

ООО « ВИТО-1»

Согласовано

Управлением Роспотребнадзора

По городу Москве

От 22.04.2021 № 01-00385-05

Санитарно-эпидемиологическая экспертиза
проведена ФБУЗ «Центр гигиены и Эпидемиологии
в городе Москве

Экспертное заключение

От 30.03.2021 № 77.01.05.Т.001229.03.21

Утверждаю

Генеральный директор



Н.И. Гребенщикова

Примерное меню для организации питания в дошкольных образовательных организациях со столовыми, предназначенными для работы на сырье и полуфабрикатах (Столовые-догоотовочные, возрастная категория 1,5-3 года, завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник, ужин, 20 дней). Вариант № 1

Примерное меню для организации питания в дошкольных образовательных организациях со столовыми, предназначенными для работы на сырье и полуфабрикатах (Столовые-догоотовочные, возрастная категория 1,5-3 года, завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник, ужин, 20 дней). Вариант №1

День: 1 Понедельник
Неделя: 1-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
4026	Вермишель отварная в молоке жидкая	160	3,728	1,440	5,168	5,824	15,872	138,496	0,064	1,600	0,032	0,192	0,208	159,936	129,136	20,208	0,224	0,002
10032	Чай с лимоном	150/5	0,000	0,150	0,150	0,045	0,045	3,000	0,060	1,500	0,000	0,030	0,000	60,120	33,150	18,075	1,335	0,000
14007	Джем (повидло, варенье)	20	0,000	0,100	0,100	0,000	14,300	55,200	0,096	0,414	0,000	0,090	2,400	0,000	0,000	0,096	0,000	0,001
13002	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			3,728	3,290	7,018	6,069	40,037	244,296	0,252	3,514	0,032	0,324	2,908	224,656	179,686	44,979	1,959	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Апельсин свежий	100	0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	34,000	23,000	13,000	0,300	0,000
Итого:			0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	44,000	23,000	18,400	0,300	0,010
Обед																		
1064	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,000	0,556	0,556	4,032	3,268	51,560	0,008	3,716	0,000	0,016	1,796	3,716	16,200	8,216	0,524	0,003
2011,1	Суп картофельный на мясном бульоне	150	5,535	1,500	7,035	3,030	11,700	100,785	0,090	10,755	0,030	0,195	0,120	16,245	101,385	24,270	1,545	0,002
7014	Гуляш из мяса отварного	60	10,686	0,408	11,094	8,358	2,442	128,550	0,030	1,824	0,030	0,132	0,252	17,496	93,606	15,708	1,062	0,005
8001	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,939	1,485	6,424	4,400	29,040	181,214	0,220	0,000	0,022	0,110	0,440	11,572	152,273	101,706	3,421	0,004
10002- 10004	Компот из плодов быстрозамороженных	150	0,000	0,135	0,135	0,000	12,945	52,320	0,000	28,200	0,000	0,000	0,090	5,310	4,650	4,365	0,150	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
Итого:			21,160	7,004	28,164	20,240	77,415	602,029	0,460	44,501	0,082	0,505	3,338	64,019	406,620	168,165	7,592	0,015
Полдник																		
6003	Суфле творожное запеченное	50	6,000	0,350	6,350	4,095	5,835	86,785	0,020	0,195	0,015	0,110	0,135	61,290	82,495	8,865	0,275	0,001
90011	Соус сладкий(из джема,варенья или повидла)	20	0,000	0,016	0,016	0,000	5,128	20,294	0,000	0,060	0,000	0,000	0,008	1,190	1,666	0,200	0,054	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			13,500	1,966	15,466	9,095	33,533	285,179	0,097	1,155	0,315	0,347	0,443	245,580	238,061	36,665	0,879	0,001
Ужин 1																		
5001,1	Омлет натуральный, запеченный	130	13,572	0,000	13,572	14,612	2,535	195,923	0,078	0,234	0,260	0,481	0,611	102,323	223,431	17,238	2,496	0,005
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13016	Булочка домашняя	80	1,584	4,416	6,000	10,560	48,720	315,200	0,048	0,112	0,016	0,056	0,768	27,368	50,704	7,864	0,488	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
Итого:			15,156	5,736	20,892	25,392	69,435	591,023	0,206	0,352	0,276	0,597	1,719	151,071	295,281	35,982	3,514	0,005
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			53,544	18,896	72,440	60,996	228,520	1765,527	1,055	109,522	0,705	1,803	8,608	729,326	1142,648	304,191	14,244	0,034

День: 2 Вторник
Неделя: 1-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4029	Каша жидкая на молоке "Дружба"	150	3,405	1,395	4,785	7,635	20,355	169,740	0,060	0,675	0,045	0,150	0,105	140,805	132,240	25,815	0,420	0,003
10053.1	Какао с молоком	150	2,175	0,285	2,460	2,580	11,130	78,390	0,030	0,600	0,030	0,120	0,015	95,025	92,070	26,445	0,930	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		5,630	3,280	8,895	18,665	41,385	370,530	0,122	1,275	0,079	0,292	0,520	241,630	243,610	58,860	1,770	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Яблоко свежее	100	0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	26,000	11,000	14,400	2,200	0,010
Обед																		
1017	Салат из моркови с маслом растительным (с сахаром)	40	0,000	0,472	0,472	2,832	3,524	41,972	0,016	1,380	0,000	0,020	1,376	9,864	18,620	12,376	0,220	0,000
2003	Щи из капусты свежей с картофелем	150	0,285	0,870	1,155	3,045	5,265	51,780	0,030	16,950	0,015	0,030	0,120	24,150	28,185	11,970	0,435	0,005
7007	Тефтели рыбные с соусом собственного производства	70	5,901	0,987	6,888	5,565	7,210	109,963	0,035	1,295	0,028	0,070	0,350	35,791	96,257	14,777	0,448	0,003
8005	Пюре картофельное	120	0,336	2,280	2,616	3,960	17,088	114,684	0,108	14,988	0,024	0,084	0,144	36,732	72,924	25,224	0,864	0,005
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		6,522	8,279	14,801	15,822	68,357	476,499	0,316	36,119	0,067	1,756	2,630	147,717	278,492	94,747	4,507	0,013
Полдник																		
4007	Макароны, запеченные с сыром	110	2,464	4,312	6,776	7,370	26,950	201,971	0,066	0,077	0,055	0,055	0,671	107,008	89,540	10,098	0,748	0,005
10012 - 10014	Кисель из ягод свежемороженных	150	0,000	0,150	0,150	0,030	13,905	56,730	0,000	30,000	0,000	0,000	1,605	8,250	4,950	4,650	0,195	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		2,464	6,062	8,526	7,600	50,675	306,301	0,098	30,077	0,055	0,067	2,576	119,858	111,890	21,348	1,343	0,005
Ужин 1																		
7020	Биточки мясные рубленые паровые собственного производства	70	11,410	0,931	12,341	9,919	5,957	162,288	0,049	0,000	0,000	0,098	0,378	10,521	123,809	15,358	1,813	0,019
8007	Капуста тушеная	150	1,245	2,325	3,570	6,420	14,715	129,300	0,060	70,620	0,045	0,090	0,390	83,280	67,440	32,850	1,230	0,010
10032	Чай с лимоном	200/5	0,000	0,200	0,200	0,060	0,060	4,000	0,080	2,000	0,000	0,040	0,000	80,160	44,200	24,100	1,780	0,000
13002	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		12,655	5,056	17,711	16,599	30,552	343,188	0,221	72,620	0,045	0,240	1,068	178,561	252,849	78,908	5,223	0,029
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		27,271	23,077	50,333	59,086	200,769	1543,518	0,757	150,091	0,246	2,375	6,994	713,766	897,841	268,263	15,043	0,060

