	7.55	14.62	136.00	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Чай с сахаром	150.00	0.16	0.00	10.50	42.00	0.03	0.00	0.00	9.47	1.23	2.37	0.27	411
	<b>Итого:</b>	<b>345.00</b>	<b>9.99</b>	<b>21.46</b>	<b>61.28</b>	<b>476.60</b>	<b>1.55</b>	<b>0.60</b>	<b>140.26</b>	<b>263.77</b>	<b>116.66</b>	<b>333.70</b>	<b>4.67</b>	
<b>Второй завтрак</b>														
1	Яблоки печеные/ яблоки свежие	95.00	0.038	0.038	9.31	36.66	10.00	0.03	0.00	16.00	9.00	11.00	2.20	386
	<b>Итого:</b>	<b>95.00</b>	<b>0.038</b>	<b>0.038</b>	<b>9.31</b>	<b>36.66</b>	<b>10.00</b>	<b>0.03</b>	<b>0.00</b>	<b>16.00</b>	<b>9.00</b>	<b>11.00</b>	<b>2.20</b>	
<b>Обед</b>														
1	Борщ с капустой и картофелем	150.00	5.66	4.18	6.41	86.58	9.80	2.40	80.00	3.30	5.80	11.00	10.00	63
2	Птица тушеная	70.00	16.30	10.30	0.00	162.40	0.01	0.04	14.00	17.40	15.25	83.75	0.79	318
3	Каша шеничная/ Каша гречневая	110.00	4.14	0.42	22.76	115.58	0.00	0.09	21.00	39.23	23.75	164.40	0.87	330
4	Хлеб пшеничный йодированный	20.00	1.63	5.03	9.74	90.66	0.00	0.05	40.00	9.30	9.90	29.10	0.62	1
5	Хлеб ржаной	20.00	1.46	0.027	7.26	37.40	0.00	0.06	0.00	10.50	14.10	47.40	1.17	б/н
6	Компот из свежих/сушеных фруктов	150.00	0.16	0.16	22.91	88.66	1.55	0.01	8.10	13.03	3.24	3.96	0.85	390
	<b>Итого:</b>	<b>520.00</b>	<b>29.35</b>	<b>20.12</b>	<b>69.08</b>	<b>581.28</b>	<b>11.36</b>	<b>2.65</b>	<b>163.10</b>	<b>92.76</b>	<b>72.04</b>	<b>339.61</b>	<b>14.30</b>	
<b>Полдник</b>														
1	Запеканка творожная со сметанным соусом	50/20,0	4.80	4.50	4.00	75.50	0.12	0.03	40.38	76.43	11.63	107.47	0.37	223
2	Кисель из сухофруктов/ свежих фруктов	150.00	0.16	0.16	35.58	145.50	3.00	0.00	0.00	1.10	0.90	0.70	3.00	354
	<b>Итого:</b>	<b>220.00</b>	<b>4.96</b>	<b>4.66</b>	<b>39.58</b>	<b>221.00</b>	<b>3.12</b>	<b>0.03</b>	<b>40.38</b>	<b>77.53</b>	<b>12.53</b>	<b>108.17</b>	<b>3.37</b>	
	<b>Итого в день:</b>	<b>1180.00</b>	<b>44.34</b>	<b>46.28</b>	<b>179.25</b>	<b>1315.54</b>	<b>26.03</b>	<b>3.31</b>	<b>343.74</b>	<b>450.06</b>	<b>210.23</b>	<b>792.48</b>	<b>24.54</b>	


































**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968168

Владелец Дорохова Елена Ильинична

Действителен с 10.10.2025 по 10.10.2026