

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

РЖД детским садом № 17

_____ Н.Н.Осминина

01.10.20 

Примерное десятидневное меню для детей

г. Вологда

Первый день														
Всего детей			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход	№ рец	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каша рисовая	155	184	Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
	молочная	200		Крупа рисовая	28,00	30,00	1,76	1,89	0,25	0,27	19,91	21,33	91,28	97,80
				Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
	Какао	150	397	Молоко свежее	100,00	100,00	2,80	2,80	3,50	3,50	4,50	4,50	62,00	62,00
	с молоком	180		Какао-кг	1,50	1,65	0,01	0,01	0,29	0,31	0,58	0,63	6,24	6,86
				Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	Булка с маслом			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ОБЕД	Суп щи со сметаной	150	83	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
		200		Мясо	30,00	40,00	3,60	4,80	0,78	1,04	0,00	0,00	50,40	67,20
				Картофель	70,00	80,00	0,91	1,04	0,00	0,00	9,80	11,20	43,40	49,60
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
				Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
				Капуста свежая	40,00	50,00	0,48	0,60	0,00	0,00	1,64	2,05	8,80	11,00
				Сметана	5,00	6,00	0,11	0,13	0,80	0,96	0,16	0,19	8,10	9,72
	Котлета из	50	272	Мясо	40,000	60,000	4,80	7,20	1,04	1,56	0,00	0,00	67,20	100,80
	говядины	70		Масло раст.	5,000	6,000	0,00	0,00	4,69	5,63	0,00	0,00	43,60	52,32
				Лук репчатый	5,000	6,000	0,12	0,14	0,00	0,00	0,39	0,46	2,05	2,46
ПОЛДНИК				Яйцо	0,13	0,13	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,20	0,20
				Батоны-шт	4,00	6,00	0,30	0,45	0,08	0,12	2,00	3,00	9,80	14,70
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Соус	15	348	Томат-паста	2,00	2,00	0,10	0,10	0,00	0,00	0,38	0,38	1,92	1,92
	томатный	30		Мука пшен.	4,000	8,00	0,36	0,73	0,03	0,06	2,82	5,63	13,32	26,64
	Макаронные изделия	100	331	Макар. изд.	40,00	40,00	3,72	3,72	0,32	0,32	28,36	28,36	134,40	134,40
		150		Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
	Компот	150	376	Изюм	16,00	24,00	0,21	0,31	0,00	0,00	9,94	14,90	41,44	62,16
		200		Сахарный песок	14,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64
	Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00
УЖИН	Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Йогурт	150	401	Йогурт	150,00	180,00	7,50	9,00	2,25	2,70	12,75	15,30	127,50	153,00
	Печенье	180		Печенье	18,00	26,00	1,35	1,95	2,12	3,07	9,14	13,21	75,06	108,42
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Омлет	100	214	Молоко свежее	100,000	120,000	2,80	3,36	3,50	4,20	4,50	5,40	62,00	74,40
		120		Яйцо	1,500	1,500	0,14	0,14	0,15	0,15	0,00	0,00	2,36	2,36
	зеленый горошек	40		Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10
		60		Масло раст.	2,000	3,000	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
ВСЕГО				Зеленый гор.-бан	40,000	60,000	1,68	2,52	0,00	0,00	5,08	7,62	27,60	41,40
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,000	40,000	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,27	0,45	0,05	0,09	0,00	0,00	0,02	0,03	0,29	0,49
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ВСЕГО						43,328	54,408	41,968	52,044	197,749	241,351	1463,526	1815,396	
Завтрак						10,54	12,00	14,99	17,38	59,32	68,63	419,64	484,50	
Обед						16,97	22,30	13,59	17,31	82,33	99,62	593,76	748,09	
Полдник						8,85	10,95	4,37	5,77	21,89	28,51	202,56	261,42	
Ужин						6,96	9,16	9,02	11,58	34,21	44,59	247,57	321,39	

