

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.

(Изменение № 1)

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы, **в части организации питания детей в возрасте 1,5 – 3 года.**

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины				Минеральные вещества				B2, мг	I, мкг	№ ТК
		г	г	г	г	ккал	B 1, мг	C, мг	A, мкг	E мг, ток.	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг			
День 1 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,30	11,25	43,86	321,85	0,17	0,44	67,21	0,56	278,02	247,82	42,28	1,37	0,15	6,07	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	45	0,55	3,19	2,92	42,58	0,03	2,12	0,00	1,56	11,42	23,33	16,07	0,30	0,03	2,12	100301
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	180	2,80	3,94	11,19	91,44	0,10	4,68	0,00	1,72	59,87	77,94	21,34	0,97	0,05	3,47	110329-1
3	Гуляш из отварного мяса	60	9,73	8,95	1,78	126,53	0,04	0,67	4,14	0,26	7,44	96,51	12,60	1,40	0,08	3,74	120549
4	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
5	Сок фруктовый в асортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,96	20,28	78,11	578,76	0,28	11,06	14,04	4,81	155,41	310,08	70,80	6,65	0,21	12,16	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230117
	Итого:		7,90	7,54	40,33	260,74	0,10	1,07	17,13	1,55	212,37	184,57	29,76	0,63	0,26	15,50	
Ужин																	
1	Биточки рубленные куриные	70	11,65	10,74	9,41	180,92	0,05	0,90	33,95	0,91	29,62	102,81	12,50	0,96	0,09	3,99	120611
2	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
2	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	130	2,96	3,80	23,91	141,73	0,18	14,65	11,70	0,19	23,64	85,96	33,77	1,34	0,12	7,68	130105
3	Компот из плодов свежих (лимон)	180	0,11	0,01	7,57	30,85	0,01	5,04	0,00	0,03	5,26	2,77	1,51	0,10	0,00	0,00	160213
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,32	19,14	53,83	456,84	0,27	20,67	68,15	1,58	181,21	222,24	52,50	2,71	0,24	13,11	
Ужин 2																	
1	Напиток из плодов сухих (изюм)	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160242
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:	200	0,39	0,05	27,45	111,86	0,02	0,00	0,05	0,05	13,80	16,33	5,74	0,62	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		58,27	58,55	253,88	1775,55	0,85	38,23	166,59	8,95	859,82	997,05	213,07	14,28	0,90	47,84	
День 2(вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,51	3,46	15,90	108,76	0,02	0,65	16,20	0,00	130,95	98,28	15,12	0,14	0,14	9,72	160104
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,23	24,49	47,24	498,32	0,15	0,92	34,06	1,75	259,52	390,88	41,60	3,67	0,71	36,54	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Винегрет	45	0,72	4,58	4,09	60,50	0,03	3,74	0,00	2,04	17,18	21,30	9,33	0,40	0,02	2,15	100501
2	Суп-пюре из разных овощей	170	3,85	3,78	8,86	84,85	0,05	8,48	14,03	0,21	75,00	56,34	19,13	0,52	0,07	5,15	110340
2	Сушарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601

3	Пагу из мяса птицы	160	13,52	12,44	18,32	239,29	0,15	11,49	33,60	1,66	29,90	145,41	36,22	1,79	0,15	8,03	120609
4	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		22,56	22,19	70,23	570,86	0,31	70,52	47,66	4,98	190,39	312,37	78,39	4,19	0,29	17,33	
Полдник																	
1	Творог для детского питания	100	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
3	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		27,62	11,53	23,09	306,59	0,12	1,55	89,00	0,52	348,99	380,24	47,18	0,80	0,54	14,06	
Ужин																	
1	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
2	Картофель отварной	130	2,96	3,80	23,91	141,73	0,18	14,65	11,70	0,19	23,64	85,96	33,77	1,34	0,12	7,68	130105-1
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		20,73	8,53	65,03	419,81	0,32	19,08	19,96	3,08	336,78	557,35	71,70	4,81	0,21	131,64	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:	200	5,54	5,76	23,41	167,66	0,04	1,08	27,00	0,00	222,80	166,20	26,40	0,46	0,24	16,20	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		100,19	73,00	250,00	2057,74	0,97	103,14	217,68	10,73	1366,47	1835,05	307,27	14,52	2,04	215,77	
День 3 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	130	4,73	5,17	20,26	146,54	0,05	0,53	21,06	0,33	112,53	98,20	16,05	0,31	0,13	8,19	120205
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		9,97	17,08	62,82	444,90	2,25	1,07	64,56	0,77	250,60	222,65	46,85	2,41	0,26	24,39	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	45	7,27	5,88	0,00	82,00	0,01	0,00	8,55	1,46	64,13	248,00	17,10	0,47	0,06	34,20	100602
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	180	8,86	8,31	9,73	149,18	0,09	10,09	12,80	0,27	62,23	102,40	24,93	1,52	0,10	6,27	110207
3	Печень тушеная (говяжья)	70	17,80	4,37	0,01	110,56	0,30	32,80	4773,72	0,90	200,19	348,32	17,97	14,92	2,18	13,10	120515
4	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
5	Пюре картофельное	120	2,68	5,05	17,29	125,31	0,12	10,09	17,64	0,15	43,86	78,79	26,06	0,95	0,11	7,36	130101
6	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		40,78	28,47	60,66	661,95	0,59	53,06	4835,26	3,47	551,90	872,14	100,32	19,14	2,49	64,36	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		7,95	9,40	53,77	331,52	0,08	1,36	36,26	0,11	283,01	243,42	43,69	0,52	0,34	38,98	
Ужин																	
1	Шницель рубленый куриный	70	15,69	15,21	5,62	222,10	0,05	1,20	45,68	0,97	28,18	130,80	13,74	1,21	0,14	7,25	120615
2	Свекла тушеная	130	2,29	4,33	12,15	96,68	0,03	13,46	18,20	0,19	93,60	62,69	30,20	1,91	0,06	10,21	130209
3	Напиток смородина	180	0,11	0,04	7,98	32,75	0,00	10,80	0,00	0,08	4,10	3,56	3,35	0,16	0,00	0,11	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,28	20,78	45,75	455,12	0,13	25,45	63,88	1,91	135,29	230,66	52,49	3,76	0,22	17,56	
Ужин2																	
1	Кисель абрикосовый	180	0,47	0,03	13,67	56,83	0,01	0,36	0,00	0,50	18,03	16,61	9,45	1,01	0,02	0,00	160219

