

## МБДОУ №48 "ПЧЁЛКА" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за \_\_\_\_\_ период

Летнее-осеннее меню



День: Понедельник  
Неделя: 1 неделя  
Возрастная категория: дети 12 ч

Прим. пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 206	Макароны отварные с сыром	Масло сливочное	2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73	
			Сыр	11	10		0	0	0	0	0,2
			Вермишель, макароны	30	30		2,5	0,22	18,05	79,68	
				Итого		120					
	№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	4	4		0,02	0	0,08	0,85	1
			Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18	
				Итого		180					
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
			Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45	
Итого			25								
№ 120	Вафли	Вафли	13	13		0	0	0	0		
		Итого		13							
		Икра кабачковая	60	60		2,04	0,38	8,88	47,2		
			Итого		40						
Второй завтрак	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
		Итого		100							
Обед	№ 63	Борщ с фасолью и картофелем	Фасоль	5	5		1,17	0,09	2,73	15,45	
			Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Свекла	40	32		0,45	0	0,58	12,29	3,2
			Лук репчатый	9,6	9,6		0,14	0	0,83	3,72	0,96
			Картофель	26,6	20		0,28	0	2,76	11,62	4
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,2	4,49	
			Томат	6	6		0,02	0	0,17	0,76	1,5
				Итого		180					
	№ 281	Котлета рубленая, запечённая с молочным соусом	Масло сливочное	6	6		0,04	5,13	0,05	44,94	
			Сыр	2	1,95		0	0	0	0	0,04
			Хлеб пшеничный	8	8		0,66	0,1	3,85	18,16	
			Мука пшеничная	4,4	4,4		0,47	0,06	3,22	14,48	
			Мясо говядина	35	33		4,65	1,62	0	33,26	
			Молоко	30	30		0,6	0,9	1,2	15,9	0,3
				Итого		60					
№ 318	Картофель отварной	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		Картофель	160	120		1,68	0	16,56	69,72	24	
		Итого		120							
Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4		
		Итого		40							
№ 376	Компот из сухофруктов	Курага	7	7		0	0	0	0	0,28	
		Изюм	8	8		0	0	0	0		
		Сахар	12	12		0	0	11,98	44,88		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
		Итого		180							
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6			
		Итого		40							
		Соль	3	3		0	0	0	0		
			Итого		3						
№ 94	Каша молочная манная	Масло сливочное	3,6	3,6		0,02	3,42	0,04	29,96		
		Крупа манная	23,4	23,4		1,7	0,11	11	48,9		
		Сахар	4	4		0	0	3,99	14,96		
		Молоко	132	132		2,8	4,2	5,6	74,2	1,4	
		Итого		180							
№ 397	Каша с молоком	Каша-порошок	2	2		0	0	0	0		
		Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4		
		Молоко	120	120		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2	
			Итого		180						
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8			
		Итого		40							
№ 466	Сдоба обыкновенная	Яйцо	0,002	0,001		0,13	0,12	0,01	1,57		
		Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98		
		Мука пшеничная	30	30		3,18	0,39	21,96	98,7		
		Сахар	3	3		0	0	2,99	11,22		
		Дрожжи	0,05	0,05		0,01	0	0	0,04		
			Итого		70						
№ 506	Фарш Яблочный	Яблоки	28,7	25,3		0,08	0	2,58	10,47	2,53	
		Сахар	7,5	7,5		0	0	7,49	28,05		
		Итого		25							
Итого за 1 день						30,61	37,55	189,99	1189,18	44,66	

День: Вторник  
 Неделя: 1 неделя  
 Категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская	Витами- ны С,
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный пшенный	Масло сливочное	1,5	1,5		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Пшено	12	12		1,2	0,29	6,33	33,4	
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	105	105		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 395	Кофейный напиток с	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	60	60		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0		
		Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			<b>Итого</b>		<b>25</b>						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
			<b>Итого</b>		<b>95</b>						
Обед	№ 82	Суп картофельный с макаронными изделиями	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98	
			Морковь	10	8		0,08	0	0,45	2,11	0,4
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	80	65		0,91	0	8,97	37,77	13
			Вермишель, макароны	10	10		1,04	0,09	7,52	33,2	
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	Перец фаршированный мясом и рисом	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
		Перец болгарский	105	79		0	0	0	0	73,39	
		Мука пшеничная	0,75	0,75		0,08	0,01	0,55	2,47		
		Мясо говядины	68	51		7,19	2,5	0	51,41		
		Сметана	2,5	2,5		0,05	0,5	0,08	5,1	0,01	
		Лук репчатый	13	11		0,17	0	0,95	4,26	1,1	
		Рис	6	17		1,19	0,1	13,14	54,91		
		Томат	1	1		0	0	0,03	0,13	0,25	
				<b>Итого</b>		<b>135</b>					
	Помидор свежий	Помидоры свежие	43	40		0,12	0	1,16	5,08	10	
		<b>Итого</b>		<b>40</b>							
№382	Кисель из сока натурального	Сок фруктовый кг	45	45		0	0	0	0		
		Крахмал	7	7		0	0	0	0		
		Сахар	18	18		0	0	17,96	67,32		
			<b>Итого</b>		<b>180</b>						
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6			
	<b>Итого</b>		<b>40</b>								
Соль	Соль	3	3		0	0	0	0			
	<b>Итого</b>		<b>3</b>								
Уплотненный полдник	№ 342	Рагу ов с цв кап	Капуста цветная	20	10		0,14	0	0,43	2,24	7
			Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Кабачки	18	12		0,05	0,02	0,48	2,27	1,8
			Морковь	23	18		0,18	0	1,01	4,75	0,9
			Лук репчатый	24	20		0,38	0	2,15	9,68	2,5
			Картофель	27	20		0,28	0	2,76	11,62	4
			Зеленый горошек	12	8		0,24	0	0,55	3,19	1,2
				<b>Итого</b>		<b>110</b>					
	№ 249	Рыба запеченная в омлете	Яйцо	0,015	0,015		1,91	1,73	0,11	23,55	
			Масло сливочное	2,25	2,25		0,01	1,92	0,02	16,85	
			Рыба Горбуша	52,5	49		10,29	3,43	0	72,03	
Мука пшеничная			2,25	2,25		0,24	0,03	1,65	7,4		
Молоко			6	6		0,12	0,18	0,24	3,18	0,06	
			<b>Итого</b>		<b>60</b>						
№ 393	Чай с лимоном	Лимон	4	4		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18		
			<b>Итого</b>		<b>180</b>						
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8			
	<b>Итого</b>		<b>40</b>								
№ 120	Вафли	Вафли	13	13		0	0	0	0		
		<b>Итого</b>		<b>13</b>							
<b>Итого за 2</b>						<b>35,79</b>	<b>31,88</b>	<b>141,78</b>	<b>971,89</b>	<b>129,56</b>	