День: 3 Среда
Неделя: 1-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4030.1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	4,680	2,145	6,825	9,375	25,005	212,130	0,135	0,795	0,045	0,195	0,420	173,790	197,025	48,360	0,990	0,001
10052.1	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,100	0,180	2,280	3,030	15,450	98,190	0,030	1,050	0,030	0,120	0,000	99,000	79,350	22,500	0,090	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		6,830	5,525	12,355	21,055	60,175	480,320	0,229	1,845	0,079	0,349	1,120	283,190	313,075	84,060	1,900	0,001
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Груша свежая	100	0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	29,000	16,000	17,400	2,300	0,010
Обед																		
1030	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	40	0,000	0,260	0,260	4,832	0,696	47,220	0,008	3,064	0,000	0,004	2,152	7,332	11,108	5,288	0,184	0,001
2007	Рассольник ленинградский	150	0,405	1,110	1,515	3,165	10,140	74,685	0,060	9,765	0,015	0,045	0,180	18,495	44,910	16,410	0,570	0,002
7069- 7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые собственного производства	70	10,241	0,966	11,207	11,914	7,084	180,670	0,063	1,148	0,042	0,112	0,329	34,790	108,822	14,308	0,861	0,006
3001	Рагу из овощей	120	0,012	2,160	2,720	4,728	12,600	101,640	0,060	21,540	0,000	0,036	1,908	32,652	58,920	26,820	0,732	0,002
10005- 10007	Компот из плодов свежих	150	0,000	0,405	0,405	0,105	12,540	52,725	0,285	4,005	0,000	0,000	0,090	9,660	7,650	4,635	0,495	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		10,658	7,821	19,027	25,164	61,080	544,540	0,588	39,528	0,057	0,249	5,299	112,609	269,916	81,361	3,732	0,011
Полдник																		
13005.1	Булочка "Любимая" собственного производства	70	1,736	4,459	6,195	5,166	35,882	214,900	0,084	0,294	0,049	0,097	0,840	40,733	76,545	11,445	0,798	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
	Итого:		9,236	4,459	13,695	9,966	48,632	345,400	0,129	1,194	0,349	0,322	0,840	219,233	213,045	32,445	0,948	0,000
Ужин 1																		
3013	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами	160	1,408	10,576	11,984	21,712	9,920	312,880	0,112	5,216	0,224	0,080	0,416	22,784	68,576	28,256	0,896	0,000
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	0,000	2,640	2,640	0,440	16,400	80,000	0,160	0,012	0,000	0,080	0,680	10,160	42,212	14,600	0,980	0,000
	Итого:		1,408	13,216	14,624	22,152	36,300	432,780	0,272	5,228	0,224	0,180	1,096	49,244	110,828	46,436	1,916	0,000
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		28,132	31,421	60,101	78,637	216,487	1850,040	1,238	52,795	0,709	1,130	8,755	693,276	922,864	261,702	10,796	0,023

День: 4 Четверг
Неделя: 1-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
5004	Омлет с сыром запеченый	130	15,353	0,000	15,353	19,656	2,158	247,845	0,078	0,299	0,286	0,468	0,637	224,900	271,050	20,228	2,327	0,000
10032	Чай с лимоном	150/5	0,000	0,150	0,150	0,045	0,045	3,000	0,060	1,500	0,000	0,030	0,000	60,120	33,150	18,075	1,335	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
10061	Йогурт или биоЙогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,800	0,000	2,800	3,200	4,700	94,400	0,000	0,030	0,000	0,000	0,000	9,610	2,880	3,290	0,290	0,000
Итого:			18,153	1,750	19,903	23,101	16,723	392,845	0,170	1,829	0,286	0,510	0,937	299,230	324,480	48,193	4,352	0,000
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Мандарин свежий	100	0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	35,000	17,000	11,000	0,100	0,000
Итого:			0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	45,000	17,000	16,400	0,100	0,010
Обед																		
1083	Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с маслом растительным	40	0,000	0,344	0,344	4,076	3,184	51,432	0,012	2,240	0,000	0,016	1,876	8,224	12,900	8,780	0,440	0,001
2001,2	Борщ с капустой и картофелем на бульоне из мяса птицы	150	3,555	1,350	4,905	6,150	7,830	103,695	0,030	12,570	0,030	0,045	0,225	30,135	69,405	19,695	1,185	0,002
8004	Изделия макаронные группы А отварные	110	0,253	3,806	4,059	5,016	25,872	164,945	0,066	0,000	0,033	0,022	0,605	11,671	33,737	6,105	0,627	0,036
	Филе птицы (цыплят), тушенное в соусе томатном	60	7,032	0,366	7,398	6,684	2,838	100,902	0,036	1,944	0,018	0,060	0,186	8,568	67,428	9,816	0,696	0,012
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
Итого:			10,840	9,536	20,376	22,346	74,994	579,074	0,271	18,260	0,081	1,695	3,532	99,778	245,976	74,796	5,488	0,051
Полдник																		
13036	Оладьи	75	2,115	4,148	6,263	4,635	29,550	184,965	0,120	0,525	0,038	0,128	0,630	63,075	99,750	24,225	0,998	0,001
90011	Соус сладкий(из джема,варенья или повидла)	20	0,000	0,016	0,016	0,000	5,128	20,294	0,000	0,060	0,000	0,000	0,008	1,190	1,666	0,200	0,054	0,000
10060	Кефир	150	4,350	0,000	4,350	4,800	6,000	88,500	0,045	1,050	0,300	0,255	0,000	180,000	142,500	21,000	0,150	0,000
14008	Сахар в индивидуальной упаковке	5	0,000	0,000	0,000	0,000	4,990	19,950	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,198	0,000	0,000	0,011	0,000
Итого:			6,465	4,164	10,629	9,435	45,668	313,709	0,165	1,635	0,338	0,383	0,638	244,463	243,916	45,425	1,213	0,001
Ужин 1																		
7037	Суфле паровое из рыбы (филе) отварной	60	10,548	0,114	10,662	5,394	2,562	108,414	0,030	0,864	0,054	0,120	0,348	40,968	150,318	20,262	0,672	0,000
8002	Рис отварной	120	0,156	2,832	2,988	5,376	31,308	185,544	0,036	0,000	0,036	0,024	0,228	5,208	64,728	21,192	0,444	0,012
10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,260	0,240	4,500	4,480	20,500	140,460	0,060	1,800	0,020	0,200	0,000	171,600	134,600	23,200	0,340	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			14,964	4,786	19,750	15,450	64,190	482,018	0,158	2,664	0,110	0,356	0,876	222,376	367,046	71,254	1,856	0,012
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			50,422	21,036	71,458	70,532	209,075	1805,646	0,824	62,388	0,815	2,974	6,183	910,847	1198,418	256,068	13,009	0,074

День: 5 Пятница
Неделя: 1-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4034	Каша жидкая на молоке (пшено)	150	3,990	2,655	6,645	8,700	25,350	206,820	0,120	0,795	0,045	0,180	0,120	167,985	175,080	37,740	0,780	0,003
10033	Чай с молоком	150	1,050	0,105	1,155	1,215	9,315	52,815	0,015	0,900	0,015	0,045	0,000	47,700	38,070	7,560	0,330	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		5,090	5,960	11,050	18,565	54,385	429,635	0,199	1,695	0,064	0,259	0,820	226,085	249,850	58,500	1,930	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Яблоко свежее	100	0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	26,000	11,000	14,400	2,200	0,010
Обед																		
1047-1047.1	Салат из редиса (из дайкона) с маслом растительным	40	0,508	0,324	0,832	5,712	0,764	57,792	0,216	8,280	0,032	0,068	2,876	10,328	15,384	0,780	0,284	0,000
2041	Суп крестьянский с крупой	150	0,345	1,260	1,605	3,615	8,445	71,595	0,030	17,070	0,000	0,030	1,545	27,540	45,630	15,000	0,540	0,005
7076	Котлеты рыбные любительские	70	8,715	0,854	9,569	3,353	4,529	91,042	0,042	1,799	0,042	0,112	0,392	33,411	137,095	22,596	0,770	0,003
8002	Рис отварной	110	0,143	2,596	2,739	4,928	28,699	170,082	0,033	0,000	0,033	0,022	0,209	4,774	59,334	19,426	0,407	0,011
10002- 10004	Компот из плодов быстрозамороженных	150	0,000	0,135	0,135	0,000	12,945	52,320	0,000	28,200	0,000	0,000	0,090	5,310	4,650	4,365	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		9,711	8,089	17,800	18,028	73,402	530,431	0,433	55,355	0,107	0,284	5,752	91,043	300,599	76,067	3,041	0,020
Полдник																		
6005	Сырники из творога запеченные собственного производства	80	13,392	1,192	14,584	8,312	18,008	208,000	0,048	0,360	0,016	0,216	0,344	123,024	174,632	18,784	0,536	0,002
14007	Джем (повидло, варенье)	20	0,000	0,100	0,100	0,000	14,300	55,200	0,096	0,414	0,000	0,090	2,400	0,000	0,000	0,096	0,000	0,001
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		20,892	2,892	23,784	13,312	54,878	441,300	0,221	1,674	0,316	0,543	3,044	306,124	328,532	46,480	1,086	0,003
Ужин 1																		
7045	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	70	11,473	0,805	12,278	5,712	5,166	121,107	0,049	0,000	0,000	0,105	0,287	9,128	121,891	15,897	1,792	0,000
3001	Рагу из овощей	120	0,012	2,160	2,172	4,728	12,600	101,640	0,060	21,540	0,000	0,036	1,908	32,652	58,920	26,820	0,732	0,003
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		11,485	4,285	15,770	10,660	35,946	302,647	0,189	21,546	0,000	0,201	2,535	63,160	201,957	53,597	3,054	0,003
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		47,178	21,626	68,804	60,965	228,411	1751,013	1,042	90,270	0,487	1,307	12,351	712,412	1091,938	249,044	11,311	0,038

