

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Возраст 1 - 3 лет

Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность, ккал	Витамины				Минералы				Тех. карта
		Белки,г	Жиры,г	Углевод ы,г		В1,мг	С,мг	А,рет. экв.	Д,мкг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг	Fe,мг	
День 1														
Завтрак														
Каша манная молочная вязкая	200	6,698	6,519	39,646	244,049	0,192	0,420	38,050	1,150	136,180	102,390	17,812	0,524	№18
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Какао с молоком сгущенным	200	3,319	3,590	21,335	130,926	0,025	0,740	17,932	0,019	180,532	98,940	23,144	0,604	PK05-463
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Всего	485,00	17,327	23,864	85,421	629,145	0,375	1,265	164,482	1,604	415,712	321,430	54,046	1,676	
Завтрак второй														
Творожок в индивидуальной упаковке	100	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	№1-100гр
Всего	100,00	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	
Обед														
Салат из солёных огурцов с луком	60	0,606	3,063	1,698	36,831	0,014	2,850	2,400	0,000	13,830	16,800	7,980	0,360	№30
Свекольник	200	7,712	10,215	14,098	179,016	0,092	10,770	102,880	0,090	44,575	112,595	32,146	1,762	PK530-34
Плов из говядины	150	12,205	12,561	31,767	288,935	0,074	1,050	102,180	0,120	15,004	165,588	37,700	1,891	№54-11м-2020
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Компот из смеси сухофруктов	200	0,460	0,000	21,725	88,700	0,001	0,040	20,000	0,000	2,520	3,960	1,940	0,060	PK05-495
Всего	670,00	24,582	26,919	93,648	718,282	0,331	14,710	227,460	0,270	89,729	351,143	87,566	4,451	

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МКДОУ ДС С.ЧУМИКАН

Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Пирожки печеные с капустой	50	3,239	3,573	17,749	116,004	0,051	18,060	10,121	0,067	22,099	32,963	8,964	0,537	№451
Всего	250,00	3,439	3,624	24,649	144,854	0,051	18,160	10,621	0,067	27,049	41,203	13,364	1,357	
Всего	1505,00	52,748	60,307	214,718	1618,981	0,757	34,135	402,563	2,213	655,490	719,776	160,976	7,484	
День 2														
Завтрак														
Каша пшенная молочная жидкая	180	6,895	7,998	31,288	224,714	0,170	0,546	43,750	1,465	175,030	167,640	42,640	1,073	№185
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Чай с сахаром	150	0,040	0,010	5,153	20,862	0,000	0,020	0,100	0,000	0,990	1,648	0,880	0,164	PK56-701м
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6о
Всего	440,00	15,665	21,938	61,161	507,986	0,348	0,566	213,150	2,555	213,020	260,188	56,160	2,635	
Завтрак второй														
Фруктово-ягодное пюре (готовое изделие в инд. упаковке)	90	0,540	0,180	5,040	23,940	0,027	3,150	3,600	0,000	19,800	16,200	3,600	0,090	PK27-90/90
Всего	90,00	0,540	0,180	5,040	23,940	0,027	3,150	3,600	0,000	19,800	16,200	3,600	0,090	
Обед														
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,520	2,278	10,475	72,482	0,048	76,000	53,750	0,000	66,904	50,315	25,266	0,909	PK522-1
Рассольник "Ленинградский" с курицей	250	6,846	9,822	18,049	187,993	0,128	9,682	70,340	0,000	25,078	117,930	31,402	1,424	№90
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,644	5,593	36,009	216,951	0,087	0,000	30,804	0,136	12,346	46,037	8,297	0,844	№54-1г
Котлета рыбная	80	11,994	2,440	7,388	99,682	0,112	0,320	26,128	0,409	33,032	171,769	37,824	0,740	PK522-54-3p
Соус белый основной	100	0,704	3,758	4,410	54,227	0,013	1,482	24,255	0,100	8,730	10,347	2,647	0,339	PK522-54-2соус
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,130	0,036	11,811	48,100	0,000	0,168	0,480	0,000	1,176	1,032	0,000	0,024	№410
Всего	940,00	31,438	25,007	112,502	804,234	0,540	87,653	205,757	0,705	161,066	449,631	113,236	4,658	

Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Пирожок с картофелем и луком	60	5,222	4,407	36,273	205,431	0,109	2,525	5,242	0,020	14,079	58,949	13,507	0,814	№453/503
Всего	260,00	5,422	4,458	43,173	234,281	0,110	2,625	5,742	0,020	19,029	67,189	17,907	1,634	
Всего	1730,00	53,065	51,583	221,876	1570,441	1,025	93,994	428,249	3,280	412,915	793,208	190,904	9,017	
День 3														
Завтрак														
Суп молочный с вермишелью	200	4,690	6,414	19,976	156,390	0,075	0,840	40,820	2,156	257,032	140,240	23,056	0,391	№139/2
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Какао с молоком сгущенным	200	3,319	3,590	21,335	130,926	0,025	0,740	17,932	0,019	180,532	98,940	23,144	0,604	PK05-463
Всего	485,00	15,319	23,759	65,751	541,486	0,257	1,685	167,252	2,610	536,564	359,280	59,290	1,543	
Завтрак второй														
Сок из фруктов и (или) овощей (в инд. упаковке)	200	0,200	0,200	23,200	95,400	0,006	10,000	4,000	0,028	16,000	10,000	10,000	0,680	№14/200
Всего	200,00	0,200	0,200	23,200	95,400	0,006	10,000	4,000	0,028	16,000	10,000	10,000	0,680	
Обед														
Салат из моркови с чесноком	100	1,422	6,103	7,383	90,112	0,058	4,930	457,000	0,000	32,078	54,177	35,867	0,701	№120
Борщ мясной с капустой и картофелем	180	4,516	5,925	11,611	117,834	0,081	18,394	66,606	0,004	34,972	79,341	28,543	1,455	№62
Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	80	11,220	12,113	10,788	197,023	0,059	1,260	21,744	0,096	16,788	130,170	19,663	1,784	№54-15м
Соус красный основной	100	1,707	2,370	10,861	72,015	0,047	2,209	54,292	0,060	11,071	26,898	14,942	0,645	№54-3с - 2020.
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Компот из смеси сухофруктов	200	0,460	0,000	21,725	88,700	0,001	0,040	20,000	0,000	2,520	3,960	1,940	0,060	PK05-495
Всего	720,00	22,924	27,591	86,728	690,484	0,395	26,834	619,642	0,220	111,228	346,746	108,755	5,023	
Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн

Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	80	5,222	6,096	46,796	262,737	0,081	0,126	32,940	0,205	15,993	47,356	9,458	1,000	№455
Всего	280,00	5,422	6,147	53,696	291,587	0,082	0,226	33,440	0,205	20,943	55,596	13,859	1,820	
Всего	1685,00	43,866	57,697	229,374	1618,957	0,740	38,745	824,334	3,063	684,735	771,623	191,904	9,066	
День 4														
Завтрак														
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	205	6,925	9,195	28,748	225,447	0,157	0,636	45,970	1,690	208,060	195,810	53,560	1,196	№93
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Чай с сахаром	150	0,040	0,010	5,153	20,862	0,000	0,020	0,100	0,000	0,990	1,648	0,880	0,164	PK56-701м
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№213
Всего	465,00	15,695	23,135	58,621	508,719	0,335	0,656	215,370	2,780	246,050	288,358	67,080	2,758	
Завтрак второй														
Творожок в индивидуальной упаковке	100	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	№1-100гр
Всего	100,00	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	
Обед														
Салат из зелёного горошка с луком	40	1,328	2,282	3,012	37,894	0,026	2,869	26,296	0,000	8,452	23,907	7,079	0,477	№652
Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200	7,955	6,981	13,611	149,133	0,082	8,360	90,670	0,956	23,140	122,092	28,292	0,944	PK510-87.
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,728	7,207	39,453	257,589	0,297	0,000	32,184	0,136	16,456	207,287	138,137	4,651	№54-4г
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,130	0,036	11,811	48,100	0,000	0,168	0,480	0,000	1,176	1,032	0,000	0,024	№410
Соус белый основной	100	0,704	3,758	4,410	54,227	0,013	1,482	24,255	0,100	8,730	10,347	2,647	0,339	PK522-54-2coyc
Котлеты из курицы	75	15,450	4,146	11,685	145,799	0,107	0,077	7,878	0,203	43,984	126,157	53,709	1,110	№54-5м