День: Среда  
 Неделя: 1 неделя  
 категория: ясли 12 ч

Прим. пище	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская	Витам ин С,
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный гречневый	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Крупа гречневая	10	10		1,26	0,26	6,8	32,9	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 394	Чай с молоком или сливками	Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	77	75		1,5	2,25	3	39,75	0,75
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
№ 3	Бутерброд с маслом с сыром	Батон	20	20		0	0	0	0		
		Масло сливочное	3	3		0,02	2,14	0,02	18,73		
		Сыр	8	8		0	0	0	0	0,1	
			<b>Итого</b>		<b>31</b>						
Второй завтрак	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
			<b>Итого</b>		<b>100</b>						
Обед		Суп Овощной на к/б с цвет. кап	Капуста цветная	20	16		0,22	0	0,69	3,58	11,2
			Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Морковь	10	8		0,08	0	0,45	2,11	0,4
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	54	40		0,56	0	5,52	23,24	8
			Зеленый горошек	9	6		0,12	0	0,28	1,6	0,6
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 304	Плов из птицы	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45	
			Курица	146	129		11,48	4,26	0	86,43	
			Морковь	10	8		0,08	0	0,45	2,11	0,4
			Лук репчатый	7	5		0,08	0	0,43	1,94	0,5
			Рис	28	28		1,96	0,17	21,64	90,44	
	Томат	4	4		0,01	0	0,12	0,51	1		
				<b>Итого</b>		<b>130</b>					
		Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4
			<b>Итого</b>		<b>40</b>						
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
					<b>Итого</b>		<b>180</b>				
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			<b>Итого</b>		<b>40</b>						
	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0		
			<b>Итого</b>		<b>3</b>						
Уплотнен ный полдник	№ 401	Простокваша	Простокваша	158	150		15	15	15	0	
						<b>Итого</b>		<b>150</b>			
		Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
						<b>Итого</b>		<b>40</b>			
		Молоко сгущенное	Молоко сгущенное	15	15		1,08	1,28	8,4	49,35	0,15
						<b>Итого</b>		<b>15</b>			
№ 231	Сырники из творога	Яйцо	0,0032	0,0032		0,38	0,35	0,02	4,71		
		Масло растительное	3,2	3,2		0	3	0	26,97		
		Творог	81,6	80		9,8	12,6	0,91	158,2	0,35	
		Мука пшеничная	10,4	10,4		1,1	0,14	7,61	34,22		
			<b>Итого</b>		<b>80</b>						
Итого за 3 дня											
						52,88	55,26	144,83	1012,26	32,5	

День: Четверг  
Неделя: 1 неделя  
Категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская	Витам ин С,	
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У			
Завтрак	№ 94	Суп молочный рисовый	Масло сливочное	1,5	1,5		0,01	1,28	0,01	11,24		
			Рис	9	9		0,7	0,06	7,73	32,3		
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,6	5,98		
			Молоко	105	105		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2	
				Итого		180						
	№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2		0	0	0	0		
			Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4		
			Молоко	92	92		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2	
				Итого		180						
№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0			
		Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45			
			Итого		25							
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10	
				Итого		95						
Обед	№ 57	Борщ с капустой и картофелем	Масло растительное'	4	4		0	4	0	35,96		
			Капуста белокочанная	20	16		0,22	0	0,69	3,58	9,6	
			Свекла	40	32		0,45	0	0,58	12,29	3,2	
			Морковь	12,6	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5	
			Лук репчатый	9,6	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8	
			Картофель	21,4	16		0,22	0	2,21	9,3	3,2	
			Сахар	2	2		0	0	2	7,48		
			Томат	6	6		0,02	0	0,17	0,76	1,5	
		Итого		180								
	№ 286	Тефтели мясная	Хлеб пшеничный	8	8		0,66	0,1	3,85	18,16		
			Мука пшеничная	4	4		0,42	0,05	2,93	13,16		
			Мясо говядина	50	47		6,63	2,3	0	47,38		
			Лук репчатый	14	12		0,18	0	1,03	4,64	1,2	
			Молоко	12	12		0,24	0,36	0,48	6,36	0,12	
	Итого		60									
№ 165	Каша пшеничная	Крупа Артек	34	34		2,52	0,52	13,6	65,8			
		Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96			
			Итого		110							
	№ 376	Компот из сухофруктов	Помидор свежий	43	40		0,12	0	1,16	5,08	10	
			Итого		40							
	№ 376	Компот из сухофруктов	Курага	7	7		0	0	0	0	0,28	
			Изюм	8	8		0	0	0	0		
			Сахар	12	12		0	0	11,98	44,88		
			Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
		Итого		180								
		№ 376	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6	
				Итого		40						
		№ 376	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0	
				Итого		3						
	Уплотненный полдник	№ 265	Зразы рыбные с яйцом	Яйцо	0,004	0,004		0,51	0,46	0,03	6,28	
Рыба Горбуша				41	38		7,98	2,66	0	55,86		
Масло растительное				3	3		0	3	0	26,97		
Хлеб пшеничный				10	10		0,83	0,13	4,81	22,7		
Мука пшеничная				2	2		0,21	0,03	1,46	6,58		
Лук репчатый				4	3		0,05	0	0,26	1,16	0,3	
Молоко				11	11		0,22	0,33	0,44	5,83	0,11	
		Итого		60								
№ 321		Картофельное пюре	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96		
			Картофель	125	94		1,32	0	12,97	54,61	18,8	
			Молоко	17	16		0,32	0,48	0,64	8,48	0,16	
		Итого		110								
№ 127		Капуста цветная отварная	Капуста цветная	100	40		0,56	0	1,72	8,96	28	
	Итого		40									
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	4	4		0,02	0	0,08	0,85	1		
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05		
		Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18			
			Итого		180							
	№ 393	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
			Итого		40							
Итого за 4 день							35	34,88	149,74	1034,32	91,22	

День: Пятница  
Неделя: 1 неделя  
Категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блока	Наименование блока	Продукты	Масса		Выход блока	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С,	
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У			
Завтрак	№ 94	Суп молочный геркулесовый	Масло сливочное	1,5	1,5		0,01	1,71	0,02	14,98		
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,6	5,98		
			Хлопья овсяные	9	9		0	0	0	0		
			Молоко	105	105		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2	
				Итого		180						
	№ 395	Кофейный напиток с	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0	
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92		
			Молоко	60	60		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9	
			Итого		180							
	№ 3	Бутерброд с маслом с сыром	Батон	20	20		0	0	0	0		
			Масло сливочное	3	3		0,02	2,14	0,02	18,73		
			Сыр	8	8		0	0	0	0	0,1	
Итого			31									
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10	
			Итого		95							
	№ 76	Рассольник Ленинградский	Огурцы	13,4	12		0,07	0	0,13	0,84		
			Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96		
			Морковь	10	8		0,08	0	0,45	2,11	0,4	
			Лук репчатый	4,8	4		0,06	0	0,34	1,55	0,4	
			Картофель	80	60		0,84	0	8,28	34,86	12	
			Рис	4	4		0,28	0,02	3,09	12,92		
	Итого		180									
	№ 291	Запеканка картофельная с мясом или печенью	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			Мясо говядина	58	43		5,92	2,06	0	42,34		
			Лук репчатый	10	9		0,14	0	0,77	3,48	0,9	
Картофель			166	124		1,74	0	17,11	72,04	24,8		
Итого		130										
Обед	№ 20	Салат из белокачанной капусты	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
			Лук зеленый	5	4		0,04	0	0,12	0,64	1,2	
			Капуста белокачанная	40	32		0,45	0	1,38	7,17	19,2	
			Морковь	5	4		0,04	0	0,22	1,06	0,2	
			Сахар	2	2		0	0	2	7,48		
			Итого		40							
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3		
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1			
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0			
		Итого		180								
		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
		Итого		40								
Уплотненный полдник	Сметана	Сметана	Сметана	20	20		0,42	4	0,6	40,8	0,06	
			Итого		20							
			Йогурт питьевой фруктовый	Йогурт питьевой	150	150		7,5	2,25	5,25	70,5	
	Итого		150									
	№ 237	Запеканка творожная	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
			Итого		40							
Итого за 5 дней	№ 237	Запеканка творожная	Яйцо	0,008	0,008		1,02	0,92	0,06	12,56		
			Масло сливочное	1,6	1,6		0,01	1,37	0,01	11,98		
			Крупа манная	7	7		0,79	0,05	5,13	22,82		
			Творог	70	68		6,72	8,64	0,62	108,48	0,24	
			Сахар	3	3		0	0	2,99	11,22		
			Молоко	29	29		0,58	0,87	1,16	15,37	0,29	
Итого		100										
Итого за 5 дней							36,55	41,41	135,17	1038,84	74,89	