День: 6 Понедельник
Неделя: 2-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
5003	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	1шт/52	6,604	0,000	6,604	5,980	0,364	81,640	0,036	0,000	0,130	0,229	0,312	28,600	99,840	6,240	1,300	0,012
4035	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	150	4,290	3,000	7,290	8,295	31,275	229,515	0,120	0,795	0,045	0,210	0,555	173,775	204,060	36,570	1,575	0,019
10052,1	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,100	0,180	2,280	3,030	15,450	98,190	0,030	1,050	0,030	0,120	0,000	99,000	79,350	22,500	0,090	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		12,994	4,780	17,774	17,505	56,909	456,945	0,218	1,845	0,205	0,571	1,167	305,975	400,650	71,910	3,365	0,031
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Апельсин свежий	100	0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	34,000	23,000	13,000	0,300	0,000
	Итого:		0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	44,000	23,000	18,400	0,300	0,010
Обед																		
1017	Салат из моркови с маслом растительным (с сахаром)	40	0,000	0,472	0,472	2,832	3,524	41,972	0,016	1,380	0,000	0,020	1,376	9,864	18,620	12,376	0,220	0,000
2020,1	Суп вермишелевый на бульоне из мяса птицы	150	5,745	1,500	7,245	7,455	9,900	133,710	0,030	1,230	0,030	0,030	0,345	13,200	76,050	12,735	1,095	0,002
7025 - 7026	Рагу из птицы	160	13,184	2,048	15,232	14,256	15,120	247,296	0,144	14,432	0,048	0,160	0,448	33,632	173,296	38,560	1,920	0,013
10005- 10007	Компот из плодов свежих	150	0,000	0,405	0,405	0,105	12,540	52,725	0,285	4,005	0,000	0,000	0,090	9,660	7,650	4,635	0,495	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		18,929	7,345	26,274	25,068	59,104	563,303	0,587	21,053	0,078	0,262	2,899	76,036	314,122	82,206	4,620	0,015
Полдник																		
13005.1	Булочка "Любимая" собственного производства	75	1,860	4,778	6,638	5,535	38,445	230,250	0,090	0,315	0,053	0,104	0,900	43,643	82,013	12,263	0,855	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
	Итого:		9,360	4,778	14,138	10,335	51,195	360,750	0,135	1,215	0,353	0,329	0,900	222,143	218,513	33,263	1,005	0,000
Ужин 1																		
4007	Макароны, запеченные с сыром	180	4,032	7,056	11,088	12,060	44,100	330,498	0,108	0,126	0,090	0,090	1,098	175,104	146,520	16,524	1,224	0,009
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		4,032	8,656	12,688	12,260	63,900	417,998	0,140	0,126	0,090	0,122	1,398	196,004	163,960	26,704	1,664	0,009
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		45,315	26,459	71,774	65,368	239,208	1841,996	1,120	84,239	0,726	1,313	6,564	844,158	1120,245	232,483	10,954	0,065

День: 7 Вторник
Неделя: 2-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
6003	Суфле творожное запеченное	150	18,000	1,050	19,050	12,285	17,505	260,355	0,060	0,585	0,045	0,330	0,405	183,870	247,485	26,595	0,825	0,003
9007	Соус молочный (сладкий)	20	0,440	0,088	0,528	1,150	3,260	25,604	0,030	1,500	0,006	0,024	0,022	18,572	14,572	2,502	0,040	0,000
10053,1	Какао с молоком	150	2,175	0,285	2,460	2,580	11,130	78,390	0,030	0,600	0,030	0,120	0,015	95,025	92,070	26,445	0,930	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		20,665	3,023	23,688	24,465	41,795	486,749	0,152	2,685	0,085	0,496	0,842	303,267	373,427	62,142	2,215	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Груша свежая	100	0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	29,000	16,000	17,400	2,300	0,010
Обед																		
1064	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,000	0,556	0,556	4,032	3,268	51,560	0,008	3,716	0,000	0,016	1,796	14,480	16,200	8,216	0,524	0,003
2007	Рассольник ленинградский	150	0,405	1,110	1,515	3,165	10,140	74,685	0,060	9,765	0,015	0,045	0,180	18,495	44,910	16,410	0,570	0,002
7013	Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	60	8,766	0,300	9,066	9,282	3,462	133,824	0,024	0,756	0,024	0,096	0,252	52,044	89,376	15,546	0,558	0,001
8005	Пюре картофельное	120	0,336	2,280	2,616	3,960	17,088	114,684	0,108	14,988	0,024	0,084	0,144	36,732	72,924	25,224	0,864	0,005
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		9,507	7,916	17,423	20,859	69,228	532,853	0,327	30,731	0,063	1,793	3,012	162,931	285,916	95,796	5,056	0,012
Полдник																		
13007	Булочка с изюмом собственного производства "Веснушка"	60	1,452	4,002	5,454	4,044	30,996	181,974	0,072	0,276	0,036	0,084	0,726	37,620	76,560	12,300	0,738	0,001
10061	Йогурт или биоЙогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,800	0,000	2,800	3,200	4,700	94,400	0,000	0,030	0,000	0,000	0,000	9,610	2,880	3,290	0,290	0,000
10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,195	0,180	3,375	3,360	15,375	105,345	0,045	1,350	0,015	0,150	0,000	128,700	100,950	17,400	0,255	0,000
	Итого:		7,447	4,182	11,629	10,604	51,071	381,719	0,117	1,656	0,051	0,234	0,726	175,930	180,390	32,990	1,283	0,001
Ужин 1																		
7020	Биточки мясные рубленные паровые собственного производства	70	11,410	0,931	12,341	9,919	5,957	162,288	0,049	0,000	0,000	0,098	0,378	10,521	123,809	15,358	1,813	0,006
8014	Вермишель отварная	110	0,022	4,356	4,378	4,598	27,962	170,874	0,066	0,000	0,033	0,022	0,649	12,166	36,223	6,578	0,671	0,012
10058	Отвар шиповника	200	0,000	0,600	0,600	0,000	19,400	78,240	0,000	176,000	0,000	0,100	0,280	9,920	2,800	2,800	4,000	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		11,432	7,207	18,639	14,737	61,519	451,402	0,195	176,006	0,033	0,260	1,647	37,687	183,938	32,036	6,974	0,018
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		49,051	22,728	71,779	70,965	233,913	1899,723	0,811	216,078	0,232	2,813	6,627	708,815	1039,671	240,364	17,828	0,044

День: 8 Среда
Неделя: 2-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4019	Каша жидкая на молоке (манная)	150	3,990	2,370	6,360	8,175	27,045	207,735	0,060	0,795	0,045	0,180	0,390	166,395	140,895	22,725	0,390	0,004
10031	Чай (фиточай) с сахаром	150	0,000	0,000	0,000	0,000	7,485	29,925	0,000	0,000	0,000	0,015	0,000	12,225	0,030	2,685	0,030	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		4,040	5,570	9,610	16,825	54,250	407,660	0,124	0,795	0,049	0,229	1,090	189,020	177,625	38,610	1,240	0,004
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Мандарин свежий	100	0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	35,000	17,000	11,000	0,100	0,000
	Итого:		0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	45,000	17,000	16,400	0,100	0,010
Обед																		
1030	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	40	0,000	0,260	0,260	4,832	0,696	47,220	0,008	3,064	0,000	0,004	2,152	7,332	11,108	5,288	0,184	0,000
2038.1	Суп-пюре из гороха на мясном бульоне	150	10,245	3,450	13,695	5,280	12,000	149,025	0,195	3,315	0,045	0,285	0,225	31,620	146,790	31,185	2,925	0,000
2025	Сухарики из хлеба пшеничного	10	0,000	1,087	1,087	0,114	7,036	33,605	0,016	0,000	0,000	0,004	0,157	2,860	9,295	2,002	0,157	0,000
7052	Голубцы ленивые с отварным мясом собственного производства	160	11,040	3,728	14,768	10,976	15,376	220,816	0,080	52,608	0,032	0,192	1,088	73,136	177,152	40,752	2,640	0,000
10008- 10010	Компот из плодов сухих	150	0,000	0,930	0,930	0,060	18,090	76,620	0,015	0,720	0,000	0,030	0,000	35,700	26,280	20,400	0,585	0,365
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		21,285	12,375	33,660	21,682	71,218	614,886	0,426	59,713	0,077	0,567	4,262	160,328	409,131	113,527	7,381	0,365
Полдник																		
6005	Сырники из творога запеченные собственного производства	50	8,370	0,745	9,115	5,195	11,255	130,000	0,030	0,225	0,010	0,135	0,215	76,890	109,145	11,740	0,335	0,001
14007	Джем (повидло, варенье)	20	0,000	0,100	0,100	0,000	14,300	55,200	0,096	0,414	0,000	0,090	2,400	0,000	0,000	0,096	0,000	0,001
10060	Йогурт или биоЙогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		15,870	2,445	18,315	10,195	48,125	363,300	0,203	1,539	0,310	0,462	2,915	259,990	263,045	39,436	0,885	0,002
Ужин 1																		
7027	Суфле из отварной птицы (цыплята)	70	11,298	0,224	11,522	12,271	2,674	167,440	0,056	1,078	0,077	0,168	0,287	44,247	125,881	14,280	1,029	0,012
8001	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,388	1,620	7,008	4,800	31,680	197,688	0,240	0,000	0,024	0,120	0,480	12,624	166,116	110,952	3,732	0,005
10012 - 10014	Кисель из ягод свежемороженных	200	0,000	0,200	0,200	0,040	18,540	75,680	0,000	40,000	0,000	0,000	2,140	11,000	6,600	6,200	0,260	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		16,686	3,644	20,330	17,311	62,714	488,408	0,328	41,078	0,101	0,300	3,207	72,471	315,997	138,032	5,421	0,017
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		57,881	24,834	82,715	66,213	243,807	1912,254	1,141	141,125	0,537	1,588	11,674	726,809	1182,798	346,005	15,027	0,398