Всего	825,00	37,895	25,490	108,342	817,542	0,676	12,957	181,763	1,455	115,739	543,023	237,663	7,924	
Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Пирожки печеные с капустой	50	3,239	3,573	17,749	116,004	0,051	18,060	10,121	0,067	22,099	32,963	8,964	0,537	№451
Всего	250,00	3,439	3,624	24,649	144,854	0,051	18,160	10,621	0,067	27,049	41,203	13,364	1,357	
Всего	1640,00	64,429	58,150	202,612	1597,815	1,062	31,773	407,754	4,574	511,838	878,584	324,108	12,038	
День 5														
Завтрак														
Каша гречневая молочная вязкая	200	7,060	6,825	25,431	191,389	0,134	0,780	38,160	1,990	242,012	193,480	68,296	1,821	№4
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Какао с молоком сгущенным	200	3,319	3,590	21,335	130,926	0,025	0,740	17,932	0,019	180,532	98,940	23,144	0,604	PK05-463
Всего	485,00	17,689	24,170	71,206	576,485	0,316	1,625	164,592	2,444	521,544	412,520	104,530	2,973	
Завтрак второй														
Фруктово-ягодное пюре (готовое изделие в инд. упаковке)	90	0,540	0,180	5,040	23,940	0,027	3,150	3,600	0,000	19,800	16,200	3,600	0,090	PK27-90/90
Всего	90,00	0,540	0,180	5,040	23,940	0,027	3,150	3,600	0,000	19,800	16,200	3,600	0,090	
Обед														
Салат из моркови с чесноком	100	1,422	6,103	7,383	90,112	0,058	4,930	457,000	0,000	32,078	54,177	35,867	0,701	№120
Суп с крупами на костном бульоне	200	10,045	7,237	14,545	163,668	0,138	1,315	48,201	0,000	25,587	176,719	34,688	0,765	№2/00
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Пельмени рыбные	205	20,297	7,814	42,603	319,078	0,184	1,382	55,272	0,662	39,519	235,870	36,361	1,347	№230
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Компот из смеси сухофруктов	180	0,414	0,000	14,540	59,780	0,001	0,036	18,000	0,000	2,268	3,564	1,746	0,054	№376
Всего	755,00	35,828	30,484	103,511	832,208	0,531	7,663	643,773	0,872	114,452	524,431	116,502	3,264	

Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Пирожок деликатесный с начинкой из вареного сгущенного молока	100	6,700	3,300	50,900	253,400	0,204	0,400	16,000	0,000	140,060	126,900	19,360	0,560	№1
Всего	300,00	6,900	3,351	57,800	282,250	0,205	0,500	16,500	0,000	145,010	135,140	23,760	1,380	
Всего	1630,00	60,957	58,185	237,557	1714,883	1,079	12,938	828,465	3,316	800,806	1088,291	248,392	7,707	
День 6														
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая	100	2,861	4,031	16,698	114,518	0,024	0,354	24,305	0,935	108,322	77,265	15,970	0,218	PK522-268
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Чай с сахаром	150	0,040	0,010	5,153	20,862	0,000	0,020	0,100	0,000	0,990	1,648	0,880	0,164	PK56-701м
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6о
Всего	360,00	11,630	17,972	46,571	397,790	0,203	0,374	193,705	2,025	146,312	169,813	29,490	1,780	
Завтрак второй														
Сок из фруктов и (или) овощей (в инд. упаковке)	200	0,200	0,200	23,200	95,400	0,006	10,000	4,000	0,028	16,000	10,000	10,000	0,680	№14/200
Всего	200,00	0,200	0,200	23,200	95,400	0,006	10,000	4,000	0,028	16,000	10,000	10,000	0,680	
Обед														
Салат из консервированной кукурузы	50	1,349	3,276	6,188	59,630	0,009	2,232	0,930	0,000	19,530	19,125	6,045	0,167	PK510-12
Суп картофельный с вермишелью с курицей	180	6,768	7,401	14,965	153,540	0,114	6,642	58,932	0,007	16,920	93,189	23,006	1,178	№82
Картофельное пюре	150	3,274	6,274	21,744	156,540	0,157	12,744	39,864	0,496	58,696	96,587	32,477	1,186	№54-11г-2020.
Печень тушёная в соусе	115	19,304	9,296	9,684	199,584	0,322	34,030	888,405	1,296	21,368	335,115	20,362	7,215	№240.
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,162	0,045	12,158	49,700	0,001	0,210	0,600	0,000	1,470	1,290	0,000	0,030	№233
Всего	755,00	34,456	27,372	89,099	743,794	0,752	55,858	988,731	1,859	131,784	597,506	89,690	10,155	

Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Пирожки печеные с капустой	50	3,239	3,573	17,749	116,004	0,051	18,060	10,121	0,067	22,099	32,963	8,964	0,537	№451
Всего	250,00	3,439	3,624	24,649	144,854	0,051	18,160	10,621	0,067	27,049	41,203	13,364	1,357	
Всего	1565,00	49,726	49,168	183,519	1381,837	1,012	84,392	1197,057	3,979	321,145	818,522	142,545	13,972	
День 7														
Завтрак														
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная вязкая	200	11,416	16,873	41,892	365,089	0,238	1,182	88,640	3,155	386,170	326,615	84,710	1,844	PK522-266
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Какао с молоком сгущенным	200	3,319	3,590	21,335	130,926	0,025	0,740	17,932	0,019	180,532	98,940	23,144	0,604	PK05-463
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Всего	485,00	22,045	34,218	87,667	750,185	0,421	2,027	215,072	3,609	665,702	545,655	120,944	2,996	
Завтрак второй														
Творожок в индивидуальной упаковке	100	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	№1-100гр
Всего	100,00	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	
Обед														
Салат из солёных огурцов с луком	60	0,606	3,063	1,698	36,831	0,014	2,850	2,400	0,000	13,830	16,800	7,980	0,360	№30
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	8,691	3,609	17,043	135,539	0,148	11,025	123,352	0,266	37,179	161,503	49,558	1,263	№72/2
Горошница	150	17,250	1,200	36,075	224,250	0,608	0,000	1,500	0,000	88,090	169,875	80,360	5,115	PK522-54-21г
Котлеты из курицы	75	15,450	4,146	11,685	145,799	0,107	0,077	7,878	0,203	43,984	126,157	53,709	1,110	№54-5м
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Компот из свежемороженных ягод	200	0,160	0,080	8,360	36,440	0,004	8,000	1,000	0,000	6,000	4,000	3,000	0,200	№491
Всего	745,00	45,757	13,178	99,220	703,658	1,030	21,952	136,130	0,529	202,883	530,535	202,407	8,426	
Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн

Пирожок с картофелем и луком	60	5,222	4,407	36,273	205,431	0,109	2,525	5,242	0,020	14,079	58,949	13,507	0,814	№453/503
Всего	260,00	5,422	4,458	43,173	234,281	0,110	2,625	5,742	0,020	19,029	67,189	17,907	1,634	
Всего	1590,00	80,624	57,754	241,060	1814,824	1,561	26,604	356,944	4,430	1010,615	1149,379	347,259	13,057	
День 8														
Завтрак														
Суп молочный с вермишелью	200	4,690	6,414	19,976	156,390	0,075	0,840	40,820	2,156	257,032	140,240	23,056	0,391	№139/2
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6о
Чай с сахаром	150	0,040	0,010	5,153	20,862	0,000	0,020	0,100	0,000	0,990	1,648	0,880	0,164	PK56-701м
Всего	460,00	13,460	20,354	49,849	439,662	0,253	0,860	210,220	3,246	295,022	232,788	36,576	1,953	
Завтрак второй														
Фруктово-ягодное пюре (готовое изделие в инд. упаковке)	90	0,540	0,180	5,040	23,940	0,027	3,150	3,600	0,000	19,800	16,200	3,600	0,090	PK27-90/90
Всего	90,00	0,540	0,180	5,040	23,940	0,027	3,150	3,600	0,000	19,800	16,200	3,600	0,090	
Обед														
Салат из квашеной капусты с луком	100	1,436	6,095	5,032	80,727	0,029	31,361	486,000	0,000	43,600	30,058	14,603	0,728	№9
Суп гороховый	250	8,390	5,595	18,755	159,005	0,297	1,250	50,700	0,000	47,600	93,400	43,350	2,570	PK522-144
Каша перловая рассыпчатая	150	4,690	6,350	33,514	209,966	0,061	0,000	36,740	0,160	21,340	163,301	20,115	0,927	PK522-54-5г
Котлета рыбная	80	11,994	2,440	7,388	99,682	0,112	0,320	26,128	0,409	33,032	171,769	37,824	0,740	PK522-54-3р
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,130	0,036	11,811	48,100	0,000	0,168	0,480	0,000	1,176	1,032	0,000	0,024	№410
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Всего	840,00	30,240	21,596	100,860	722,280	0,650	33,099	600,048	0,629	160,548	511,760	123,692	5,367	

Полдник														
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	80	5,222	6,096	46,796	262,737	0,081	0,126	32,940	0,205	15,993	47,356	9,458	1,000	№455
Всего	280,00	5,422	6,147	53,696	291,587	0,082	0,226	33,440	0,205	20,943	55,596	13,859	1,820	
Всего	1670,00	49,662	48,277	209,445	1477,469	1,011	37,335	847,308	4,080	496,313	816,345	177,726	9,229	
День 9														
Завтрак														
Каша пшенная молочная вязкая	150	6,750	9,784	31,332	240,384	0,176	0,468	54,540	1,330	155,344	161,640	42,668	1,143	PK522-54-6к
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Какао с молоком сгущенным	200	3,319	3,590	21,335	130,926	0,025	0,740	17,932	0,019	180,532	98,940	23,144	0,604	PK05-463
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Всего	435,00	17,379	27,129	77,107	625,480	0,359	1,313	180,972	1,784	434,876	380,680	78,902	2,295	
Завтрак второй														
Сок из фруктов и (или) овощей (в инд. упаковке)	200	0,200	0,200	23,200	95,400	0,006	10,000	4,000	0,028	16,000	10,000	10,000	0,680	№14/200
Всего	200,00	0,200	0,200	23,200	95,400	0,006	10,000	4,000	0,028	16,000	10,000	10,000	0,680	
Обед														
Салат из моркови с чесноком	100	1,422	6,103	7,383	90,112	0,058	4,930	457,000	0,000	32,078	54,177	35,867	0,701	№120
Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200	7,955	6,981	13,611	149,133	0,082	8,360	90,670	0,956	23,140	122,092	28,292	0,944	PK510-87.
Капуста тушёная	150	3,954	5,364	16,785	131,511	0,079	100,290	94,389	0,136	92,740	71,570	37,715	1,442	№54-8г
Котлеты из курицы	75	15,450	4,146	11,685	145,799	0,107	0,077	7,878	0,203	43,984	126,157	53,709	1,110	№54-5м
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Компот из смеси сухофруктов	180	0,414	0,000	14,540	59,780	0,001	0,036	18,000	0,000	2,268	3,564	1,746	0,054	№376
Всего	765,00	32,796	23,676	88,364	701,135	0,476	113,693	667,937	1,355	208,010	429,761	165,129	4,629	