Всего детей				второй день										
			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход	№ рец	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каша	150	184	Крупа пшено	26,00	30,00	2,60	3,00	0,57	0,66	17,00	19,62	85,80	99,00
	тишенная	200		Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
	молочная			Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Сахарный песок	4,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	4,78	15,16	18,95
	Кофейный	150	397	Молоко свежее	100,00	100,00	2,80	2,80	3,50	3,50	4,50	4,50	62,00	62,00
	напиток	180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	с молоком			Кофе-кг	1,28	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,57	5,58
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
	масло порциями		13	Масло слив.	6,00	7,00	0,06	0,07	4,35	5,08	0,08	0,10	39,72	46,34
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
ОБЕД	Суп гороховый	150	99	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,86	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
		200		Мясо	20,00	40,00	2,40	4,80	0,52	1,04	0,00	0,00	33,60	67,20
				Картофель	60,00	70,00	0,78	0,91	0,00	0,00	8,40	9,80	37,20	43,40
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
				Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
				Горох	10,00	20,00	1,93	3,86	0,22	0,44	4,98	9,96	30,40	60,80
	Запеканка	120	299	Мясо	50,00	60,00	6,00	7,20	1,30	1,56	0,00	0,00	84,00	100,80
	картофельная	155		Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,86	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
	с мясом			Картофель	180,0	200,0	2,34	2,60	0,00	0,00	25,20	28,00	111,60	124,00
				Лук репчатый	5,00	5,00	0,12	0,12	0,00	0,00	0,39	0,39	2,05	2,05
				Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10
				Яйцо	0,250	0,250	0,03	0,03	0,03	0,03	0,00	0,00	0,32	0,32
				Морковь	5,000	6,000	0,05	0,06	0,00	0,00	0,31	0,37	1,45	1,74
				Молоко свежее	20,000	30,000	0,56	0,84	0,70	1,05	0,90	1,35	12,40	18,60
	Огурцы свежие			Огурцы свежие	50,000	60,000	0,30	0,36	0,00	0,00	0,55	0,66	3,50	4,20
	Компот	150	373	Яблоки	18,000	20,000	0,04	0,04	0,00	0,00	1,80	2,00	7,56	8,40
	яблочно-брусничный	180		Ягоды св.	8,000	10,000	0,72	0,90	0,78	0,97	0,02	0,03	3,04	3,80
				Сахарный песок	12,000	14,000	0,00	0,00	0,00	0,00	11,46	13,37	45,48	53,06
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,000	40,000	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00
Соль			Соль	6,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
ПОЛДНИК	Сок		400	Сок	200,00	200,00	1,00	1,00	0,00	0,00	27,40	27,40	94,00	94,00
	Печенье			Печенье	20,00	30,00	1,50	2,25	2,36	3,54	10,16	15,24	83,40	125,10
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
УЖИН	Винегрет	120	449	Свекла	80,000	100,000	0,64	0,80	0,00	0,00	6,64	8,30	29,60	37,00
		160		Масло раст.	8,000	10,000	0,00	0,00	7,50	9,38	0,00	0,00	69,76	87,20
				Картофель	90,000	100,000	1,17	1,30	0,00	0,00	12,60	14,00	55,80	62,00
				Лук репчатый	10,000	12,000	0,23	0,28	0,00	0,00	0,77	0,92	4,10	4,92
				Морковь	30,00	40,00	0,30	0,40	0,00	0,00	1,83	2,44	8,70	11,60
				Зеленый гор.-бан	20,00	30,00	0,84	1,26	0,00	0,00	2,54	3,81	13,60	20,70
				Огурцы сол.-бан	40,00	50,00	0,24	0,30	0,00	0,00	0,44	0,55	2,80	3,50
				Батоны-шт	20,00	40,00	1,50	3,00	0,40	0,80	10,00	20,00	49,00	98,00
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,17	0,25	0,03	0,05	0,00	0,00	0,01	0,02	0,19	0,27
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	Груша			Груша	100,00	160,00	0,30	0,48	0,00	0,00	9,50	15,20	40,00	64,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ВСЕГО						36,650	49,011	36,537	46,686	214,770	270,678	1406,644	1810,840	
Завтрак						11,38	13,11	15,75	18,19	55,85	67,26	418,11	494,83	
Обед						17,52	24,79	10,53	14,78	67,48	84,08	499,49	662,24	
Полдник						2,50	3,25	2,36	3,54	37,56	42,64	177,40	219,10	
Ужин						5,25	7,87	7,90	10,18	53,88	76,70	311,65	434,67	

Третий день															
Всего детей			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность			
Меню	выход	№реп	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет		
ЗАВТРАК	Каша	150	184	Крупа ячневая	26,00	30,00	2,81	3,24	0,34	0,39	18,64	21,51	83,72	96,60	
	ячневая	200		Молоко свежее	130,00	150,00	4,03	4,65	3,25	3,75	5,85	6,75	69,81	80,55	
	молочная			Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48	
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16	
	Чай с сахаром	150	394	Чай	0,20	0,20	0,04	0,04	0,00	0,00	0,01	0,01	0,22	0,22	
	и молоком	180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48	
				Молоко свежее	60,00	80,00	1,86	2,48	1,50	2,00	2,70	3,60	32,22	42,96	
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,31	3,08	0,87	1,16	15,42	20,56	73,50	98,00	
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д		
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д		
ОБЕД	Суп рыбный	150	87	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16	
		200		Рыба минтай	40,00	50,00	4,64	5,80	0,12	0,15	0,00	0,00	28,80	36,00	
				Картофель	70,00	80,00	1,40	1,60	0,28	0,32	12,11	13,84	56,00	64,00	
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,07	0,14	0,00	0,00	0,46	0,91	2,05	4,10	
				Морковь	12,00	15,00	0,16	0,20	0,00	0,00	1,01	1,26	4,08	5,10	
				Крупа рисовая	6,00	8,00	0,42	0,56	0,06	0,08	4,27	5,69	19,80	26,40	
	Ежики	60	284	Мясо	60,00	70,00	11,16	13,02	5,88	6,86	0,00	0,00	100,80	117,60	
		70		Крупа рисовая	10,000	18,000	0,70	1,26	0,10	0,18	7,11	12,80	33,00	59,40	
				Масло раст.	2,000	4,000	0,00	0,00	1,88	3,75	0,00	0,00	17,44	34,88	
				Яйцо	0,125	0,125	0,02	0,02	0,01	0,01	0,00	0,00	0,20	0,20	
				Лук репчатый	5,000	6,000	0,07	0,08	0,00	0,00	0,46	0,55	2,05	2,46	
	Тушеная капуста	100	346	Капуста свежая	220,000	240,000	3,96	4,32	0,22	0,24	10,34	11,28	59,40	64,80	
		150		Масло слив.	5,000	6,000	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72	
				Томат-паста	2,000	2,00	0,10	0,10	0,00	0,00	0,38	0,38	1,92	1,92	
	Компот	150	373	Яблоки	20,00	24,00	0,04	0,05	0,00	0,00	2,00	2,40	8,40	10,08	
	яблочно-ягодный	180		Ягоды св.	8,00	10,00	0,72	0,90	0,78	0,97	0,02	0,03	3,04	3,80	
				Сахарный песок	14,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64	
	Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00	
	Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	ПОЛДНИК						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
		Напиток из шиповника	150	398	Шиповник	16,00	18,00	0,54	0,61	0,22	0,25	7,73	8,69	45,44	51,12
			180		Сахарный песок	12,00	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,46	13,37	45,48	53,06
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д		
УЖИН	Запеканка творожная	130	224	Творог	150,000	200,000	24,00	32,00	7,50	10,00	4,50	6,00	276,00	368,00	
		160		Масло раст.	2,000	2,000	0,00	0,00	1,88	1,88	0,00	0,00	17,44	17,44	
				Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10	
				Яйцо	0,250	0,250	0,03	0,03	0,03	0,03	0,00	0,00	0,39	0,39	
				Крупа манная	6,000	8,000	0,62	0,82	0,06	0,08	4,07	5,43	19,68	26,24	
				Сахарный песок	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00	7,64	7,64	30,32	30,32	
	Сгущенное молоко			Молоко сг. с сах.	15,00	30,00	1,08	2,16	1,25	2,49	8,40	16,80	49,35	98,70	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,20	0,20	0,04	0,04	0,00	0,00	0,01	0,01	0,22	0,22	
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
ВСЕГО						62,960	80,047	40,749	53,072	173,419	218,231	1414,765	1806,495		
Завтрак						11,13	13,59	11,76	14,55	56,11	67,85	365,49	445,17		
Обед						25,48	30,74	15,16	20,17	63,89	80,90	500,58	637,26		
Полдник						0,54	0,61	0,22	0,25	19,19	22,06	90,92	104,18		
Ужин						25,81	35,11	13,61	18,10	34,23	47,42	457,78	619,89		