День: 9 Четверг
Неделя: 2-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
5004	Омлет с сыром запеченый	130	15,353	0,000	15,353	19,656	2,158	247,845	0,078	0,299	0,286	0,468	0,637	224,900	271,050	20,228	2,327	0,000
10052.1	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,100	0,180	2,280	3,030	15,450	98,190	0,030	1,050	0,030	0,120	0,000	99,000	79,350	22,500	0,090	0,000
10061	Йогурт или биоЙогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,800	0,000	2,800	3,200	4,700	94,400	0,000	0,030	0,000	0,000	0,000	9,610	2,880	3,290	0,290	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			20,253	1,780	22,033	26,086	32,128	488,035	0,140	1,379	0,316	0,600	0,937	338,110	370,680	52,618	3,107	0,000
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Яблоко свежее	100	0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,000
Итого:			0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	26,000	11,000	14,400	2,200	0,010
Обед																		
1083	Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с маслом растительным	40	0,000	0,344	0,344	4,076	3,184	51,432	0,012	2,240	0,000	0,016	1,876	8,224	12,900	8,780	0,440	0,001
2001	Борщ с капустой и картофелем	150	0,150	1,035	1,185	3,030	7,470	60,510	0,030	12,315	0,015	0,030	0,150	25,905	31,620	14,595	0,675	0,012
7018	Суфле из печени	60	10,236	0,384	10,620	4,650	6,060	109,050	0,162	16,542	0,528	1,146	0,558	31,782	188,094	12,864	3,660	0,003
8004	Изделия макаронные группы А отварные	110	0,253	3,806	4,059	5,016	25,872	164,945	0,066	0,000	0,033	0,022	0,605	11,671	33,737	6,105	0,627	0,036
10005- 10007	Компот из плодов свежих	150	0,000	0,405	0,405	0,105	12,540	52,725	0,285	4,005	0,000	0,000	0,090	9,660	7,650	4,635	0,495	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	0,000	2,640	2,640	0,440	16,400	80,000	0,160	0,012	0,000	0,080	0,680	10,160	42,212	14,600	0,980	0,000
Итого:			10,639	10,214	20,853	17,517	81,346	566,262	0,747	35,114	0,576	1,306	4,259	102,002	333,613	68,179	7,277	0,051
Полдник																		
13036	Оладьи	75	2,115	4,148	6,263	4,635	29,550	184,965	0,120	0,525	0,038	0,128	0,630	63,075	99,750	24,225	0,998	0,001
9008	Соус клюквенный	30	0,000	0,018	0,018	0,006	4,425	18,189	0,000	0,540	0,000	0,000	0,036	0,972	1,089	0,540	0,021	0,000
10060	Кефир	150	4,350	0,000	4,350	4,800	6,000	88,500	0,045	1,050	0,300	0,255	0,000	180,000	142,500	21,000	0,150	0,000
14008	Сахар в индивидуальной упаковке	5	0,000	0,000	0,000	0,000	4,990	19,950	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,198	0,000	0,000	0,011	0,000
Итого:			6,465	4,166	10,631	9,441	44,965	311,604	0,165	2,115	0,338	0,383	0,666	244,245	243,339	45,765	1,180	0,001
Ужин 1																		
7021	Тефтели мясные с соусом собственного производства	80	5,352	1,456	6,808	9,064	9,488	142,080	0,040	2,560	0,032	0,072	0,360	24,080	81,872	13,208	1,104	0,016
8007	Капуста тушеная	120	0,996	1,860	2,856	5,136	11,772	103,440	0,048	56,496	0,036	0,072	0,312	66,624	53,952	26,280	0,984	0,008
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			6,348	4,916	11,264	14,400	41,060	333,020	0,120	59,056	0,068	0,176	0,972	111,604	153,264	49,668	2,528	0,024
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,705	21,476	65,181	67,844	209,299	1745,921	1,172	107,664	1,298	2,485	7,034	821,961	1111,896	230,630	16,292	0,087

День: 10 Пятница
Неделя: 2-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4034	Каша жидкая на молоке (пшено)	150	3,990	2,655	6,645	8,700	25,350	206,820	0,120	0,795	0,045	0,180	0,120	167,985	175,080	37,740	0,780	0,003
10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,195	0,180	3,375	3,360	15,375	105,345	0,045	1,350	0,015	0,150	0,000	128,700	100,950	17,400	0,255	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		7,235	6,035	13,270	20,710	60,445	482,165	0,229	2,145	0,064	0,364	0,820	307,085	312,730	68,340	1,855	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Груша свежая	100	0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	29,000	16,000	17,400	2,300	0,010
Обед																		
1039	Винегрет овощной	40	0,000	0,656	0,656	4,072	3,304	52,704	0,024	3,548	0,000	0,016	1,820	9,176	17,928	8,472	0,324	0,002
2041	Суп крестьянский с крупой	150	0,345	1,260	1,605	3,615	8,445	71,595	0,030	17,070	0,000	0,030	1,545	27,540	45,630	15,000	0,540	0,003
7069- 7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые собственного производства	70	10,241	0,966	11,207	11,914	7,084	180,670	0,063	1,148	0,042	0,112	0,329	34,790	108,822	14,308	0,861	0,006
8019	Картофель в молоке	120	1,464	1,296	2,760	3,420	15,276	115,200	0,096	12,732	0,024	0,096	0,108	115,200	78,576	23,916	0,744	0,000
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		12,050	7,848	19,898	23,441	69,379	578,269	0,340	36,004	0,066	1,806	4,442	227,886	313,462	92,096	5,009	0,010
Полдник																		
13004	Булочка "Городская" собственного производства	80	5,288	2,040	7,328	6,160	38,400	238,664	0,088	0,320	0,040	0,096	0,904	120,720	88,296	12,992	0,888	0,000
10058	Отвар шиповника	150	0,000	0,450	0,450	0,000	14,550	58,680	0,000	132,000	0,000	0,075	0,210	7,440	2,100	2,100	3,000	0,000
	Итого:		5,288	2,490	7,778	6,160	52,950	297,344	0,088	132,320	0,040	0,171	1,114	128,160	90,396	15,092	3,888	0,000
Ужин 1																		
3013	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами	160	1,408	10,576	11,984	21,712	9,920	312,880	0,112	5,216	0,224	0,080	0,416	22,784	68,576	28,256	0,896	0,000
10061	Йогурт или биойогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,240	0,000	2,240	2,560	3,760	75,520	0,000	0,024	0,000	0,000	0,000	7,688	2,304	2,632	0,232	0,000
10033	Чай с молоком	150	1,050	0,105	1,155	1,215	9,315	52,815	0,015	0,900	0,015	0,045	0,000	47,700	38,070	7,560	0,330	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		4,698	12,281	16,979	25,687	32,815	488,815	0,159	6,140	0,239	0,137	0,716	82,772	126,350	45,048	1,858	0,000
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		29,271	29,054	58,325	76,298	225,889	1893,593	0,836	181,609	0,409	2,508	7,492	774,903	858,938	237,976	14,910	0,023