День: Понедельник  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С.
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 165	Каша рассыпчатая пшеничная	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Пшено	30	30		2,4	0,58	12,66	66,8	
			<b>Итого</b>			<b>110</b>					
	№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	4	4		0,02	0	0,08	0,85	1
			Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18	
<b>Итого</b>			<b>180</b>								
№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0		
		Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		<b>Итого</b>			<b>25</b>						
		Икра кабачковая	Икра кабачковая	60	60		2,04	0,38	8,88	47,2	
<b>Итого</b>			<b>40</b>								
Второй завтрак	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
<b>Итого</b>			<b>100</b>								
Обед	№ 81	Суп картофельный с горохом	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Морковь	13	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Горох	15	15		3,45	0,24	8,66	48,45	
			Картофель	55	40		0,56	0	5,52	23,24	8
	<b>Итого</b>			<b>180</b>							
№ 276	Жаркое по домашнему	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
		Мясо говядина	103	76		11,28	3,92	0	80,64		
		Лук репчатый	8	6		0,09	0	0,52	2,32	0,6	
		Картофель	103	77		1,08	0	10,63	44,74	15,4	
		<b>Итого</b>			<b>130</b>						
		Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4
<b>Итого</b>			<b>40</b>								
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
	<b>Итого</b>			<b>180</b>							
			Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6
	<b>Итого</b>			<b>40</b>							
		Соль	Соль	3	3		0	0	0		
<b>Итого</b>			<b>3</b>								
Уплотненный полдник	№ 229	Вареники ленивые	Яйцо	0,006	0,006		0,76	0,69	0,04	9,42	
			Творог	84	82		9,8	12,6	0,91	158,2	0,35
			Мука пшеничная	12	12		1,27	0,16	8,78	39,48	
			Сахар	6	6		0	0	5,99	22,44	
	<b>Итого</b>			<b>100</b>							
			Сметана	Сметана	20	20		0,42	4	0,6	40,8
<b>Итого</b>			<b>20</b>								
№ 401	Простокваша	Простокваша	158	150		15	15	15	0		
		<b>Итого</b>			<b>150</b>						
				Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24
<b>Итого</b>			<b>40</b>								
		Печенье	Печенье	13	13						
<b>Итого</b>			<b>13</b>								
Итого за 6 дней							54,03	52,64	144,94	992,82	33,76

День: Вторник  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: если 12 ч

Принем пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный геркулесовый	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Хлопья овсяные	10	10		0	0	0	0	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 395	Кофейный напиток с молоком	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	75	75		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9
				Итого		180					
	№ 3	Бутерброд с маслом с сыром	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73		
Сыр			5	5		0	0	0	0	0,1	
			Итого		31						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
				Итого		95					
Обед	№ 68	Птичье	Яйцо	0,004	0,004		0,51	0,46	0,03	6,28	
			Щавель	80	78		0	0	0	0	33,54
			Лук зеленый	7,6	6						
			Мука пшеничная	4	4		0,42	0,05	2,93	13,16	
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	25	20		0,28	0	2,76	11,62	4
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,2	4,49	
				Итого		180					
	№ 277	Гуляш из отварного мяса	Масло сливочное	1	1		0,01	0,86	0,01	7,49	
			Мука пшеничная	1,5	1,5		0,16	0,02	1,1	4,94	
Мясо говядины			35	33		4,65	1,62	0	33,26		
Морковь			7	5		0,05	0	0,28	1,32	0,25	
Лук репчатый			6	5		0,08	0	0,43	1,94	0,5	
Томат			2,25	2,25		0,01	0	0,07	0,29	0,56	
			Итого		60						
№ 165	Каша пшеничная рассыпчатая	Крупа Артек	34	34		2,52	0,52	13,6	65,8		
		Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96		
			Итого		110						
№ 20	Салат из белокачанной капусты	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
		Лук зеленый	5	4		0,04	0	0,12	0,64	1,2	
		Капуста белокачанная	40	32		0,45	0	1,38	7,17	19,2	
		Морковь	5	4		0,04	0	0,22	1,06	0,2	
		Сахар	2	2		0	0	2	7,48		
			Итого		40						
№382	Кисель из сока натурального	Сок фруктовый кг	45	45		0	0	0	0		
		Крахмал	7	7		0	0	0	0		
		Сахар	18	18		0	0	17,96	67,32		
			Итого		180						
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			Итого		40						
		Соль	3	3		0	0	0	0		
			Итого		3						
№ 255	Котлета или биточки рыбные запеченные	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
		Рыба Горбуша	48	45		9,45	3,15	0	66,15		
		Хлеб пшеничный	10	10		0,83	0,13	4,81	22,7		
		Мука пшеничная	1	1		0,11	0,01	0,73	3,29		
		Сметана	4	4		0,08	0,8	0,12	8,16	0,01	
		Молоко	15	15		0,3	0,45	0,6	7,95	0,15	
			Итого		60						
№ 318	Картофель отварной	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		Картофель	160	120		1,68	0	16,56	69,72	24	
			Итого		120						
Помидор свежий	Помидоры свежие		43	40		0,12	0	1,16	5,08	10	
			Итого		40						
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	4	4		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18		
			Итого		180						
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
			Итого		40						
Итого за 7 дней						31,73	31,29	143,33	954,01	107,66	

День: Среда  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

Прим. пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 93	Суп молочный с макаронными изделиями	Масло сливочное	1,2	1,2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,6	5,98	
			Вермишель, макароны	12	12		1,04	0,09	7,52	33,2	
			Молоко	105	105		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2		0	0	0	0	
			Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4	
			Молоко	92	92		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
			Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45	
				Итого		25					
Второй завтрак	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
				Итого		100					
Обед	№ 57	Борщ с капустой и картофелем	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Капуста белокочанная	20	16		0,22	0	0,69	3,58	9,6
			Свекла	40	32		0,45	0	0,58	12,29	3,2
			Морковь	12,6	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	9,6	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	21,4	16		0,22	0	2,21	9,3	3,2
			Сахар	2	2		0	0	2	7,48	
			Томат	6	6		0,02	0	0,17	0,76	1,5
				Итого		180					
	№ 281	Котлета рубленая, запечённая с молочным соусом	Масло сливочное	6	6		0,04	5,13	0,05	44,94	
			Сыр	2	1,95		0	0	0	0	0,04
			Хлеб пшеничный	8	8		0,66	0,1	3,85	18,16	
			Мука пшеничная	4,4	4,4		0,47	0,06	3,22	14,48	
			Мясо говядина	42,75	31,5		4,65	1,62	0	33,26	
			Молоко	30	30		0,6	0,9	1,2	15,9	0,3
				Итого		60					
	№ 165	Каша рассыпчатая гречневая	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Крупа гречневая	34	34		3,15	0,65	17	82,25	
				Итого		110					
		Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4
				Итого		40					
	№ 376	Компот из сухофруктов	Курага	7	7		0	0	0	0	0,28
			Изюм	8	8		0	0	0	0	
			Сахар	12	12		0	0	11,98	44,88	
Аскорбиновая кислота			0,01	0		0	0	0	0		
			Итого		180						
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			Итого		40						
	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0		
			Итого		3						
Уплотненный полдник	№ 218	Омлет с картофелем	Яйцо	0,03	0,03		3,81	3,45	0,21	47,1	
			Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
			Картофель	33	24		0,34	0	3,31	13,94	4,8
			Молоко	10	10		0,2	0,3	0,4	5,3	0,1
				Итого		60					
	№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1
			Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	7	7		0	0	6,99	26,18	
				Итого		180					
		Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
				Итого		40					
	№ 473	Булочка Веселуха	Яйцо	0,001	0,001		0,13	0,12	0,01	1,57	
Масло сливочное			3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
Изюм			1	1		0	0	0	0		
Мука пшеничная			28	28		2,97	0,36	20,5	92,12		
Сахар			4	4		0	0	3,99	14,96		
Дрожжи			0,8	0,8		0,1	0	0,07	0,68		
			Итого		40						
Итого за 8 дней						29,69	39,33	148,91	1044,75	31,77	