Четвертый день														
Всего детей			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход	№ реч	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Вермишель	150	112	Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
	молочная	200		Макар. изд.	22,00	28,00	2,05	2,60	0,18	0,22	15,60	19,85	73,92	94,08
				Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
	Какао	150	397	Молоко свежее	100,00	120,00	2,80	3,36	3,50	4,20	4,50	5,40	62,00	74,40
	с молоком	180		Какао-кг	1,60	1,60	0,01	0,01	0,30	0,30	0,61	0,61	6,66	6,66
				Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
ОБЕД	Суп геркулесовый	150	93	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
		200		Мясо	20,00	40,00	2,40	4,80	0,52	1,04	0,00	0,00	15,60	31,20
				Картофель	40,00	60,00	0,52	0,78	0,00	0,00	5,60	8,40	24,80	37,20
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
				Морковь	10,00	12,00	0,10	0,12	0,00	0,00	0,61	0,73	2,90	3,48
				Крупа геркулес	8,00	10,00	0,86	1,08	0,48	0,60	4,89	6,11	28,08	35,10
				Сметана	4,00	6,00	0,08	0,13	0,64	0,96	0,12	0,19	6,48	9,72
	Куриное рагу	50	310	Кура	40,00	60,00	3,56	5,34	1,32	1,98	0,00	0,00	88,00	132,00
		70		Лук репчатый	5,00	5,00	0,12	0,12	0,00	0,00	0,39	0,39	2,05	2,05
				Масло раст.	4,000	5,000	0,00	0,00	3,75	4,69	0,00	0,00	34,88	43,60
				Морковь	10,000	15,000	0,10	0,15	0,00	0,00	0,61	0,92	2,90	4,35
				Томат-паста	2,000	2,000	0,10	0,10	0,00	0,00	0,38	0,38	1,92	1,92
				Мука пшен.	8,000	10,000	0,73	0,91	0,06	0,08	5,63	7,04	26,64	33,30
	Греча	100	323	Крупа гречневая	40,000	40,000	4,20	4,20	0,92	0,92	25,44	25,44	130,00	130,00
		150		Масло слив.	5,000	6,000	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Компот	150	373	Лимоны	20,00	24,00	0,06	0,07	0,00	0,00	0,92	1,10	4,00	4,80
	лимонный	180		Сахарный песок	14,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Хлеб-шт			Хлеб-штг	20,00	30,00	1,32	1,98	0,22	0,33	8,20	12,30	40,00	60,00
	Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ПОЛДНИК	Простокваша	150	401	Кефир-пак	160,00	200,00	4,48	5,60	5,60	7,00	7,20	9,00	99,20	124,00
		200					#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Батоны-шт			Батоны-штг	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
УЖИН	Салат из отварных	200	30	Картофель	100,000	120,000	1,30	1,56	0,00	0,00	14,00	16,80	62,00	74,40
	овощей	250		Лук репчатый	5,000	6,000	0,12	0,14	0,00	0,00	0,39	0,46	2,05	2,46
				Морковь	50,000	60,000	0,50	0,60	0,00	0,00	3,05	3,66	14,50	17,40
				Яйцо	0,750	0,750	0,07	0,07	0,07	0,07	0,00	0,00	0,95	0,95
				Зеленый гор.-бан	40,00	60,00	1,68	2,52	0,00	0,00	5,08	7,62	27,60	41,40
				Масло раст.	8,00	12,00	0,00	0,00	7,50	11,26	0,00	0,00	69,76	104,64
				Огурцы сол.-бан	40,000	50,000	0,24	0,30	0,00	0,00	0,44	0,55	2,80	3,50
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Хлеб-шт			Хлеб-штг	20,00	30,00	1,32	1,98	0,22	0,33	8,20	12,30	40,00	60,00
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,500	0,500	0,10	0,10	0,00	0,00	0,03	0,03	0,55	0,55
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	Вафли			Вафли	18,00	24,00	1,60	2,14	0,00	0,00	13,14	17,52	60,48	80,64
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	ВСЕГО						38,794	51,336	42,344	55,251	197,740	246,571	1407,884	1805,734
Завтрак						10,83	13,28	14,93	18,03	55,04	68,04	402,70	492,98	
Обед						14,31	20,06	13,42	17,76	66,61	79,13	513,90	659,34	
Полдник						6,73	8,60	6,20	7,80	22,20	29,00	172,70	222,00	
Ужин						6,92	9,40	7,80	11,66	53,88	70,41	318,59	431,42	