День: 11 Понедельник
Неделя: 3-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
4026	Вермишель отварная в молоке жидкая	150	3,495	1,350	4,845	5,460	14,880	129,840	0,060	1,500	0,030	0,180	0,195	149,940	121,065	18,945	0,210	0,001
10032	Чай с лимоном	150/5	0,000	0,150	0,150	0,045	0,045	3,000	0,060	1,500	0,000	0,030	0,000	60,120	33,150	18,075	1,335	0,000
14007	Джем (повидло, варенье)	30	0,000	0,150	0,150	0,000	21,450	82,800	0,144	0,621	0,000	0,135	3,600	0,000	0,000	0,144	0,000	0,002
13002	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		3,495	3,250	6,745	5,705	46,195	263,240	0,296	3,621	0,030	0,357	4,095	214,660	171,615	43,764	1,945	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Апельсин свежий	100	0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	34,000	23,000	13,000	0,300	0,000
	Итого:		0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	44,000	23,000	18,400	0,300	0,010
Обед																		
1064	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,000	0,556	0,556	4,032	3,268	51,560	0,008	3,716	0,000	0,016	1,796	14,480	16,200	8,216	0,524	0,003
2011.1	Суп картофельный на мясном бульоне	150	5,535	1,500	7,035	3,030	11,700	100,785	0,090	10,755	0,030	0,195	0,120	16,245	101,385	24,270	1,545	0,002
7014	Гуляш из мяса отварного	60	10,686	0,408	11,094	8,358	2,442	128,550	0,030	1,824	0,030	0,132	0,252	17,496	93,606	15,708	1,062	0,005
8001	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,939	1,485	6,424	4,400	29,040	181,214	0,220	0,000	0,022	0,110	0,440	11,572	152,273	101,706	3,421	0,004
10012 - 10014	Кисель из ягод свежемороженных	150	0,000	0,150	0,150	0,030	13,905	56,730	0,000	30,000	0,000	0,000	1,605	8,250	4,950	4,650	0,195	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		21,160	7,019	28,179	20,270	78,375	606,439	0,460	46,301	0,082	0,505	4,853	77,723	406,920	168,450	7,637	0,015
Полдник																		
6003	Суфле творожное запеченное	50	6,000	0,350	6,350	4,095	5,835	86,785	0,020	0,195	0,015	0,110	0,135	61,290	82,495	8,865	0,275	0,001
90011	Соус сладкий(из джема,варенья или повидла)	30	0,000	0,024	0,024	0,000	7,692	30,441	0,000	0,090	0,000	0,000	0,012	1,785	2,499	0,300	0,081	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		13,500	1,974	15,474	9,095	36,097	295,326	0,097	1,185	0,315	0,347	0,447	246,175	238,894	36,765	0,906	0,001
Ужин 1																		
5001.1	Омлет натуральный, запеченный	130	13,572	0,000	13,572	14,612	2,535	195,923	0,078	0,234	0,260	0,481	0,611	102,323	223,431	17,238	2,496	0,005
13016	Булочка домашняя	80	1,584	4,416	6,000	10,560	48,720	315,200	0,048	0,112	0,016	0,056	0,768	27,368	50,704	7,864	0,488	0,000
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		15,156	5,736	20,892	25,392	69,435	591,023	0,206	0,352	0,276	0,597	1,719	151,071	295,281	35,982	3,514	0,005
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		53,311	18,879	72,190	60,662	238,202	1799,028	1,099	111,459	0,703	1,836	11,314	733,629	1135,710	303,361	14,302	0,034

День: 12 Вторник
Неделя: 3-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4029	Каша жидкая на молоке "Дружба"	150	3,405	1,395	4,785	7,635	20,355	169,740	0,060	0,675	0,045	0,150	0,105	140,805	132,240	25,815	0,420	0,003
10053.1	Какао с молоком	150	2,175	0,285	2,460	2,580	11,130	78,390	0,030	0,600	0,030	0,120	0,015	95,025	92,070	26,445	0,930	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		5,630	4,880	10,495	18,865	51,205	418,130	0,154	1,275	0,079	0,304	0,820	246,230	261,010	65,460	2,170	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Яблоко свежее	100	0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	26,000	11,000	14,400	2,200	0,010
Обед																		
1017	Салат из моркови с маслом растительным (с сахаром)	40	0,000	0,472	0,472	2,832	3,524	41,972	0,016	1,380	0,000	0,020	1,376	9,864	18,620	12,376	0,220	0,000
2003	Щи из капусты свежей с картофелем	150	0,285	0,870	1,155	3,045	5,265	51,780	0,030	16,950	0,015	0,030	0,120	24,150	28,185	11,970	0,435	0,008
7007	Тефтели рыбные с соусом собственного производства	70	5,901	0,987	6,888	5,565	7,210	109,963	0,035	1,295	0,028	0,070	0,350	35,791	96,257	14,777	0,448	0,004
8005	Пюре картофельное	120	0,336	2,280	2,616	3,960	17,088	114,684	0,108	14,988	0,024	0,084	0,144	36,732	72,924	25,224	0,864	0,005
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		6,522	8,279	14,801	15,822	68,357	476,499	0,316	36,119	0,067	1,756	2,630	147,717	278,492	94,747	4,507	0,017
Полдник																		
4007	Макароны, запеченные с сыром	110	2,464	4,312	6,776	7,370	26,950	201,971	0,066	0,077	0,055	0,055	0,671	107,008	89,540	10,098	0,748	0,005
10031	Чай (фиточай) с сахаром	150	0,000	0,000	0,000	0,000	7,485	29,925	0,000	0,000	0,000	0,015	0,000	12,225	0,030	2,685	0,030	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		2,464	5,912	8,376	7,570	44,255	279,496	0,098	0,077	0,055	0,082	0,971	123,833	106,970	19,383	1,178	0,005
Ужин 1																		
6005	Сырники из творога запеченные собственного производства	75	12,555	1,118	13,673	7,793	16,883	195,000	0,045	0,338	0,015	0,203	0,323	115,335	163,718	17,610	0,503	0,001
9009	Соус абрикосовый	20	0,000	0,114	0,114	0,006	13,122	53,000	0,002	0,088	0,000	0,004	0,000	3,880	3,200	2,310	0,106	0,000
10061	Йогурт или биойогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,800	0,000	2,800	3,200	4,700	94,400	0,000	0,030	0,000	0,000	0,000	9,610	2,880	3,290	0,290	0,000
10033	Чай с молоком	200	1,400	0,140	1,540	1,620	12,420	70,420	0,020	1,200	0,020	0,060	0,000	63,600	50,760	10,080	0,440	0,000
13002	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		16,755	2,972	19,727	12,819	56,945	460,420	0,099	1,656	0,035	0,279	0,623	197,025	237,958	39,890	1,739	0,001
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		31,371	22,443	53,799	55,476	230,562	1681,545	0,667	49,127	0,236	2,441	5,244	740,805	895,430	233,880	11,794	0,036

День: 13 Среда
Неделя: 3-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
4030.1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	4,680	2,145	6,825	9,375	25,005	212,130	0,135	0,795	0,045	0,195	0,420	173,790	197,025	48,360	0,990	0,001
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
10052.1	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,100	0,180	2,280	3,030	15,450	98,190	0,030	1,050	0,030	0,120	0,000	99,000	79,350	22,500	0,090	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		6,830	5,525	12,355	21,055	60,175	480,320	0,229	1,845	0,079	0,349	1,120	283,190	313,075	84,060	1,900	0,001
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Груша свежая	100	0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	29,000	16,000	17,400	2,300	0,010
Обед																		
1030	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	40	0,000	0,260	0,260	4,832	0,696	47,220	0,008	3,064	0,000	0,004	2,152	7,332	11,108	5,288	0,184	0,001
2007	Рассольник ленинградский	150	0,405	1,110	1,515	3,165	10,140	74,685	0,060	9,765	0,015	0,045	0,180	18,495	44,910	16,410	0,570	0,002
7069- 7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые собственного производства	70	10,241	0,966	11,207	11,914	7,084	180,670	0,063	1,148	0,042	0,112	0,329	34,790	108,822	14,308	0,861	0,006
3001	Рагу из овощей	120	0,012	2,160	2,172	4,728	12,600	101,640	0,060	21,540	0,000	0,036	1,908	32,652	58,920	26,820	0,732	0,002
10005- 10007	Компот из плодов свежих	150	0,000	0,405	0,405	0,105	12,540	52,725	0,285	4,005	0,000	0,000	0,090	9,660	7,650	4,635	0,495	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		10,658	7,821	18,479	25,164	61,080	544,540	0,588	39,528	0,057	0,249	5,299	112,609	269,916	81,361	3,732	0,011
Полдник																		
13008	Булочка сдобная собственного производства	90	1,359	5,571	6,930	6,840	50,256	290,304	0,117	0,360	0,036	0,081	0,864	45,720	80,370	12,960	0,801	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
	Итого:		8,859	5,571	14,430	11,640	63,006	420,804	0,162	1,260	0,336	0,306	0,864	224,220	216,870	33,960	0,951	0,000
Ужин 1																		
7045	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	80	13,112	0,920	14,032	6,528	5,904	138,408	0,056	0,000	0,000	0,120	0,328	10,432	139,304	18,168	2,048	0,027
8006	Картофель отварной	120	0,132	2,244	2,376	5,424	18,612	132,996	0,120	17,040	0,036	0,072	0,180	17,028	65,028	25,980	0,972	0,012
10058	Отвар шиповника	200	0,000	0,600	0,600	0,000	19,400	78,240	0,000	176,000	0,000	0,100	0,280	9,920	2,800	2,800	4,000	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		13,244	5,364	18,608	12,152	53,736	397,244	0,208	193,040	0,036	0,304	1,088	41,980	224,532	53,548	7,420	0,039
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		39,591	24,681	64,272	70,311	248,297	1889,908	1,207	240,673	0,508	1,238	8,771	690,999	1040,393	270,329	16,303	0,062