День: Четверг  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская	Витам ин С,
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный манный	Масло сливочное	1,5	1,5		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Крупа манная	9	9		1,13	0,07	7,33	32,6	
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	105	105		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2		0	0	0	0	
			Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4	
			Молоко	120	120		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			Итого		25						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
				Итого		95					
Обед	№ 67	Щи из свежей капусты с картофелем	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Капуста белокочанная	50	40		0,56	0	1,72	8,96	24
			Морковь	12,6	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	9,6	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	27	20		0,28	0	2,76	11,62	4
				Итого		180					
	№ 310	Суфле куриное	Яйцо	0,01	0,01		1,27	1,15	0,07	15,7	
			Индейка	43	42		9,07	5,04	0,34	82,74	
			Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Мука пшеничная	2	2		0,21	0,03	1,46	6,58	
Молоко			10	10		0,2	0,3	0,4	5,3	0,1	
			Итого		60						
№ 204	Макаронные изделия отварные	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
		Вермишель, макароны	30	30		2,5	0,22	18,05	79,68		
			Итого		110						
		Сметана	Сметана	20	20		0,42	4	0,6	40,8	0,06
			Итого		20						
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
			Итого		180						
Уплотненный полдник	№ 127	Капуста цветная отварная	Капуста цветная	100	40		0,56	0	1,72	8,96	28
				Итого		40					
			№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	4	4		0,02	0	0,08
			Чай	0,5	0,5		0	0	0	0,05	
			Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18	
			Итого		180						
Итого за 9 дней	№ 393	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
				Итого		40					
							39,98	43,34	150,31	1123,7	108,96

День: Четверг  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская	Витам ин С,
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный манный	Масло сливочное	1,5	1,5		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Крупа манная	9	9		1,13	0,07	7,33	32,6	
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	105	105		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2		0	0	0	0	
			Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4	
			Молоко	120	120		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			Итого		25						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
				Итого		95					
Обед	№ 67	Щи из свежей капусты с картофелем	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Капуста белокочанная	50	40		0,56	0	1,72	8,96	24
			Морковь	12,6	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	9,6	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	27	20		0,28	0	2,76	11,62	4
				Итого		180					
	№ 310	Суфле куриное	Яйцо	0,01	0,01		1,27	1,15	0,07	15,7	
			Индейка	43	42		9,07	5,04	0,34	82,74	
			Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Мука пшеничная	2	2		0,21	0,03	1,46	6,58	
Молоко			10	10		0,2	0,3	0,4	5,3	0,1	
			Итого		60						
№ 204	Макаронные изделия отварные	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
		Вермишель, макароны	30	30		2,5	0,22	18,05	79,68		
			Итого		110						
		Сметана	Сметана	20	20		0,42	4	0,6	40,8	0,06
			Итого		20						
№ 372	Компот из свежих плодов	Помидор свежий	Помидоры свежие	43	40		0,12	0	1,16	5,08	10
			Итого		40						
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
		Аскорбиновая кислота	0,1	0		0	0	0	0		
			Итого		180						
		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6	
	Итого		40								
№ 372	Компот из свежих плодов	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0	
			Итого		3						
Удвоенный полдник	№ 258	Шницель рыбный натуральный	Яйцо	0,00225	0,00225		0,29	0,26	0,02	3,53	
			Рыба Горбуша	54	51		10,71	3,57	0	74,97	
			Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98	
			Лук репчатый	12	10		0,15	0	0,86	3,87	1
			Молоко	5	5		0,1	0,15	0,2	2,65	0,05
				Итого		60					
	№ 318	Картофель отварной	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45	
			Картофель	160	120		1,68	0	16,56	69,72	24
				Итого		120					
	№ 127	Капуста цветная отварная	Капуста цветная	100	40		0,56	0	1,72	8,96	28
			Итого		40						
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	4	4		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	6	6		0	0	6,99	26,18		
			Итого		180						
№ 393	Чай с лимоном	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
			Итого		40						
Итого за 9 дней						39,98	43,34	150,31	1123,7	108,96	

День: Пятница  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: если 12 ч

Прим пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный гречневый	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Крупа гречневая	10	10		1,26	0,26	6,8	32,9	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				Итого		180					
	№ 394	Чай с молоком или сливками	Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	77	75		1,5	2,25	3	39,75	0,75
				Итого		180					
	№ 3	Бутерброд с маслом с сыром	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73		
Сыр			5	5		0	0	0	0	0,1	
			Итого		31						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
				Итого		95					
Обед	№ 87	Суп с рыбными консервами	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
			Консервы рыбные	30	30		0	0	0	0	
			Морковь	16	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	7,7	4,8		0,07	0	0,11	1,86	0,18
			Картофель	70	52		0,73	0	7,18	30,21	10,4
			Рис	4	4		0,28	0,02	3,09	12,92	
				Итого		180					
	№ 287	Тефтели мясная с рисом	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Мука пшеничная	5	5		0,53	0,07	3,66	16,45	
			Мясо говядина	52	38		5,92	2,06	0	42,34	
			Сметана	4	4		0,08	0,8	0,12	8,16	0,01
			Лук репчатый	13	11		0,17	0	0,95	4,26	1,1
			Рис	5	5		0,35	0,03	3,87	16,15	
		Итого		60							
	№ 321	Картофельное пюре	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
Картофель			125	94		1,32	0	12,97	54,61	18,8	
Молоко			17	16		0,32	0,48	0,64	8,48	0,16	
	Итого		110								
№ 20	Салат из белокачанной капусты	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
		Лук эсстий	5	4		0,04	0	0,12	0,64	1,2	
		Капуста белокачанная	40	32		0,45	0	1,38	7,17	19,2	
		Морковь	5	4		0,04	0	0,22	1,06	0,2	
		Сахар	2	2		0	0	2	7,48		
	Итого		40								
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
			Итого		180						
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			Итого		40						
		Соль	3	3		0	0	0	0		
	Итого		3								
Уплотненный полдник	№ 240	Пудинг из творога с яблоками	Яйцо	0,01	0,01		1,27	1,15	0,07	15,7	
			Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Яблоки	38	26		0,08	0	2,65	10,76	2,6
			Творог	68,9	68		9,52	12,24	0,88	153,68	0,34
			Сметана	4	4		0,08	0,8	0,12	8,16	0,01
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
		Итого		100							
№ 401	Ряженка	Ряженка	150	150		4,5	9	6,15	123	0,05	
			Итого		150						
		Хлеб пшеничный	38	38		4,15	0,65	24,05	113,5		
			Итого		50						
	Молоко сгущенное	Молоко сгущенное	15	15		1,08	1,28	8,4	49,35	0,15	
			Итого		15						
Итого за 10 дней						38,62	53,65	159,99	1250,21	70,3	

Итого за весь период						384,88	421,23	1508,99	10611,98	725,28
Среднее значение за период						38,488	42,123	150,899	1061,198	72,528
Процентное соотношение к общему количеству в период в % от суточной нормы						3,63	3,97	14,22		

МЕДОУ №48 "ПЧЕЛКА" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за \_\_\_\_\_ период

*Летний-осенний меню*

Руководитель *В.В. Кривоша*  
 Утверждаю  
 Кривоша В.В.  
 Приказ от 20.05.2015 г. № 47