Всего детей			Пятый день											
			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход	№ рец	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каша	150	184	Крупа геркулес	22,00	30,00	2,38	3,24	1,32	1,80	13,44	18,33	77,22	105,30
	геркулесовая	200		Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
	молочная			Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
	Кофейный	150	397	Молоко свежее	100,00	100,00	2,80	2,80	3,50	3,50	4,50	4,50	62,00	62,00
	напиток	180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	с молоком			Кофе-кг	1,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	60,00	2,25	4,50	0,60	1,20	15,00	30,00	73,50	147,00
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ОБЕД	Борщ	150	62	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
	со сметаной	200		Мясо	30,00	40,00	3,60	4,80	0,78	1,04	0,00	0,00	50,40	67,20
				Картофель	70,00	80,00	0,91	1,04	0,00	0,00	9,80	11,20	43,40	49,60
				Лук репчатый	5,00	5,00	0,12	0,12	0,00	0,00	0,39	0,39	2,05	2,05
				Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
				Капуста свежая	40,00	50,00	0,48	0,60	0,00	0,00	1,64	2,05	8,60	11,00
				Свекла	60,00	70,00	0,48	0,56	0,00	0,00	4,98	5,81	22,20	25,90
				Сметана	6,00	10,00	0,13	0,21	0,96	1,60	0,19	0,31	9,72	16,20
				Томат-паста	2,000	2,000	0,10	0,10	0,00	0,00	0,38	0,38	1,92	1,92
	Суфле рыбное	180	250	Рыба минтай	80,00	100,00	9,28	11,60	0,24	0,30	0,00	0,00	57,60	72,00
		200		Лук репчатый	5,000	6,000	0,12	0,14	0,00	0,00	0,39	0,46	2,05	2,46
				Масло раст.	2,000	3,000	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
				Яйцо	0,500	0,500	0,05	0,05	0,05	0,05	0,00	0,00	0,64	0,64
				Крупа рисовая	20,000	30,000	1,26	1,89	0,18	0,27	14,22	21,33	65,20	97,80
				Масло слив.	5,000	6,000	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
	Помидор свежий			Помидоры	60,000	70,000	0,24	0,28	0,00	0,00	2,04	2,38	9,00	10,50
	ПОЛДНИК						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
Сок		200	399	Сок	200,00	200,00	1,00	1,00	0,00	0,00	27,40	27,40	94,00	94,00
Бананы				Бананы	160,00	240,00	1,28	1,92	0,00	0,00	20,96	31,44	86,40	129,60
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
Лепешка с мясом				Мука пшени.	65,000	75,000	5,92	6,83	0,52	0,60	45,76	52,80	216,45	249,75
		100	483	Молоко свежее	40,000	60,000	1,12	1,68	1,40	2,10	1,80	2,70	24,80	37,20
УЖИН		120	Масло раст.	3,000	5,000	0,00	0,00	2,81	4,69	0,00	0,00	26,16	43,60	
			Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10	
			Яйцо	1,00	1,00	0,09	0,09	0,10	0,10	0,00	0,00	1,27	1,27	
			Сахарный песок	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,73	7,64	22,74	30,32	
			Дрожжи-пак.	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,35	0,50	0,07	0,10	0,00	0,00	0,02	0,03	0,38	0,55
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
ВСЕГО						41,358	52,889	35,357	46,117	224,107	285,607	1401,017	1802,420	
Завтрак						11,15	14,84	15,77	19,00	52,27	75,00	399,34	534,14	
Обед						20,70	26,38	11,86	16,00	60,55	77,06	465,10	603,42	
Полдник						2,28	2,92	0,00	0,00	48,36	58,84	180,40	223,60	
Ужин						7,24	8,75	7,73	11,11	62,92	74,71	356,18	441,27	