День: 14 Четверг
Неделя: 3-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
5004	Омлет с сыром запеченный	150	17,715	0,000	17,715	22,680	2,490	285,975	0,090	0,345	0,330	0,540	0,735	259,500	312,750	23,340	2,685	0,000
10032	Чай с лимоном	150/5	0,000	0,150	0,150	0,045	0,045	3,000	0,060	1,500	0,000	0,030	0,000	60,120	33,150	18,075	1,335	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
14007	Джем (повидло, варенье)	30	0,000	0,150	0,150	0,000	21,450	82,800	0,144	0,621	0,000	0,135	3,600	0,000	0,000	0,144	0,000	0,002
	Итого:		17,715	1,900	19,615	22,925	33,805	419,375	0,326	2,466	0,330	0,717	4,635	324,220	363,300	48,159	4,420	0,002
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Мандарин свежий	100	0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	35,000	17,000	11,000	0,100	0,000
	Итого:		0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	45,000	17,000	16,400	0,100	0,010
Обед																		
1083	Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с маслом растительным	40	0,000	0,344	0,344	4,076	3,184	51,432	0,012	2,240	0,000	0,016	1,876	8,224	12,900	8,780	0,440	0,001
2001,2	Борщ с капустой и картофелем на бульоне из мяса птицы	150	3,555	1,350	4,905	6,150	7,830	104,595	0,030	12,570	0,030	0,045	0,225	30,135	69,405	19,695	1,185	0,002
7053	Филе птицы (цыплят), тушенное в соусе томатном	60	7,032	0,366	7,398	6,684	2,838	100,902	0,036	1,944	0,018	0,060	0,186	8,568	67,428	9,816	0,696	0,002
8004	Изделия макаронные группы А отварные	110	0,253	3,806	4,059	5,016	25,872	164,945	0,066	0,000	0,033	0,022	0,605	11,671	33,737	6,105	0,627	0,036
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		10,840	9,536	20,376	22,346	74,994	579,974	0,271	18,260	0,081	1,695	3,532	99,778	245,976	74,796	5,488	0,041
Полдник																		
4004	Каша жидкая на молоке (гречневая)	150	3,375	4,605	7,980	7,935	30,435	225,285	0,180	0,690	0,045	0,225	0,330	147,105	212,010	88,050	2,565	0,000
10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,195	0,180	3,375	3,360	15,375	105,345	0,045	1,350	0,015	0,150	0,000	128,700	100,950	17,400	0,255	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		6,570	6,385	12,955	11,495	55,630	378,230	0,257	2,040	0,060	0,387	0,630	280,405	330,360	112,050	3,220	0,000
Ужин 1																		
7041	Тефтели мясные с рисом паровые собственного производства	80	11,832	0,648	12,480	10,112	6,096	162,896	0,040	0,880	0,022	0,176	0,952	14,208	140,240	18,752	1,976	0,000
3001	Рагу из овощей	120	0,012	2,160	2,172	4,728	12,600	101,640	0,060	21,540	0,000	0,036	1,908	32,652	58,920	26,820	0,732	0,003
10012 - 10014	Кисель из ягод свежемороженных	180	0,000	0,180	0,180	0,036	16,686	68,076	0,000	36,000	0,000	0,000	1,926	9,900	5,940	5,580	0,234	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	0,000	2,640	2,640	0,440	16,400	80,000	0,160	0,012	0,000	0,080	0,680	10,160	42,212	14,600	0,980	0,000
	Итого:		11,844	5,628	17,472	15,316	51,782	412,612	0,260	58,432	0,022	0,292	5,466	66,920	247,312	65,752	3,922	0,003
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		46,969	24,249	71,218	72,282	223,711	1828,191	1,174	119,198	0,493	3,121	14,463	816,323	1203,948	317,157	17,150	0,056

День: 15 Пятница
Неделя: 3-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4035	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	150	4,290	3,000	7,290	8,295	31,275	229,515	0,120	0,795	0,045	0,210	0,555	173,775	204,060	36,570	1,575	0,019
10033	Чай с молоком	150	1,050	0,105	1,155	1,215	9,315	52,815	0,015	0,900	0,015	0,045	0,000	47,700	38,070	7,560	0,330	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		5,390	6,305	11,695	18,160	60,310	452,330	0,199	1,695	0,064	0,289	1,255	231,875	278,830	57,330	2,725	0,019
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Яблоко свежее	100	0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	26,000	11,000	14,400	2,200	0,010
Обед																		
1047-1047.1	Салат из редиса (из дайкона) с маслом растительным	40	0,508	0,324	0,832	5,712	0,764	57,792	0,216	8,280	0,032	0,068	2,876	10,328	15,384	0,780	0,284	0,000
2041	Суп крестьянский с крупой	150	0,345	1,260	1,605	3,615	8,445	71,595	0,030	17,070	0,000	0,030	1,545	27,540	45,630	15,000	0,540	0,005
7037	Суфле паровое из рыбы (филе) отварной	60	10,548	0,114	10,662	5,394	2,562	108,414	0,030	0,864	0,054	0,120	0,348	40,968	150,318	20,262	0,672	0,000
8002	Рис отварной	110	0,143	2,596	2,739	4,928	28,699	170,082	0,033	0,000	0,033	0,022	0,209	4,774	59,334	19,426	0,407	0,011
10002- 10004	Компот из плодов быстрозамороженных	150	0,000	0,135	0,135	0,000	12,945	52,320	0,000	28,200	0,000	0,000	0,090	5,310	4,650	4,365	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		11,544	7,349	18,893	20,069	71,435	547,803	0,421	54,420	0,119	0,292	5,708	98,600	313,822	73,733	2,943	0,016
Полдник																		
6005	Сырники из творога запеченные собственного производства	70	11,718	1,043	12,761	7,273	15,757	182,000	0,042	0,315	0,014	0,189	0,301	107,646	152,803	16,436	0,469	0,001
9005	Соус сметанный	20	0,526	0,106	0,632	3,838	1,418	43,180	0,008	0,080	0,024	0,022	0,088	17,960	13,540	2,240	0,062	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		19,744	2,749	22,493	16,111	39,745	403,280	0,127	1,295	0,338	0,448	0,689	308,706	320,243	46,276	1,081	0,002
Ужин 1																		
7011	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	12,064	3,472	15,536	23,776	39,872	266,192	0,160	22,256	0,032	0,176	0,496	39,872	174,960	48,640	2,048	0,039
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	0,000	2,640	2,640	0,440	16,400	80,000	0,160	0,012	0,000	0,080	0,680	10,160	42,212	14,600	0,980	0,000
	Итого:		12,064	6,112	18,176	24,216	66,252	386,092	0,320	22,268	0,032	0,276	1,176	66,332	217,212	66,820	3,068	0,039
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		48,742	22,915	71,657	78,956	247,542	1836,505	1,067	89,678	0,553	1,325	9,028	731,513	1141,107	258,559	12,017	0,086

День: 16 Понедельник
Неделя: 4-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
5003	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	1шт/52	6,604	0,000	6,604	5,980	0,364	81,640	0,036	0,000	0,130	0,229	0,312	28,600	99,840	6,240	1,300	0,012
4034	Каша жидкая на молоке (пшено)	150	3,990	2,655	6,645	8,700	25,350	206,820	0,120	0,795	0,045	0,180	0,120	167,985	175,080	37,740	0,780	0,003
10052,1	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,100	0,180	2,280	3,030	15,450	98,190	0,030	1,050	0,030	0,120	0,000	99,000	79,350	22,500	0,090	0,000
13002	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		12,694	4,435	17,129	17,910	50,984	434,250	0,218	1,845	0,205	0,541	0,732	300,185	371,670	73,080	2,570	0,015
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Апельсин свежий	100	0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	34,000	23,000	13,000	0,300	0,000
	Итого:		0,000	0,900	0,900	0,200	8,100	43,000	0,040	60,000	0,000	0,030	0,200	44,000	23,000	18,400	0,300	0,010
Обед																		
1017	Салат из моркови с маслом растительным (с сахаром)	40	0,000	0,472	0,472	2,832	3,524	41,972	0,016	1,380	0,000	0,020	1,376	9,864	18,620	12,376	0,220	0,000
2020,1	Суп вермишелевый на бульоне из мяса птицы	150	5,745	1,500	7,245	7,455	9,900	133,710	0,030	1,230	0,030	0,030	0,345	13,200	76,050	12,735	1,095	0,002
7025 - 7026	Рагу из птицы	160	13,184	2,048	15,232	14,256	15,120	247,296	0,144	14,432	0,048	0,160	0,448	33,632	173,296	38,560	1,920	0,013
10005- 10007	Компот из плодов свежих	150	0,000	0,405	0,405	0,105	12,540	52,725	0,285	4,005	0,000	0,000	0,090	9,660	7,650	4,635	0,495	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		18,929	7,345	26,274	25,068	59,104	563,303	0,587	21,053	0,078	0,262	2,899	76,036	314,122	82,206	4,620	0,015
Полдник																		
13005.1	Булочка "Любимая" собственного производства	75	1,860	4,778	6,638	5,535	38,445	230,250	0,090	0,315	0,053	0,104	0,900	43,643	82,013	12,263	0,855	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
	Итого:		9,360	4,778	14,138	10,335	51,195	360,750	0,135	1,215	0,353	0,329	0,900	222,143	218,513	33,263	1,005	0,000
Ужин 1																		
4007	Макароны, запеченные с сыром	160	3,584	6,272	9,856	10,720	39,200	293,776	0,096	0,112	0,080	0,080	0,976	155,648	130,240	14,688	1,088	0,008
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		3,584	9,472	13,056	11,120	68,820	428,876	0,160	0,112	0,080	0,124	1,576	181,148	165,080	31,468	1,928	0,008
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		44,567	26,930	71,497	64,633	238,203	1830,179	1,140	84,225	0,716	1,285	6,307	823,512	1092,385	238,417	10,423	0,048