День: \_\_\_\_\_  
 Понедельник  
 Недели: 3 недели  
 Категория: в/сл 12 ч

Прим. пища	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 206	Макароны отварные с сыром	Масло сливочное	2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73	
			Сыр	11	10		0	0	0		0,2
			Вермишель, макароны	24	24		2,5	0,22	18,05	79,68	
				<b>Итого</b>			<b>120</b>				
	№ 393	Чай с лимоном	Лимона	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1
			Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	7	7		0	0	6,99	26,18	
				<b>Итого</b>			<b>180</b>				
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
			Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45	
				<b>Итого</b>			<b>25</b>				
Икра кабачковая		Икра кабачковая	60	60		2,04	0,38	8,88	47,2		
				<b>Итого</b>			<b>40</b>				
	Печенье	Печенье	13	13							
			<b>Итого</b>			<b>13</b>					
Второй завтрак	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
			<b>Итого</b>			<b>100</b>					
Обед	№ 76	Рассольник Ленинградский	Огурцы	13,4	12		0,07	0	0,13	0,84	
			Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Морковь	10	8		0,08	0	0,45	2,11	0,4
			Лук репчатый	4,8	4		0,06	0	0,34	1,55	0,4
			Картофель	80	60		0,84	0	8,28	34,86	12
			Рис	4	4		0,28	0,02	3,09	12,92	
				<b>Итого</b>			<b>180</b>				
	№ 274	Мясо тушеное с овощами	Масло сливочное	2,9	2,9		0,02	2,48	0,03	21,72	
			Мука пшеничная	2,36	2,36		0,25	0,03	1,73	7,76	
			Мясо говядина	75	71		10,01	3,48	0	71,57	
Морковь			8,8	7,08		0,07	0	0,4	1,87	0,35	
Лук репчатый			6,5	6,5		0,1	0	0,56	2,52	0,65	
Картофель			52,58	39,58		0,55	0	5,46	23	7,92	
Зеленый горошек			5,31	5,31		0,11	0	0,24	1,41	0,53	
Томат			2,36	2,36		0,01	0	0,07	0,3	0,59	
			<b>Итого</b>			<b>130</b>					
	Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4	
			<b>Итого</b>			<b>40</b>					
№ 376	Компот из сухофруктов	Курага	7	7		0	0	0	0	0,28	
		Изюм	8	8		0	0	0	0		
		Сахар	12	12		0	0	11,98	44,88		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
				<b>Итого</b>			<b>180</b>				
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			<b>Итого</b>			<b>40</b>					
	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0		
			<b>Итого</b>			<b>3</b>					
Уплотненный полдник		Йогурт питьевой фруктовый	Йогурт питьевой	150	150		7,5	2,25	5,25	70,5	
				<b>Итого</b>			<b>150</b>				
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
					<b>Итого</b>			<b>40</b>			
Молоко сгущенное	Молоко сгущенное	20	20		1,44	1,7	11,2	65,8	0,2		
				<b>Итого</b>			<b>20</b>				
№ 231	Сырники из творога	Яйцо	0,5	0,5		0,38	0,35	0,02	4,71		
		Масло растительное	3	3		0	3	0	26,97		
		Творог	70	70		9,8	12,6	0,91	158,2	0,35	
		Мука пшеничная	10,4	10,4		1,1	0,14	7,61	34,22		
			<b>Итого</b>			<b>80</b>					
							42,76	37,87	132,1	1015,72	28,92

День: Вторник  
 Неделя: 3 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Объем д блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал/100г)	Витамины и С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Хлопья овсяные	10	10		0	0	0	0	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 395	Кофейный напиток с	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	60	60		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			<b>Итого</b>		<b>25</b>						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
			<b>Итого</b>		<b>95</b>						
Обед	№ 85	Суп картофельный с клецками	Яйцо	0,002	0,002		0,25	0,23	0,01	3,14	
			Масло сливочное	1	1		0,01	0,86	0,01	7,49	
			Масло растительное	1,82	1,82		0	1,82	0	16,36	
			Мука пшеничная	6	6		0,64	0,08	4,39	19,74	
			Морковь	9	9		0,09	0	0,5	2,38	0,45
			Лук репчатый	8,72	7,28		0,11	0	0,63	2,82	0,73
			Картофель	48,54	36,36		0,51	0	5,02	21,13	7,27
			Молоко	9	9		0,18	0,27	0,36	4,77	0,09
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 279	Суфле из отварного мяса с рисом	Яйцо	0,004	0,004		0,51	0,46	0,03	6,28	
Масло сливочное			3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
Мясо говядина			50	48		6,77	2,35	0	48,38		
Рис			40	18		1,26	0,11	13,91	58,14		
			<b>Итого</b>		<b>60</b>						
№ 318	Картофель отварной	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		Картофель	160	120		1,68	0	16,56	69,72	24	
		<b>Итого</b>		<b>120</b>							
	Помидор свежий	Помидоры свежие	43	40		0,12	0	1,16	5,08	10	
			<b>Итого</b>		<b>40</b>						
№ 382	Кисель из сока	Сок фруктовый кг	45	45		0	0	0	0		
		Крахмал	7	7		0	0	0	0		
		Сахар	18	18		0	0	17,96	67,32		
		<b>Итого</b>		<b>180</b>							
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			<b>Итого</b>		<b>40</b>						
	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0		
			<b>Итого</b>		<b>3</b>						
Уплотненный полдник	№ 249	Рыба запеченная в омлете	Яйцо	0,5	0,5		1,91	1,73	0,11	23,55	
			Масло сливочное	2,25	2,25		0,01	1,92	0,02	16,85	
			Рыба Горбуша	52,5	49		10,29	3,43	0	72,03	
			Мука пшеничная	2,25	2,25		0,24	0,03	1,65	7,4	
			Молоко	6	6		0,12	0,18	0,24	3,18	0,06
				<b>Итого</b>		<b>60</b>					
№ 165	Каша рассыпчатая пшеничная	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96		
		Пшено	20	20		2,4	0,58	12,66	66,8		
			<b>Итого</b>		<b>110</b>						
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	7	7		0	0	6,99	26,18		
			<b>Итого</b>		<b>180</b>						
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
			<b>Итого</b>		<b>40</b>						
№ 53	Икра кабачковая	Масло растительное	3	3		0	3	0	26,97		
		Кабачки	80	60		0,24	0,12	2,4	11,34	9	
		Лук репчатый	9	7		0,11	0	0,6	2,71	0,7	
		Томат	7	7		0,02	0	0,2	0,89	1,75	
			<b>Итого</b>		<b>40</b>						
Итого за 12 дней						37,3	40,53	153,02	1098,81	67,2	

День: Среда  
 Неделя: 3 неделя  
 Возрастная категория: если 12 ч

Прием пищи	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Объем д блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины и С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 93	Суп молочный с макаронными изделиями	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Вермишель, макароны	10	10		1,04	0,09	7,52	33,2	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>		<b>180</b>					
	№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2		0	0	0	0	
			Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4	
			Молоко	120	120		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
			<b>Итого</b>		<b>180</b>						
	№ 3	Бутерброд с маслом с	Батон	20	20		0	0	0	0	
			Масло сливочное	2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73	
			Сыр	5	5		0	0	0	0	0,1
<b>Итого</b>				<b>31</b>							
Второй завтрак	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
			<b>Итого</b>		<b>100</b>						
Обед	№ 63	Борщ с фасолью и	Фасоль	5	5		1,17	0,09	2,73	15,45	
			Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Свекла	40	32		0,45	0	0,58	12,29	3,2
			Лук репчатый	9,6	9,6		0,14	0	0,83	3,72	0,96
			Картофель	26,6	20		0,28	0	2,76	11,62	4
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,2	4,49	
			Томат	6	6		0,02	0	0,17	0,76	1,5
		<b>Итого</b>	<b>180</b>								
	№ 321	Картофельное пюре	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Картофель	125	94		1,32	0	12,97	54,61	18,8
			Молоко	17	16		0,32	0,48	0,64	8,48	0,16
			<b>Итого</b>		<b>110</b>						
		Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
	№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3
			Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1	
			Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0	
			<b>Итого</b>		<b>180</b>						
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
	<b>Итого</b>	<b>40</b>									
№ 307	Котлета рубленая из кур	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96		
		Курица	54	32		2,85	1,06	0	21,44		
		Сыр	3,3	3		0	0	0	0	0,06	
		Хлеб пшеничный	8	8		0,66	0,1	3,85	18,16		
		Молоко	11	11		0,22	0,33	0,44	5,83	0,11	
		<b>Итого</b>		<b>60</b>							
	Соль	Соль	3	3		0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>3</b>									
Уплотненный обед	№ 336	Капуста тушеная	Масло растительное	3,85	3,85		0	3,85	0	34,61	
			Лук зеленый	5,28	4,4		0,04	0	0,14	0,7	1,32
			Капуста белокочанная	157,63	126,06		1,76	0	5,42	28,24	75,64
			Мука пшеничная	1,32	1,32		0,14	0,02	0,97	4,34	
			Морковь	2,75	2,75		0,03	0	0,15	0,73	0,14
			Сахар	3,3	3,3		0	0	3,29	12,34	
			Томат	6,6	6,6		0,02	0	0,19	0,84	1,65
		<b>Итого</b>	<b>110</b>								
	№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1
			Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
Сахар			7	7		0	0	6,99	26,18		
<b>Итого</b>				<b>180</b>							
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
	<b>Итого</b>	<b>40</b>									
№ 466	Слоба обыкновенная	Яйцо	0,002	0,001		0,13	0,12	0,01	1,57		
		Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98		
		Мука пшеничная	30	30		3,18	0,39	21,96	98,7		
		Сахар	3	3		0	0	2,99	11,22		
		Дрожжи	0,05	0,05		0,01	0	0	0,04		
		<b>Итого</b>		<b>70</b>							
Итого за 3 день						24,25	30,93	155,51	976,04	118,09	