						Шестой день								
Всего детей			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход пор	№ рец.	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1шт	189	Яйцо	1,00	1,00	0,13	0,13	0,12	0,12	0,01	0,01	1,57	1,57
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Какао	150	397	Какао-кг	2,00	2,00	0,01	0,01	0,38	0,38	0,20	0,20	5,78	5,78
	с молоком	180		Молоко свежее	100,00	100,00	2,90	2,90	2,50	2,50	4,80	4,80	54,00	54,00
				Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	11,98	39,90	47,88
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,15	0,20	15,00	20,00	78,00	104,00
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,04	0,05	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
	Сыр	20		Сыр	20,00	30,00	3,32	4,98	3,60	5,40	0,46	0,69	59,20	88,80
	порциями	30					#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ОБЕД	Суп овощной	150	95	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,98	2,97	0,00	0,00	17,98	26,97
	со сметаной	200		Мясо	30,00	40,00	3,00	4,00	2,94	3,92	0,00	0,00	65,40	87,20
				Картофель	70,00	80,00	1,40	1,60	0,28	0,32	11,41	13,04	53,90	61,60
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,07	0,14	0,01	0,02	0,41	0,82	2,05	4,10
				Морковь	12,00	15,00	0,16	0,20	0,01	0,02	0,73	0,92	4,20	5,25
				Капуста свежая	40,00	50,00	0,72	0,90	0,04	0,05	1,88	2,35	11,20	14,00
				Сметана	4,00	8,00	0,10	0,21	0,60	1,20	0,14	0,29	6,48	12,96
	Котлета куриная	60	290	Кура	40,000	60,000	8,48	12,72	3,28	4,92	0,00	0,00	63,60	95,40
		70		Масло раст.	5,000	6,000	0,00	0,00	4,95	5,94	0,00	0,00	44,95	53,94
				Лук репчатый	5,000	5,000	0,07	0,07	0,01	0,01	0,41	0,41	2,05	2,05
				Яйцо	0,13	0,13	0,02	0,02	0,01	0,01	0,00	0,00	0,20	0,20
				Батоны-шт	5,00	6,00	0,38	0,45	0,03	0,03	2,50	3,00	13,00	15,60
	Соус томатный	20	348	Томат-паста	1,50	2,50	0,07	0,12	0,00	0,00	0,29	0,48	1,44	2,40
				Мука пшен.	8,000	10,00	0,86	1,08	0,06	0,08	5,59	6,99	26,72	33,40
	Макаронные изделия	120	321	Макар. изд.	40,00	40,00	4,40	4,40	0,32	0,32	28,20	28,20	135,20	135,20
		160		Масло слив.	4,00	5,00	0,03	0,04	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10
					30,00	40,00	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Компот	150	372	Сухофрукты	18,00	24,00	0,52	0,70	0,07	0,10	10,62	14,16	46,44	61,92
		180		Сахарный песок	14,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,97	15,97	55,86	63,84
	Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00
Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Кефир	160	401	Кефир-пак	150,00	200,00	4,20	5,60	5,25	7,00	6,75	9,00	93,00	124,00
		200					#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
УЖИН	Пряник			Печенье	16,00	26,00	1,20	1,95	1,57	2,55	11,84	19,24	66,72	108,42
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Каша Дружба	150	188	Молоко свежее	130,000	160,000	3,77	4,64	3,25	4,00	6,24	7,68	70,20	86,40
		200		Масло слив.	5,000	6,000	0,04	0,05	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
				Сахарный песок	4,000	6,000	0,00	0,00	0,00	0,00	3,99	5,99	15,96	23,94
				Крупа пшено	10,000	12,000	1,00	1,20	0,22	0,26	6,54	7,85	34,20	41,04
				Крупа гречневая	10,000	12,000	1,05	1,26	0,23	0,28	5,71	6,85	30,80	36,96
				Крупа рисовая	10,000	12,000	0,63	0,76	0,09	0,11	7,11	8,53	33,30	39,96
	Чай с сахаром	150	394	Чай	0,50	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,55	0,65
	и молоком	180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	11,98	39,90	47,88
				Молоко свежее	50,00	70,00	1,45	2,03	1,25	1,75	2,40	3,36	27,00	37,80
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,15	0,20	15,00	20,00	78,00	104,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ВСЕГО						46,502	60,828	43,830	57,411	194,665	241,408	1431,421	1821,650	
Завтрак						8,65	11,07	10,37	12,95	30,52	37,76	271,55	341,75	
Обед						22,26	29,27	17,83	23,97	88,51	103,09	637,15	789,13	
Полдник						5,40	7,55	6,82	9,55	18,59	28,24	159,72	232,42	
Ужин						10,19	12,93	8,82	10,95	57,04	72,32	363,01	458,35	