День: 17 Вторник
Неделя: 4-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
6003	Суфле творожное запеченное	150	18,000	1,050	19,050	12,285	17,505	260,355	0,060	0,585	0,045	0,330	0,405	183,870	247,485	26,595	0,825	0,003
9007	Соус молочный (сладкий)	20	0,440	0,088	0,528	1,150	3,260	25,604	0,030	1,500	0,006	0,024	0,022	18,572	14,572	2,502	0,040	0,000
10053,1	Какао с молоком	150	2,175	0,285	2,460	2,580	11,130	78,390	0,030	0,600	0,030	0,120	0,015	95,025	92,070	26,445	0,930	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			20,665	3,023	23,688	24,465	41,795	486,749	0,152	2,685	0,085	0,496	0,842	303,267	373,427	62,142	2,215	0,003
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Груша свежая	100	0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,000
Итого:			0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	29,000	16,000	17,400	2,300	0,010
Обед																		
1064	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,000	0,556	0,556	4,032	3,268	51,560	0,008	3,716	0,000	0,016	1,796	14,480	16,200	8,216	0,524	0,003
2007	Рассольник ленинградский	150	0,405	1,110	1,515	3,165	10,140	74,685	0,060	9,765	0,015	0,045	0,180	18,495	44,910	16,410	0,570	0,002
7076	Котлеты рыбные любительские	70	8,715	0,854	9,569	3,353	4,529	91,042	0,042	1,799	0,042	0,112	0,392	33,411	137,095	22,596	0,770	0,003
8005	Пюре картофельное	120	0,336	2,280	2,616	3,960	17,088	114,684	0,108	14,988	0,024	0,084	0,144	36,732	72,924	25,224	0,864	0,005
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002,1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
Итого:			9,456	8,470	17,926	14,930	70,295	490,071	0,345	31,774	0,081	1,809	3,152	144,298	333,635	102,846	5,268	0,013
Полдник																		
13007	Булочка с изюмом собственного производства "Веснушка"	80	1,936	5,336	7,272	5,392	41,328	242,632	0,096	0,368	0,048	0,112	0,968	50,160	102,080	16,400	0,984	0,001
10061	Йогурт или биойогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,800	0,000	2,800	3,200	4,700	94,400	0,000	0,030	0,000	0,000	0,000	9,610	2,880	3,290	0,290	0,000
10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,195	0,180	3,375	3,360	15,375	105,345	0,045	1,350	0,015	0,150	0,000	128,700	100,950	17,400	0,255	0,000
Итого:			7,931	5,516	13,447	11,952	61,403	442,377	0,141	1,748	0,063	0,262	0,968	188,470	205,910	37,090	1,529	0,001
Ужин 1																		
7020	Биточки мясные рубленные паровые собственного производства	70	11,410	0,931	12,341	9,919	5,957	162,288	0,049	0,000	0,000	0,098	0,378	10,521	123,809	15,358	1,813	0,006
3017	Свекла тушеная	120	0,264	1,872	2,136	4,176	11,304	91,476	0,000	12,432	0,024	0,060	0,180	56,316	60,336	28,260	1,776	0,000
10058	Отвар шиповника	200	0,000	0,600	0,600	0,000	19,400	78,240	0,000	176,000	0,000	0,100	0,280	9,920	2,800	2,800	4,000	0,000
13003,1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
Итого:			11,674	4,723	16,397	14,315	44,861	372,004	0,129	188,438	0,024	0,298	1,178	81,837	208,051	53,718	8,079	0,006
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			49,726	22,132	71,858	65,962	228,654	1838,201	0,787	229,645	0,253	2,895	6,540	746,872	1137,023	273,196	19,391	0,034

День: 18 Среда
Неделя: 4-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4019	Каша жидкая на молоке (манная)	150	3,990	2,370	6,360	8,175	27,045	207,735	0,060	0,795	0,045	0,180	0,390	166,395	140,895	22,725	0,390	0,004
10031	Чай (фиточай) с сахаром	150	0,000	0,000	0,000	0,000	7,485	29,925	0,000	0,000	0,000	0,015	0,000	12,225	0,030	2,685	0,030	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
	Итого:		4,040	5,570	9,610	16,825	54,250	407,660	0,124	0,795	0,049	0,229	1,090	189,020	177,625	38,610	1,240	0,004
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Мандарин свежий	100	0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	35,000	17,000	11,000	0,100	0,000
	Итого:		0,000	0,800	0,800	0,200	7,500	38,000	0,060	38,000	0,000	0,030	0,200	45,000	17,000	16,400	0,100	0,010
Обед																		
1030	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	40	0,000	0,260	0,260	4,832	0,696	47,220	0,008	3,064	0,000	0,004	2,152	7,332	11,108	5,288	0,184	0,000
2038.1	Суп-пюре из гороха на мясном бульоне	150	10,245	3,450	13,695	5,280	12,000	149,025	0,195	3,315	0,045	0,285	0,225	31,620	146,790	31,185	2,925	0,000
2025	Сухарики из хлеба пшеничного	10	0,000	1,087	1,087	0,114	7,036	33,605	0,016	0,000	0,000	0,004	0,157	2,860	9,295	2,002	0,157	0,000
7052	Голубцы ленивые с отварным мясом собственного производства	160	11,040	3,728	14,768	10,976	15,376	220,816	0,080	52,608	0,032	0,192	1,088	73,136	177,152	40,752	2,640	0,000
10008- 10010	Компот из плодов сухих	150	0,000	0,930	0,930	0,060	18,090	76,620	0,015	0,720	0,000	0,030	0,000	35,700	26,280	20,400	0,585	0,365
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		21,285	12,375	33,660	21,682	71,218	614,886	0,426	59,713	0,077	0,567	4,262	160,328	409,131	113,527	7,381	0,365
Полдник																		
6005	Сырники из творога запеченные собственного производства	50	8,370	0,745	9,115	5,195	11,255	130,000	0,030	0,225	0,010	0,135	0,215	76,890	109,145	11,740	0,335	0,001
14007	Джем (повидло, варенье)	20	0,000	0,100	0,100	0,000	14,300	55,200	0,096	0,414	0,000	0,090	2,400	0,000	0,000	0,096	0,000	0,001
10060	Йогурт или биоЙогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		15,870	2,445	18,315	10,195	48,125	363,300	0,203	1,539	0,310	0,462	2,915	259,990	263,045	39,436	0,885	0,002
Ужин 1																		
7027	Суфле из отварной птицы (цыплята)	70	11,298	0,224	11,522	12,271	2,674	167,440	0,056	1,078	0,077	0,168	0,287	44,247	125,881	14,280	1,029	0,012
8010	Картофель тушеный с луком	120	0,024	2,376	2,400	6,816	18,120	136,380	0,120	17,196	0,024	0,072	1,260	24,672	70,860	26,064	1,056	0,029
10012 - 10014	Кисель из ягод свежемороженных	200	0,000	0,200	0,200	0,040	18,540	75,680	0,000	40,000	0,000	0,000	2,140	11,000	6,600	6,200	0,260	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		11,322	4,400	15,722	19,327	49,154	427,100	0,208	58,274	0,101	0,252	3,987	84,519	220,741	53,144	2,745	0,042
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		52,517	25,590	78,107	68,229	230,247	1850,946	1,021	158,321	0,537	1,540	12,454	738,857	1087,542	261,117	12,351	0,423