День: Четверг  
 Неделя: 3 неделя  
 Категория: ясли 12 ч

№ п/п	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Объем д	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный маняный	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Крупа манная	10	10		1,13	0,07	7,33	32,6	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
			<b>Итого</b>			<b>180</b>					
	№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2		0	0	0	0	
			Сахар	10	10		0	0	9,98	37,4	
			Молоко	92	92		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
			<b>Итого</b>			<b>180</b>					
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		<b>Итого</b>			<b>25</b>						
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
			<b>Итого</b>		<b>95</b>						
Обед	№ 57	Борщ с капустой и картофелем	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Капуста белокочанная	20	16		0,22	0	0,69	3,58	9,6
			Свекла	40	32		0,45	0	0,58	12,29	3,2
			Морковь	12,6	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	9,6	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	21,4	16		0,22	0	2,21	9,3	3,2
			Сахар	2	2		0	0	2	7,48	
			Томат	6	6		0,02	0	0,17	0,76	1,5
			<b>Итого</b>			<b>180</b>					
	Перец фаршированный мясом и рисом	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47		
		Перец болгарский	105	79		0	0	0	0	73,39	
		Мука пшеничная	0,75	0,75		0,08	0,01	0,55	2,47		
		Мясо говядина	68	51		7,19	2,5	0	51,41		
		Сметана	2,5	2,5		0,05	0,5	0,08	5,1	0,01	
Лук репчатый		13	11		0,17	0	0,95	4,26	1,1		
Рис		6	17		1,19	0,1	13,14	54,91			
Томат	1	1		0	0	0,03	0,13	0,25			
		<b>Итого</b>			<b>135</b>						
Помидор свежий	Помидоры свежие	43	40		0,12	0	1,16	5,08	10		
		<b>Итого</b>			<b>40</b>						
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
		<b>Итого</b>			<b>180</b>						
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6			
		<b>Итого</b>			<b>40</b>						
Пряник	Пряники	13	13		0	0	0	0			
		<b>Итого</b>			<b>13</b>						
Соль	Соль	3	3		0	0	0	0			
		<b>Итого</b>			<b>3</b>						
Уплотненный обед	№ 342	Рагу ов с цв кап	Капуста цветная	20	10		0,14	0	0,43	2,24	7
			Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Кабачки	18	12		0,05	0,02	0,48	2,27	1,8
			Морковь	23	18		0,18	0	1,01	4,75	0,9
			Лук репчатый	24	20		0,38	0	2,15	9,68	2,5
			Картофель	27	20		0,28	0	2,76	11,62	4
			Зеленый горошек	12	8		0,24	0	0,55	3,19	1,2
			<b>Итого</b>			<b>110</b>					
№ 261	Тефтеля рыбная	Рыба Минтай	44	41		6,52	0,29	0	28,29		
		Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
		Хлеб пшеничный	10	10		0,83	0,13	4,81	22,7		
		Мука пшеничная	4	4		0,42	0,05	2,93	13,16		
		Молоко	12	12		0,24	0,36	0,48	6,36	0,12	
		<b>Итого</b>			<b>60</b>						
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	7	7		0	0	6,99	26,18		
				<b>Итого</b>			<b>180</b>				
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8			
		<b>Итого</b>			<b>40</b>						
<b>Итого на 14 дней</b>											
						30,83	30,01	141,52	942,1	137,52	

День: Пятница  
 Неделя: 3 неделя  
 Возраст: ясли 12 ч

№ п/п	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Энергетическая	Пищевые вещества (г)			Витамины С, мг	
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный пшеничный	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Пшено	10	10		1,2	0,29	6,33	33,4	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 394	Чай с молоком или	Чай	2	2		0	0	0	0	0,2
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	72	70		1,4	2,1	2,8	37,1	0,7
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 3	Бутерброд с маслом с	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73		
Сыр			5	5		0	0	0	0	0,1	
			<b>Итого</b>	<b>31</b>							
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
			<b>Итого</b>	<b>95</b>							
Обед	№ 81	Суп картофельный с	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Морковь	13	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Горох	15	15		3,45	0,24	8,66	48,45	
			Картофель	55	40		0,56	0	5,52	23,24	8
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 291	Запеканка картофельная с мясом или печенью	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45	
			Мясо говядины	45	42		5,92	2,06	0	42,34	
			Лук репчатый	10	9		0,14	0	0,77	3,48	0,9
			Картофель	166	124		1,74	0	17,11	72,04	24,8
			<b>Итого</b>	<b>130</b>							
№ 20	Салат из белокачанной капусты	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
		Лук зеленый	5	4		0,04	0	0,12	0,64	1,2	
		Капуста белокачанная	40	32		0,45	0	1,38	7,17	19,2	
		Морковь	5	4		0,04	0	0,22	1,06	0,2	
		Сахар	2	2		0	0	2	7,48		
			<b>Итого</b>	<b>40</b>							
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3	
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
		Соль	3	3		0	0	0	0		
			<b>Итого</b>	<b>3</b>							
Уплотненный полдник	№ 236	Пудинг из творога с рисом	Яйцо	0,013	0,013		1,65	1,5	0,09	20,41	
			Масло сливочное	1	1		0,01	0,86	0,01	7,49	
			Творог	50	50		7	9	0,65	113	0,25
			Сметана	2	2		0,04	0,4	0,06	4,08	0,01
			Рис	7	7		0,49	0,04	5,41	22,61	
			Сахар	4	4		0	0	3,99	14,96	
				<b>Итого</b>	<b>100</b>						
	Сметана	Сметана		20	20		0,42	4	0,6	40,8	0,06
			<b>Итого</b>	<b>20</b>							
	Йогурт питьевой фруктовый	Йогурт питьевой		150	150		7,5	2,25	5,25	70,5	
<b>Итого</b>			<b>150</b>								
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
Итого за 15 дней						40,32	41,27	144,08	1086,91	71,12	

День: Понедельник



День: Понедельник  
 Неделя: 4 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С, мг
			Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
№ 167	Каша рассыпчатая пшеничная с фруктами	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
		Яблоки	21,5	15		0,05	0	1,53	6,21	1,5
		Изюм	2,65	2,5		0	0	0	0	
		Пшено	20	20		2,4	0,58	12,66	66,8	
		Сахар	3	3		0	0	2,99	11,22	
		<b>Итого</b>			<b>100</b>					
№ 395	Кофейный напиток с	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0
		Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
		Молоко	60	60		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9
		<b>Итого</b>		<b>180</b>						
№ 3	Бутерброд с маслом с	Батон	20	20		0	0	0	0	
		Масло сливочное	2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73	
		Сыр	5	5		0	0	0	0	0,1
		<b>Итого</b>		<b>31</b>						
№ 120	Вафли	Вафли	13	13		0	0	0	0	
		<b>Итого</b>		<b>13</b>						
№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
		<b>Итого</b>		<b>100</b>						
№ 87	Суп с рыбными консервами	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
		Консервы рыбные	30	30		0	0	0	0	
		Морковь	16	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
		Лук репчатый	7,7	4,8		0,07	0	0,41	1,86	0,48
		Картофель	70	52		0,73	0	7,18	30,21	10,4
		Рис	4	4		0,28	0,02	3,09	12,92	
		<b>Итого</b>		<b>180</b>						
№ 286	Тефтели мясная	Хлеб пшеничный	8	8		0,66	0,1	3,85	18,16	
		Мука пшеничная	4	4		0,42	0,05	2,93	13,16	
		Мясо говядина	50	47		6,63	2,3	0	47,38	
		Лук репчатый	14	12		0,18	0	1,03	4,64	1,2
		Молоко	12	12		0,24	0,36	0,48	6,36	0,12
		<b>Итого</b>		<b>60</b>						
№ 321	Картофельное пюре	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
		Картофель	125	94		1,32	0	12,97	54,61	18,8
		Молоко	17	16		0,32	0,48	0,64	8,48	0,16
		<b>Итого</b>		<b>110</b>						
Огурец свежий	Огурцы свежие		45	40		0,28	0	1,12	5,56	4
		<b>Итого</b>		<b>40</b>						
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3
		Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1	
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0	
		<b>Итого</b>		<b>180</b>						
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		34	34		1,88	0,28	19,92	85,6	
		<b>Итого</b>		<b>40</b>						
Соль	Соль		3	3		0	0	0	0	
		<b>Итого</b>		<b>3</b>						
№ 241	Зразы из творога с изюмом	Яйцо	0,004	0,004		0,51	0,46	0,03	6,28	
		Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98	
		Изюм	11	7		0	0	0	0	
		Творог	70	67		9,38	12,06	0,87	151,42	0,34
		Мука пшеничная	7	7		0,74	0,09	5,12	23,03	
		Сметана	1	1		0,02	0,2	0,03	2,04	0
		Сахар	4	4		0	0	3,99	14,96	
		<b>Итого</b>		<b>100</b>						
Йогурт питьевой фруктовый	Йогурт питьевой		150	150		7,5	2,25	5,25	70,5	
		<b>Итого</b>		<b>150</b>						
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
		<b>Итого</b>		<b>40</b>						
<b>Итого на 16 дней</b>						<b>39</b>	<b>35,15</b>	<b>135,62</b>	<b>992,59</b>	<b>41,5</b>