Седьмой день													
Всего детей			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
Меню	выход порц	№ реп.	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Каша	150	184	Крупа пшеничная	24,00	30,00	2,59	3,24	1,44	1,80	14,66	18,33	78,00	97,50
пшеничная	200		Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
молочная			Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
			Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
Кофейный	150	397	Молоко свежее	100,00	100,00	2,80	2,80	3,50	3,50	4,50	4,50	62,00	62,00
напиток	180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
с молоком			Кофе-кг	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
Суп рассольник	150	90	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
со сметаной	200		Мясо	30,00	40,00	3,60	4,80	0,78	1,04	0,00	0,00	23,40	31,20
			Картофель	70,00	80,00	0,91	1,04	0,00	0,00	9,80	11,20	43,40	49,60
			Лук репчатый	5,00	10,00	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
			Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
			Сметана	6,00	8,00	0,13	0,17	0,96	1,28	0,19	0,25	9,72	12,96
			Огурцы сол.-бан	20,00	40,00	0,12	0,24	0,00	0,00	0,22	0,44	1,40	2,80
			Крупа перловая	8,00	10,00	0,60	0,75	0,09	0,11	5,61	7,01	26,64	33,30
Тефтели	50	283	Мясо	50,000	70,000	6,00	8,40	1,30	1,82	0,00	0,00	39,00	54,60
мясные	70		Лук репчатый	5,000	10,000	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
			Яйцо	0,125	0,125	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,16	0,16
Картофельное	100	335	Картофель	200,00	240,00	2,60	3,12	0,00	0,00	28,00	33,60	124,00	148,80
пюре	150		Молоко свежее	50,00	60,00	1,40	1,68	1,75	2,10	2,25	2,70	31,00	37,20
			Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
Соус томатный	15	348	Томат-паста	1,09	2,00	0,05	0,10	0,00	0,00	0,21	0,38	1,04	1,92
	20		Мука пшен.	8,00	10,00	0,73	0,91	0,06	0,08	5,63	7,04	26,64	33,30
Огурцы свежие			Огурцы свежие	50,00	60,00	0,30	0,36	0,00	0,00	0,55	0,66	3,50	4,20
Компот	150	373	Яблоки	20,00	24,00	0,04	0,05	0,00	0,00	2,00	2,40	8,40	10,08
яблочно-ягодный	180		Ягоды св.	8,00	10,00	0,72	0,90	0,78	0,97	0,02	0,03	3,04	3,80
			Сахарный песок	14,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64
Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00
Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
Молоко свежее	200	400	Молоко свежее	160,00	200,00	4,48	5,60	5,60	7,00	7,20	9,00	99,20	124,00
Батоны-шт			Батоны-шт	20,00	40,00	1,50	3,00	0,40	0,80	10,00	20,00	49,00	98,00
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
Биточки	120	203	Крупа пшено	30,000	40,000	3,00	4,00	0,66	0,88	19,62	26,16	99,00	132,00
пшеничные	140		Молоко свежее	70,000	90,000	1,96	2,52	2,45	3,15	3,15	4,05	43,40	55,80
с ягодой			Яйцо	0,250	0,250	0,02	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,32	0,32
протёртой			Масло слив.	5,000	6,000	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
			Масло раст.	8,00	10,00	0,00	0,00	7,50	9,38	0,00	0,00	69,76	87,20
			Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
			Варенье, джем	20,00	30,00	0,06	0,09	0,00	0,00	13,12	19,68	54,00	81,00
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
Чай с сахаром	150	393	Чай	0,43	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,47	0,00
и лимоном	180		Сахарный песок	12,00	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,46	13,37	45,48	53,06
			Лимоны	15,00	20,00	0,05	0,06	0,00	0,00	0,69	0,92	3,00	4,00
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ВСЕГО						42,153	54,526	47,714	59,200	204,375	262,012	1424,527	1810,586
Завтрак						11,36	13,34	15,89	18,60	53,50	65,00	400,12	477,34
Обед						19,59	25,83	11,56	15,02	81,72	99,93	512,52	642,99
Полдник						5,98	8,60	6,00	7,80	17,20	29,00	148,20	222,00
Ужин						5,22	6,75	14,26	17,78	51,96	68,08	363,69	468,26

Всего детей			Восьмой день											
			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход	№ рец	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каша	150	184	Крупа ячневая	26,00	30,00	2,81	3,24	0,34	0,39	18,64	21,51	83,72	96,60
	ячневая	200		Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
	молочная			Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
	Напиток из	150	398	Сухофрукты	17,00	22,44	0,31	0,40	0,00	0,00	10,20	13,46	45,90	60,59
	шнитоковника	180		Сахарный песок	12,00	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,46	13,37	45,48	53,06
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	96,00
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ОБЕД	Суп рыбный	150	87	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
		200		Рыба горбуша	30,00	40,00	6,00	8,00	2,10	2,80	0,42	0,56	44,10	58,80
				Картофель	60,00	70,00	0,78	0,91	0,00	0,00	8,40	9,80	37,20	43,40
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
				Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
				Крупа рисовая	8,00	10,00	0,50	0,63	0,07	0,09	5,69	7,11	26,08	32,60
	Голубцы ленивые	60	306	Мясо	50,00	60,00	6,00	7,20	1,30	1,56	0,00	0,00	39,00	46,80
		80		Капуста свежая	40,000	50,000	0,48	0,60	0,00	0,00	1,64	2,05	8,80	11,00
				Масло раст.	2,000	3,000	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
				Крупа рисовая	8,000	10,000	0,50	0,63	0,07	0,09	5,69	7,11	26,08	32,60
				Яйцо	0,130	0,130	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,17	0,17
				Лук репчатый	5,000	5,000	0,12	0,12	0,00	0,00	0,39	0,39	2,05	2,05
	Тушеная свекла	100	347	Свекла	230,000	250,000	1,84	2,00	0,00	0,00	19,09	20,75	85,10	92,50
		150		Сметана	6,780	7,50	0,14	0,16	1,08	1,20	0,21	0,23	10,98	12,15
				Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
				Мука пшен.	8,00	10,00	0,73	0,91	0,06	0,08	5,63	7,04	26,64	33,30
				Томат-паста	2,00	2,00	0,10	0,10	0,00	0,00	0,38	0,38	1,92	1,92
	Компот	150	373	Яблоки	18,00	20,00	0,04	0,04	0,00	0,00	1,80	2,00	7,56	8,40
	яблочно-ягодный	180		Ягоды св.	8,00	10,00	0,72	0,90	0,78	0,97	0,02	0,03	3,04	3,80
				Сахарный песок	14,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64
	Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00
Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Сок		399	Сок	150,000	200,000	0,75	1,00	0,00	0,00	20,55	27,40	70,50	94,00
	Печенье			Печенье	15,000	20,000	1,13	1,50	1,77	2,36	7,62	10,16	62,55	83,40
УЖИН						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Сырники	130	219	Творог	150,000	200,000	18,00	24,00	7,50	10,00	5,25	7,00	132,00	176,00
	творожные	160		Масло раст.	8,000	10,000	0,00	0,00	7,50	9,38	0,00	0,00	69,76	87,20
				Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10
				Яйцо	0,250	0,250	0,02	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,32	0,32
				Мука пшен.	10,000	20,000	0,91	1,82	0,08	0,16	7,04	14,08	33,30	66,60
				Сахарный песок	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00	7,64	7,64	30,32	30,32
	Сгущенное молоко			Молоко сг. с сах.	15,00	25,00	1,02	1,70	1,25	2,08	8,03	13,38	48,60	81,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,43	0,43	0,09	0,09	0,00	0,00	0,03	0,03	0,47	0,47
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	ВСЕГО						51,260	66,403	45,500	58,535	207,060	261,166	1414,805	1801,109
Завтрак						9,08	10,94	11,29	13,69	65,08	79,05	397,32	482,61	
Обед						20,22	25,28	13,19	17,22	76,21	90,90	505,29	620,62	
Полдник						1,88	2,50	1,77	2,36	28,17	37,56	133,05	177,40	
Ужин						20,08	27,68	19,25	25,26	37,59	53,66	379,15	520,49	