День: 19 Четверг
Неделя: 4-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
5004	Омлет с сыром запеченый	160	18,896	0,000	18,896	24,192	2,656	305,040	0,096	0,368	0,352	0,576	0,784	276,800	333,600	24,896	2,864	0,000
10052.1	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,100	0,180	2,280	3,030	15,450	98,190	0,030	1,050	0,030	0,120	0,000	99,000	79,350	22,500	0,090	0,000
10061	Йогурт или биоЙогурт вязкий в индивидуальной упаковке	80-120	2,800	0,000	2,800	3,200	4,700	94,400	0,000	0,030	0,000	0,000	0,000	9,610	2,880	3,290	0,290	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		23,796	1,780	25,576	30,622	32,626	545,230	0,158	1,448	0,382	0,708	1,084	390,010	433,230	57,286	3,644	0,000
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Яблоко свежее	100	0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,000
	Итого:		0,000	0,400	0,400	0,400	9,800	47,000	0,000	10,000	0,000	0,020	0,200	26,000	11,000	14,400	2,200	0,010
Обед																		
1083	Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с маслом растительным	40	0,000	0,344	0,344	4,076	3,184	51,432	0,012	2,240	0,000	0,016	1,876	8,224	12,900	8,780	0,440	0,001
2001	Борщ с капустой и картофелем	150	0,150	1,035	1,185	3,030	7,470	60,510	0,030	12,315	0,015	0,030	0,150	25,905	31,620	14,595	0,675	0,012
7018	Суфле из печени	60	10,236	0,384	10,620	4,650	6,060	109,050	0,162	16,542	0,528	1,146	0,558	31,782	188,094	12,864	3,660	0,003
8004	Изделия макаронные группы А отварные	110	0,253	3,806	4,059	5,016	25,872	164,945	0,066	0,000	0,033	0,022	0,605	11,671	33,737	6,105	0,627	0,036
10005- 10007	Компот из плодов свежих	150	0,000	0,405	0,405	0,105	12,540	52,725	0,285	4,005	0,000	0,000	0,090	9,660	7,650	4,635	0,495	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
	Итого:		10,639	8,894	19,533	17,297	73,146	526,262	0,667	35,108	0,576	1,266	3,919	96,922	312,507	60,879	6,787	0,051
Полдник																		
13036	Оладьи	90	2,538	4,977	7,515	5,562	35,460	221,958	0,144	0,630	0,045	0,153	0,756	75,690	119,700	29,070	1,197	0,002
9008	Соус клюквенный	20	0,000	0,012	0,012	0,004	2,950	12,126	0,000	0,360	0,000	0,000	0,024	0,648	0,726	0,360	0,014	0,000
10060	Кефир	150	4,350	0,000	4,350	4,800	6,000	88,500	0,045	1,050	0,300	0,255	0,000	180,000	142,500	21,000	0,150	0,000
14008	Сахар в индивидуальной упаковке	5	0,000	0,000	0,000	0,000	4,990	19,950	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,198	0,000	0,000	0,011	0,000
	Итого:		6,888	4,989	11,877	10,366	49,400	342,534	0,189	2,040	0,345	0,408	0,780	256,536	262,926	50,430	1,372	0,002
Ужин 1																		
7011	Запеканка картофельная с мясом отварным	180	13,572	3,906	17,478	26,748	44,856	299,466	0,180	25,038	0,036	0,198	0,558	44,856	196,830	54,720	2,304	0,044
10031	Чай (фиточай) с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	16,300	0,040	3,580	0,040	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
	Итого:		13,572	5,506	19,078	26,948	64,656	386,966	0,212	25,038	0,036	0,230	0,858	65,756	214,270	64,900	2,744	0,044
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		54,895	21,569	76,464	85,633	229,628	1847,992	1,226	73,634	1,339	2,632	6,841	835,224	1233,933	247,895	16,747	0,107

День: 20 Пятница
Неделя: 4-ая Неделя
Сезон: Ноябрь-март
Возрастная категория: 1,5 - 3 года

№ Рец,	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества г					Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б (жив.)	Б (раст.)	Б (итог.)	Ж	У		В1	С	А	В2	Е	Са	Р	Mg	Fe	I
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак 1																		
9001.1	Масло сладкосливочное в порционной упаковке	10	0,050	0,000	0,050	8,250	0,080	74,800	0,000	0,000	0,004	0,010	0,100	1,200	1,900	0,000	0,020	0,000
4035	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	150	4,290	3,000	7,290	8,295	31,275	229,515	0,120	0,795	0,045	0,210	0,555	173,775	204,060	36,570	1,575	0,019
10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,195	0,180	3,375	3,360	15,375	105,345	0,045	1,350	0,015	0,150	0,000	128,700	100,950	17,400	0,255	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	40	0,000	3,200	3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,000	0,000	0,024	0,600	9,200	34,800	13,200	0,800	0,000
Итого:			7,535	6,380	13,915	20,305	66,370	504,860	0,229	2,145	0,064	0,394	1,255	312,875	341,710	67,170	2,650	0,019
Завтрак 2																		
	Вода питьевая	200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	10,000	0,000	5,400	0,000	0,010
11001	Груша свежая	100	0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,000
Итого:			0,000	0,400	0,400	0,300	10,300	47,000	0,020	5,000	0,000	0,030	0,400	29,000	16,000	17,400	2,300	0,010
Обед																		
1039	Винегрет овощной	40	0,000	0,656	0,656	4,072	3,304	52,704	0,024	3,548	0,000	0,016	1,820	9,176	17,928	8,472	0,324	0,002
2041	Суп крестьянский с крупой	150	0,345	1,260	1,605	3,615	8,445	71,595	0,030	17,070	0,000	0,030	1,545	27,540	45,630	15,000	0,540	0,003
7069- 7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые собственного производства	70	10,241	0,966	11,207	11,914	7,084	180,670	0,063	1,148	0,042	0,112	0,329	34,790	108,822	14,308	0,861	0,006
8019	Картофель в молоке	120	1,464	1,296	2,760	3,420	15,276	115,200	0,096	12,732	0,024	0,096	0,108	115,200	78,576	23,916	0,744	0,000
10054	Сок фруктовый для питания детей раннего возраста	150	0,000	0,750	0,750	0,000	17,250	70,500	0,015	1,500	0,000	1,500	0,000	31,500	24,000	16,500	1,650	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	20	0,000	1,320	1,320	0,220	8,200	40,000	0,080	0,006	0,000	0,040	0,340	5,080	21,106	7,300	0,490	0,000
Итого:			12,050	7,848	19,898	23,441	69,379	578,269	0,340	36,004	0,066	1,806	4,442	227,886	313,462	92,096	5,009	0,010
Полдник																		
6006	Лапшевник с творогом запеченный	50	2,350	1,465	3,815	3,650	5,150	69,460	0,015	0,090	0,015	0,060	0,150	31,375	45,650	5,390	0,235	0,000
9007	Соус молочный (сладкий)	20	0,440	0,088	0,528	1,150	3,260	25,604	0,030	1,500	0,006	0,024	0,022	18,572	14,572	2,502	0,040	0,000
10060	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	150	7,500	0,000	7,500	4,800	12,750	130,500	0,045	0,900	0,300	0,225	0,000	178,500	136,500	21,000	0,150	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			10,290	3,153	13,443	9,800	30,980	273,164	0,122	2,490	0,321	0,321	0,472	233,047	214,122	35,492	0,825	0,000
Ужин 1																		
7045	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	70	11,473	0,805	12,278	5,712	5,166	121,107	0,049	0,000	0,000	0,105	0,287	9,128	121,891	15,897	1,792	0,003
8002	Рис отварной	120	0,156	2,832	2,988	5,376	31,308	185,544	0,036	0,000	0,036	0,024	0,228	5,208	64,728	21,192	0,444	0,012
10058	Отвар шиповника	200	0,000	0,600	0,600	0,000	19,400	78,240	0,000	176,000	0,000	0,100	0,280	9,920	2,800	2,800	4,000	0,000
13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта	20	0,000	1,600	1,600	0,200	9,820	47,600	0,032	0,000	0,000	0,012	0,300	4,600	17,400	6,600	0,400	0,000
Итого:			11,629	5,837	17,466	11,288	65,694	432,491	0,117	176,000	0,036	0,241	1,095	28,856	206,819	46,489	6,636	0,015
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			41,504	23,618	65,122	65,134	242,723	1835,784	0,828	221,639	0,487	2,792	7,664	831,664	1092,113	258,647	17,420	0,054

Распределение плодов и ягод (2-й завтрак) по дням цикличного меню в дошкольных организациях (Варианты № 1 и 2).

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (ноябрь-март)

1.5-3 года

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко		X			X				X	
Груша			X				X			X
Мандарин				X				X		
Апельсин	X					X				

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (апрель)

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко			X			X			X	
Груша		X			X			X		X
Киви	X			X			X			

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (май)

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко	X			X		X			X	
Груша		X			X		X			X
Апельсин			X					X		

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (июнь)

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко	X			X		X			X	
Груша		X			X		X			X
Банан			X					X		

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (июль)

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко	Х			Х		Х			Х	
Груша		Х			Х		Х			Х
Абрикос			Х					Х		

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (август-сентябрь)

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко	Х					Х			Х	
Груша		Х			Х		Х			
Персик			Х					Х		
Нектарин				Х						Х

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню (октябрь)

Наименование плода	1/ 11	2/ 12	3/ 13	4/ 14	5/ 15	6/ 16	7/ 17	8/ 18	9/ 19	10/ 20
Яблоко	Х			Х		Х			Х	
Груша		Х			Х		Х			Х
Слива			Х					Х		

Сезонные замены салатов (после 1 марта)
(ясли, детские сады)
Варианты № 1 и 2

Заменяемый салат	Сезонный салат
Салат из моркови с растительным маслом (сахаром) 2-ой, 3-ий, 6-ой, 12-ый , 16-ый дни	Салат из отварной моркови с яблоками с растительным маслом (2-ой, 3-ий и 12-ый дни)
	Салат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом 6-ой и 16-ый дни)

Замены блюд при организации питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Вариант №1

1,5-3 лет

день	Прием пищи	Заменяемое блюдо	Вариант замены
День 10, 20	обед	Суп Крестьянский с крупой, 150 г	Суп – пюре из разных овощей, 150 г