День: Вторник  
 Медали: 4 неделя  
 Категория: ясли 12 ч

Изм. пище	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Объем	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 94	Суп молочный	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Хлопья овсяные	10	10		0	0	0	0	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 395	Кофейный напиток с	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	90	90		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			<b>Итого</b>	<b>25</b>							
Второй завтрак	№ 368	Банан	Бананы	167	100		1,5	0,5	21	96	10
			<b>Итого</b>	<b>95</b>							
Обед	№ 81	Суп картофельный с	Фасоль	15	15		3,5	0,26	8,18	46,35	
			Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Морковь	13	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	55	40		0,56	0	5,52	23,24	8
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
№ 290	Пудинг из говядины	Яйцо	0,008	0,008		1,02	0,92	0,06	12,56		
		Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		Крупа манная	12	12		1,36	0,08	8,8	39,12		
		Мясо говядины	90	86		12,13	4,21	0	86,69		
		Сметана	4	4		0,08	0,8	0,12	8,16	0,01	
		Молоко	24	24		0,48	0,72	0,96	12,72	0,24	
			<b>Итого</b>	<b>50</b>							
№ 315	Рис отварной	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		Рис	20	20		1,4	0,12	15,46	64,6		
		<b>Итого</b>	<b>100</b>								
№ 20	Салат из белокочанной капусты	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
		Лук зеленый	5	4		0,04	0	0,12	0,64	1,2	
		Капуста белокочанная	40	32		0,45	0	1,38	7,17	19,2	
		Морковь	5	4		0,04	0	0,22	1,06	0,2	
		Сахар	2	2		0	0	2	7,48		
			<b>Итого</b>	<b>40</b>							
№382	Кисель из сока	Сок фруктовый кг	45	45		0	0	0	0		
		Крахмал	7	7		0	0	0	0		
		Сахар	18	18		0	0	17,96	67,32		
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
Соль	Соль		3	3		0	0	0	0		
		<b>Итого</b>	<b>3</b>								
№ 258	Шницель рыбный натуральный	Яйцо	0,0023	0,0023		0,29	0,26	0,02	3,53		
		Рыба Горбуша	54	51		10,71	3,57	0	74,97		
		Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98		
		Лук репчатый	12	10		0,15	0	0,86	3,87	1	
		Молоко	5	5		0,1	0,15	0,2	2,65	0,05	
			<b>Итого</b>	<b>60</b>							
№ 318	Картофель отварной	Масло сливочное	5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
		Картофель	160	120		1,68	0	16,56	69,72	24	
		<b>Итого</b>	<b>120</b>								
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	7	7		0	0	6,99	26,18		
		<b>Итого</b>	<b>180</b>								
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		31	31		3,32	0,52	19,24	90,8		
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
№ 53	Икра кабачковая	Масло растительное	3	3		0	3	0	26,97		
		Кабачки	80	60		0,24	0,12	2,4	11,34	9	
		Лук репчатый	9	7		0,11	0	0,6	2,71	0,7	
		Томат	7	7		0,02	0	0,2	0,89	1,75	
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
<b>Итого за 17 дней</b>						45,63	48,64	168,3	1262,83	79,8	

День:  
 Неделя: 4 неделя  
 Возрастная группа: ясли 12 ч

№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Пищевые вещества (г)	Энергетическая	Витамины С, мг		
			Брутто	Нетто					
№ 94	Суп молочный маняный	Масло сливочное	2	2	0,01	1,71	0,02	14,98	
		Крупа манная	10	10	1,13	0,07	7,33	32,6	
		Сахар	1,6	1,6	0	0	1,6	5,98	
		Молоко	140	140	2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
		<b>Итого</b>	<b>180</b>						
№ 397	Какао с молоком	Какао-порошок	2	2	0	0	0	0	
		Сахар	10	10	0	0	9,98	37,4	
		Молоко	92	92	2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
		<b>Итого</b>	<b>180</b>						
№ 3	Бутерброд с маслом с	Батон	20	20	0	0	0	0	
		Масло сливочное	2,5	2,5	0,02	2,14	0,02	18,73	
		Сыр	5	5	0	0	0	0	0,1
		<b>Итого</b>	<b>31</b>						
№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100	0	0	0	0	
		<b>Итого</b>	<b>100</b>						
№ 67	Щи из свежей капусты с картофелем	Масло растительное	4	4	0	4	0	35,96	
		Капуста белокочанная	50	40	0,56	0	1,72	8,96	24
		Морковь	12,6	10	0,1	0	0,56	2,64	0,5
		Лук репчатый	9,6	8	0,12	0	0,69	3,1	0,8
		Картофель	27	20	0,28	0	2,76	11,62	4
		<b>Итого</b>	<b>180</b>						
№ 310	Суфле куриное	Яйцо	0,01	0,01	1,27	1,15	0,07	15,7	
		Индейка	43	42	9,07	5,04	0,34	82,74	
		Масло сливочное	2	2	0,01	1,71	0,02	14,98	
		Мука пшеничная	2	2	0,21	0,03	1,46	6,58	
		Молоко	10	10	0,2	0,3	0,4	5,3	0,1
		<b>Итого</b>	<b>60</b>						
№ 165	Каша рассыпчатая	Масло сливочное	4	4	0,02	3,42	0,04	29,96	
		Крупа гречневая	25	25	3,15	0,65	17	82,25	
		<b>Итого</b>	<b>110</b>						
	Помидор свежий	Помидоры свежие	43	40	0,12	0	1,16	5,08	10
		<b>Итого</b>	<b>40</b>						
№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30	0,09	0	3,06	12,42	3
		Сахар	15	15	0	0	14,97	56,1	
		Аскорбиновая кислота	0,01	0	0	0	0	0	
		<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34	1,88	0,28	19,92	85,6	
		<b>Итого</b>	<b>40</b>						
	Соль	Соль	3	3	0	0	0	0	
		<b>Итого</b>	<b>3</b>						
№ 215	Омлет натуральный	Яйцо	1	1	127	115	7	1570	
		Масло сливочное	3	3	0,02	2,57	0,03	22,47	
		Молоко	20	20	0,4	0,6	0,8	10,6	0,2
		<b>Итого</b>	<b>60</b>						
№ 45	Винегрет овощной	Огурцы консервированные	10	8	0,05	0	0,09	0,56	
		Масло растительное	3	3	0	3	0	26,97	
		Свекла	10	8	0,11	0	0,14	3,07	0,8
		Морковь	8	6	0,06	0	0,34	1,58	0,3
		Лук репчатый	8	6	0,09	0	0,52	2,32	0,6
		<b>Итого</b>	<b>40</b>						
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5	0,02	0	0,08	0,85	1
		Чай	0,5	0,5	0	0	0	0	0,05
		Сахар	7	7	0	0	6,99	26,18	
		<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31	3,32	0,52	19,24	90,8	
		<b>Итого</b>	<b>40</b>						
<b>Итого за 18 дней</b>					<b>154,25</b>	<b>149,39</b>	<b>129,33</b>	<b>2457,09</b>	<b>49,85</b>