Девятый день														
Всего детей			1+1	1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
Меню	выход	№ рец	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каши гречневая	150	184	Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
	молочная	200		Крупа гречневая	28,00	30,00	2,94	3,15	0,64	0,69	17,81	19,08	91,00	97,50
				Масло слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
	Какао	150	397	Молоко свежее	100,00	100,00	2,80	2,80	3,50	3,50	4,50	4,50	62,00	62,00
	с молоком	180		Какао-кг	2,00	2,00	0,01	0,01	0,38	0,38	0,77	0,77	8,32	8,32
				Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	40,00	2,25	3,00	0,60	0,80	15,00	20,00	73,50	98,00
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ОБЕД						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Суп куриный	150	67	Масло раст.	2,00	3,00	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
		200		Кура	30,00	50,00	2,67	4,45	0,99	1,65	0,00	0,00	20,10	33,50
				Картофель	60,00	80,00	0,78	1,04	0,00	0,00	8,40	11,20	37,20	49,60
				Лук репчатый	5,00	10,00	0,12	0,23	0,00	0,00	0,39	0,77	2,05	4,10
				Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
				Макар. изд.	8,00	12,00	0,74	1,12	0,06	0,10	5,67	8,51	26,88	40,32
	Печеночные оладьи	70	290	Печень гов.	70,000	90,000	9,59	12,33	1,89	2,43	0,00	0,00	56,70	72,90
		80		Яйцо	0,13	0,13	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,16	0,16
				Крупа манная	8,000	10,000	0,76	0,95	0,06	0,07	5,61	7,01	26,64	33,30
				Томат-паста	1,600	2,000	0,08	0,10	0,00	0,00	0,30	0,38	1,54	1,92
				Мука пшен.	6,00	8,00	0,55	0,73	0,05	0,06	4,22	5,63	19,98	26,64
	Картофельное	100	335	Картофель	200,00	220,00	2,60	2,86	0,00	0,00	28,00	30,80	124,00	136,40
	пюре	150		Молоко свежее	50,00	60,00	1,40	1,68	1,75	2,10	2,25	2,70	31,00	37,20
				Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
	Огурцы свежие			Огурцы свежие	40,00	60,00	0,24	0,36	0,00	0,00	0,44	0,66	2,80	4,20
	Кисель	150	378	Ягоды св.	18,000	20,000	1,62	1,80	1,75	1,94	0,05	0,06	6,84	7,60
	ягодный	180		Крахмал	8,000	10,000	0,06	0,08	0,00	0,00	6,48	8,10	26,80	33,50
				Сахарный песок	14,000	16,000	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64
	Хлеб-шт			Хлеб-штг	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00
	Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОЛДНИК						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
	Кефир-пак		401	Кефир-пак	150,00	180,00	4,20	5,04	3,75	4,50	6,75	8,10	93,00	111,60
УЖИН	Пряники			Пряники	16,00	26,00	1,20	1,95	1,89	3,07	8,13	13,21	66,72	108,42
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Латисевник	120		Макар. изд.	30,000	40,000	2,79	3,72	0,24	0,32	21,27	28,36	100,80	134,40
	с кукурузой	160		Молоко свежее	80,000	90,000	2,24	2,52	2,80	3,15	3,60	4,05	49,60	55,80
	(запеканка)			Яйцо	0,500	0,500	0,05	0,05	0,05	0,05	0,00	0,00	0,64	0,64
				Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10
				Масло раст.	2,000	3,000	0,00	0,00	1,88	2,81	0,00	0,00	17,44	26,16
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
				Зеленый гор.-бан	20,00	30,00	0,84	1,26	0,00	0,00	2,54	3,81	13,80	20,70
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,50	0,50	0,10	0,10	0,00	0,00	0,03	0,03	0,55	0,55
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Батоны-шт			Батоны-штг	20,00	40,00	1,50	3,00	0,40	0,80	10,00	20,00	49,00	98,00
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
						#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	
ВСЕГО						48,046	61,530	41,764	52,162	211,447	267,931	1442,205	1827,869	
Завтрак						11,72	13,26	15,47	17,87	57,41	66,52	421,44	485,66	
Обед						23,37	30,58	12,39	15,97	88,29	108,50	549,76	692,21	
Полдник						5,40	6,99	5,64	7,57	14,88	21,31	159,72	220,02	
Ужин						7,56	10,70	8,26	10,76	50,87	71,61	311,36	429,98	