Полдник														
Пирожок печёный из сдобного теста с рисом и печенью	60	8,300	4,629	25,093	175,098	0,137	8,375	234,920	0,446	11,904	117,525	11,787	2,246	PK05-535/573-2
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Всего	260,00	8,500	4,680	31,993	203,948	0,138	8,475	235,420	0,446	16,854	125,765	16,187	3,066	
Всего	1660,00	58,876	55,685	220,663	1625,962	0,978	133,481	1088,329	3,613	675,740	946,206	270,218	10,670	
День 10														
Завтрак														
Каша гречневая молочная вязкая	200	7,060	6,825	25,431	191,389	0,134	0,780	38,160	1,990	242,012	193,480	68,296	1,821	№4
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Чай с сахаром	150	0,040	0,010	5,153	20,862	0,000	0,020	0,100	0,000	0,990	1,648	0,880	0,164	PK56-701м
Всего	435,00	14,410	20,590	55,024	466,421	0,291	0,905	146,760	2,425	342,002	315,228	82,266	2,533	
Завтрак второй														
Творожок в индивидуальной упаковке	100	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	№1-100гр
Всего	100,00	7,400	5,900	11,000	126,700	0,000	0,000	0,000	0,272	123,000	6,000	6,000	0,000	
Обед														
Икра кабачковая (готовая продукция)	50	0,950	4,450	3,850	59,250	0,025	7,500	20,000	0,000	13,750	16,200	10,300	0,450	№53
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7,453	6,661	14,155	146,381	0,123	8,725	56,660	0,084	16,125	111,310	28,978	1,665	№39
Вареники с капустой (п/ф)	210	9,350	19,340	52,160	420,100	0,075	33,480	175,500	0,758	71,508	98,434	24,034	1,508	№672
Хлеб пшеничный йодированный	60	3,600	1,080	24,360	124,800	0,150	0,000	0,000	0,060	13,800	52,200	7,800	0,378	№14
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,130	0,036	11,811	48,100	0,000	0,168	0,480	0,000	1,176	1,032	0,000	0,024	№410
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,050	8,250	0,080	74,770	0,000	0,000	65,300	0,150	1,200	1,900	0,040	0,020	№53-19з
Всего	730,00	21,533	39,817	106,416	873,401	0,374	49,873	317,940	1,052	117,559	281,076	71,152	4,045	

Полдник														
Пирожок деликатесный с начинкой из вареного сгущенного молока	100	6,700	3,300	50,900	253,400	0,204	0,400	16,000	0,000	140,060	126,900	19,360	0,560	№1
Чай с сахаром	200	0,200	0,051	6,900	28,850	0,001	0,100	0,500	0,000	4,950	8,240	4,400	0,820	№54-2гн
Всего	300,00	6,900	3,351	57,800	282,250	0,205	0,500	16,500	0,000	145,010	135,140	23,760	1,380	
Всего	1565,00	50,243	69,658	230,240	1748,772	0,870	51,278	481,200	3,749	727,571	737,444	183,178	7,958	
Среднее значение за день:	1624,00	56,419	56,646	219,107	1616,994	1,010	54,467	686,220	3,630	629,717	871,938	223,721	10,020	
Среднее значение за Завтрак	453,50	16,062	23,713	65,838	544,336	0,316	1,128	187,158	2,508	381,680	328,594	68,928	2,314	
Среднее значение за Завтрак второй	127,00	3,182	2,474	12,872	86,482	0,010	3,945	2,280	0,117	59,940	10,260	6,480	0,231	
Среднее значение за Обед	774,50	31,745	26,113	98,869	760,702	0,575	42,429	458,918	0,894	141,300	456,561	131,579	5,794	
Среднее значение за Полдник	269,00	5,430	4,346	41,528	225,474	0,109	6,966	37,865	0,110	46,796	76,523	16,733	1,680	