День: Четверг  
 Неделя: 4 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

Имя воспитателя	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Витамин С, мг	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
Завтрак	№ 93	Суп молочный с макаронными изделиями	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Вермишель, макароны	10	10		1,04	0,09	7,52	33,2	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 395	Кофейный напиток с	Напиток кофейный	2	2		0	0	0	0	0
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	60	60		1,8	2,7	3,6	47,7	0,9
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 1	Бутерброд с маслом	Батон	20	20		0	0	0	0	
Масло сливочное			5	5		0,03	4,28	0,05	37,45		
			<b>Итого</b>	<b>25</b>							
Второй завтрак	№ 368	Яблоки свежие	Яблоки	114	100		0,3	0	10,2	41,4	10
			<b>Итого</b>	<b>95</b>							
Обед	№ 58	Борщ с картофелем (Свекольник)	Масло растительное	4	4		0	4	0	35,96	
			Свекла	41	32		0,45	0	0,58	12,29	3,2
			Морковь	12,6	10		0,1	0	0,56	2,64	0,5
			Лук репчатый	9,6	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	53,4	40		0,56	0	5,52	23,24	8
			Сахар	1,2	1,2		0	0	1,2	4,49	
			Томат	6	6		0,02	0	0,17	0,76	1,5
				<b>Итого</b>	<b>180</b>						
	№ 298	Голубцы ленивые	Яйцо	0,004	0,004		0,51	0,46	0,03	6,28	
			Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
Капуста белокочанная			100	78		1,09	0	3,35	17,47	46,8	
Мясо говядина			65	49		6,91	2,4	0	49,39		
Сметана			8,3	8,3		0,17	1,66	0,25	16,93	0,02	
Лук репчатый			13	10		0,15	0	0,86	3,87	1	
			<b>Итого</b>	<b>130</b>							
		Огурец свежий	Огурцы свежие	45	40		0,28	0	1,12	5,56	4
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
№ 376	Компот из сухофруктов	Курага	7	7		0	0	0	0	0,28	
		Изюм	8	8		0	0	0	0		
		Сахар	12	12		0	0	11,98	44,88		
		Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0		
		<b>Итого</b>	<b>180</b>								
		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6	
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
		Соль	Соль	3	3		0	0	0	0	
		<b>Итого</b>	<b>3</b>								
Уплотненный полдник	№ 268	Суфле из рыбы	Яйцо	0,0075	0,0075		0,95	0,86	0,05	11,78	
			Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
			Рыба Горбуша	57	51,75		10,87	3,62	0	76,07	
			Масло растительное	2,25	2,25		0	2,25	0	20,23	
			Мука пшеничная	16	16		1,7	0,21	11,71	52,64	
	Молоко	16	16		0,32	0,48	0,64	8,48	0,16		
		<b>Итого</b>	<b>60</b>								
№ 321	Картофельное пюре	Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96		
		Картофель	125	94		1,32	0	12,97	54,61	18,8	
		Молоко	17	16		0,32	0,48	0,64	8,48	0,16	
		<b>Итого</b>	<b>110</b>								
		Помидор свежий	Помидоры свежие	43	40		0,12	0	1,16	5,08	10
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
№ 393	Чай с лимоном	Лимоны	3	2,5		0,02	0	0,08	0,85	1	
		Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05	
		Сахар	7	7		0	0	6,99	26,18		
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
		Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
		<b>Итого</b>	<b>40</b>								
Итого за 19 дней						38,15	38,27	150,27	1078,16	108,37	

День: Пятница  
 Неделя: 4 неделя  
 Возрастная категория: ясли 12 ч

№ п/п	№ блюда	Наименование блюда	Продукты	Масса		Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины С, мг
				Брутто	Нетто		Б	Ж	У		
	№ 94	Суп молочный гречневый	Масло сливочное	2	2		0,01	1,71	0,02	14,98	
			Крупа гречневая	10	10		1,26	0,26	6,8	32,9	
			Сахар	1,6	1,6		0	0	1,6	5,98	
			Молоко	140	140		2,4	3,6	4,8	63,6	1,2
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
пастра	№ 394	Чай с молоком или	Чай	0,5	0,5		0	0	0	0	0,05
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
			Молоко	77	75		1,5	2,25	3	39,75	0,75
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
	№ 3	Бутерброд с маслом с сыром	Батон	20	20		0	0	0	0	
			Масло сливочное	2,5	2,5		0,02	2,14	0,02	18,73	
			Сыр	5	5		0	0	0	0	0,1
			<b>Итого</b>	<b>31</b>							
Итого за 20 дней	№ 399	Сок Фруктовый	Сок фруктовый кг	100	100		0	0	0	0	
			<b>Итого</b>	<b>100</b>							
	№ 80	Суп картофельный с крупой	Масло сливочное	3	3		0,02	2,57	0,03	22,47	
			Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98	
			Пшено	8	8		0,96	0,23	5,06	26,72	
			Морковь	10	8		0,08	0	0,45	2,11	0,4
			Лук репчатый	10	8		0,12	0	0,69	3,1	0,8
			Картофель	80	65		0,91	0	8,97	37,77	13
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
	№ 292	Макаронник с мясом	Яйцо	0,01	0,01		1,27	1,15	0,07	15,7	
			Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Мясо говядины	50	45		6,35	2,21	0	45,36	
			Лук репчатый	17	14		0,21	0	1,2	5,42	1,4
			Вермишель, макароны	35	115		11,96	1,04	86,48	381,8	
			Молоко	9	9		0,18	0,27	0,36	4,77	0,09
<b>Итого</b>	<b>160</b>										
Обед	№ 20	Салат из белокочанной капусты	Масло растительное	2	2		0	2	0	17,98	
			Лук зеленый	5	4		0,04	0	0,12	0,64	1,2
			Капуста белокочанная	40	32		0,45	0	1,38	7,17	19,2
			Морковь	5	4		0,04	0	0,22	1,06	0,2
			Сахар	2	2		0	0	2	7,48	
<b>Итого</b>	<b>40</b>										
	№ 372	Компот из свежих плодов	Яблоки	34	30		0,09	0	3,06	12,42	3
			Сахар	15	15		0	0	14,97	56,1	
			Аскорбиновая кислота	0,01	0		0	0	0	0	
			<b>Итого</b>	<b>180</b>							
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	34	34		1,88	0,28	19,92	85,6		
			<b>Итого</b>	<b>40</b>							
			Соль	3	3		0	0	0	0	
<b>Итого</b>	<b>3</b>										
Уплотненный рацион	№ 240	Пудинг из творога с яблоками	Яйцо	0,01	0,01		1,27	1,15	0,07	15,7	
			Масло сливочное	4	4		0,02	3,42	0,04	29,96	
			Яблоки	38	26		0,08	0	2,65	10,76	2,6
			Творог	68,9	68		9,52	12,24	0,88	153,68	0,34
			Сметана	4	4		0,08	0,8	0,12	8,16	0,01
			Сахар	8	8		0	0	7,98	29,92	
<b>Итого</b>	<b>100</b>										
	№ 401	Ряженка	Ряженка	150	150		4,5	9	6,15	123	0,05
			<b>Итого</b>	<b>150</b>							
			Хлеб пшеничный	31	31		3,32	0,52	19,24	90,8	
<b>Итого</b>	<b>40</b>										
Итого за 20 дней						48,56	52,26	206,37	1449,45	44,39	

Итого за 20 дней						501,05	504,32	1516,12	12359,7	746,76
Итого за 20 дней						50,105	50,432	151,612	1235,97	74,676
Итого за 20 дней						4,05	4,08	12,27		