Десятый день

Всего детей			1+1		1-3 лет	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы	Калорийность		
Меню	выход	Хрещ	Набор продуктов	на 1-го	на 1-го	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каша пшеничная	150	184	Крупа пшено	24,00	30,00	2,40	3,00	0,53	0,66	15,70	19,62	79,20	99,00
	молочная	200		Молоко свежее	130,00	150,00	3,64	4,20	4,55	5,25	5,85	6,75	80,60	93,00
				Молоко слив.	3,00	4,00	0,03	0,04	2,18	2,90	0,04	0,06	19,86	26,48
				Масло слив.	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
				Сахарный песок	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,82	3,82	15,16	15,16
	Кофейный	150		Молоко свежее	100,00	100,00	2,80	2,80	3,50	3,50	4,50	4,50	62,00	62,00
	напиток	180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
	с молоком			Кофе-кг	1,17	1,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Батоны-шт			Батоны-шт	30,00	50,00	2,25	3,75	0,60	1,00	15,00	25,00	73,50	122,50
	масло порциями		13	Масло слив.	5,00	6,00	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
ОБЕД	Свекольник	150	62	Масло раст.	2,00	4,00	0,00	0,00	1,88	3,75	0,00	0,00	17,44	34,88
	со сметаной	200		Мясо	30,00	40,00	3,60	4,80	0,78	1,04	0,00	0,00	23,40	31,20
				Картофель	70,00	90,00	0,91	1,17	0,00	0,00	9,80	12,60	43,40	55,80
				Лук репчатый	5,00	5,00	0,12	0,12	0,00	0,00	0,39	0,39	2,05	2,05
				Морковь	12,00	15,00	0,12	0,15	0,00	0,00	0,73	0,92	3,48	4,35
				Свекла	60,00	70,00	0,48	0,56	0,00	0,00	4,98	5,81	22,20	25,90
				Сметана	6,00	10,00	0,13	0,21	0,96	1,60	0,19	0,31	9,72	16,20
				Томат-паста	2,000	2,000	0,10	0,10	0,00	0,00	0,38	0,38	1,92	1,92
	Котлета рыбная	50	239	Рыба минтай	70,00	90,00	8,12	10,44	0,21	0,27	0,00	0,00	50,40	64,80
		70		Лук репчатый	5,000	5,000	0,12	0,12	0,00	0,00	0,39	0,39	2,05	2,05
				Масло раст.	5,000	6,000	0,00	0,00	4,69	5,63	0,00	0,00	43,60	52,32
				Батоны-шт	5,000	8,000	0,38	0,60	0,10	0,16	2,50	4,00	12,25	19,60
				Яйцо	0,125	0,125	0,01	0,01	0,01	0,01	0,00	0,00	0,16	0,16
				Сухари панировоч.	8,000	10,000	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Рис	100	323	Крупа рисовая	40,000	40,000	2,52	2,52	0,36	0,36	28,44	28,44	130,40	130,40
		150		Масло слив.	5,000	6,000	0,05	0,06	3,63	4,35	0,07	0,08	33,10	39,72
				Мука пшен.	8,000	12,000	0,73	1,09	0,06	0,10	5,63	8,45	26,64	39,96
	Свежий помидор			Помидоры	50,000	80,000	0,20	0,32	0,00	0,00	1,70	2,72	7,50	12,00
	Компот фруктовый	150	373	Ягоды св.	20,000	30,000	1,80	2,70	1,94	2,91	0,06	0,09	7,60	11,40
		180		Сахарный песок	14,000	16,000	0,00	0,00	0,00	0,00	13,37	15,28	53,06	60,64
Хлеб-шт			Хлеб-шт	30,00	40,00	1,98	2,64	0,33	0,44	12,30	16,40	60,00	80,00	
Соль			Соль	6,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Сок		399	Сок	100,00	200,00	0,50	1,00	0,00	0,00	13,70	27,40	47,00	94,00
	Яблоко			Яблоки	130,00	160,00	0,26	0,32	0,00	0,00	13,00	16,00	54,60	67,20
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
УЖИН							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	Пирожок скапустой	110		Мука пшен.	60,000	75,000	5,46	6,83	0,48	0,60	42,24	52,80	199,80	249,75
	и яйцом	130		Молоко свежее	30,000	40,000	0,84	1,12	1,05	1,40	1,35	1,80	18,60	24,80
				Масло слив.	4,000	5,000	0,04	0,05	2,90	3,63	0,06	0,07	26,48	33,10
				Масло раст.	5,000	8,000	0,00	0,00	4,69	7,50	0,00	0,00	43,60	69,76
				Яйцо	0,900	0,900	0,08	0,08	0,09	0,09	0,00	0,00	1,14	1,14
				Капуста свежая	50,00	60,00	0,60	0,72	0,00	0,00	2,05	2,46	11,00	13,20
				Дрожжи-пак.	0,20	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				Сахарный песок	5,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,78	4,78	18,95	18,95
	Чай с сахаром	150	392	Чай	0,50	0,50	0,10	0,10	0,00	0,00	0,03	0,03	0,55	0,55
		180		Сахарный песок	10,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,55	11,46	37,90	45,48
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
							#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д	#Н/Д
	ВСЕГО						40,397	51,665	39,132	51,494	222,207	284,340	1411,307	1806,617
	Завтрак						11,17	13,85	14,98	17,66	54,53	71,29	401,32	503,34
	Обед						21,35	27,60	14,95	20,62	80,92	96,25	550,37	685,35
Полдник						0,76	1,32	0,00	0,00	26,70	43,40	101,60	161,20	
Ужин						7,12	8,90	9,21	13,22	60,06	73,40	358,02	456,73	