2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,88	1,97	27,04	137,42	0,04	0,42	5,19	0,81	37,28	47,63	14,47	1,33	0,05	1,83	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		83,26	78,10	259,84	2075,31	3,11	91,36	5005,15	7,27	1274,09	1627,50	266,83	29,35	3,38	149,12	
День 4 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	130	3,55	7,82	17,48	154,44	0,05	0,40	29,45	0,13	84,97	93,10	20,16	0,39	0,10	7,01	120222
3	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,70	13,80	40,59	337,37	0,11	1,13	66,60	0,58	274,50	317,19	60,90	1,72	0,35	14,30	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	45	0,32	5,43	0,99	54,14	0,01	3,96	0,00	2,42	9,52	16,82	5,57	0,24	0,02	1,19	100507
2	Суп из овощей на курином бульоне	180	3,60	6,00	8,68	103,10	0,06	12,82	25,20	0,19	121,80	44,37	17,29	0,64	0,06	4,30	110326
3	Гуляш из отварной птицы	60	8,48	7,13	0,96	101,96	0,03	1,37	27,00	0,04	8,01	62,58	7,89	0,64	0,06	2,32	120601-1
4	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
5	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,46	22,60	61,22	526,16	0,21	19,76	62,10	3,77	207,57	226,73	47,15	3,06	0,17	10,87	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
3	Соус клюквенный	5	0,00	0,00	2,14	8,60	0,00	0,09	0,00	0,01	0,26	0,18	0,09	0,01	0,00	0,00	140208
4	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		9,55	7,24	30,17	224,04	0,05	0,63	32,13	1,54	212,03	179,40	28,00	0,57	0,23	2,00	
Ужин																	
1	Котлеты рубленные из мяса (говядина)	70	10,51	10,46	8,75	171,22	0,05	0,00	0,00	1,42	10,48	107,26	13,17	1,55	0,08	3,43	120523
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,87	18,54	61,16	478,95	0,21	13,65	0,00	5,33	55,90	214,95	53,87	5,49	0,18	8,26	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		1,22	1,15	23,84	110,60	0,01	0,22	5,40	0,00	51,89	40,35	6,24	0,34	0,05	3,24	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		60,20	63,63	227,28	1722,62	0,62	40,39	166,23	11,63	820,90	994,62	208,16	13,48	1,02	39,67	
День 5 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,51	17,74	47,49	395,66	0,16	0,55	74,21	1,24	167,90	262,30	49,51	1,52	0,25	6,90	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	

1	Икра из уваренных кабачков	45	0,56	2,46	3,92	40,09	0,03	11,31	0,00	1,02	13,06	13,35	7,67	0,36	0,02	0,23	100518 100502
2	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	180	1,89	4,60	9,98	88,84	0,05	11,27	5,40	1,77	100,39	53,35	15,81	0,58	0,04	2,63	110322
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	160	13,55	6,72	20,57	196,92	0,16	8,02	11,04	2,87	272,89	398,02	41,25	1,12	0,15	100,58	120409
4	Напиток из цитрусовых	180	0,11	0,02	7,81	31,85	0,01	4,93	0,00	0,03	4,99	2,50	1,46	0,07	0,00	0,00	160234
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		20,35	14,83	68,68	489,62	0,31	35,53	16,44	6,38	496,03	584,02	78,79	3,60	0,23	107,44	
Подник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	130	6,96	5,62	25,15	178,97	0,08	0,15	11,52	0,65	49,74	90,30	11,35	1,08	0,13	6,86	120213-1
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,46	10,42	31,15	264,17	0,12	1,20	41,52	0,65	229,74	232,80	32,35	1,23	0,39	20,36	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Рагу из мяса птицы	180	15,21	14,00	20,61	269,20	0,17	12,92	37,80	1,86	33,64	163,59	40,75	2,01	0,17	9,04	120609
3	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,55	14,79	45,35	384,74	0,23	67,22	37,84	2,72	52,78	198,70	53,60	2,97	0,22	9,64	
Ужин 2																	
1	Компот из плодов свежих (лимон)	180	0,11	0,01	7,57	30,85	0,01	5,04	0,00	0,03	5,26	2,77	1,51	0,10	0,00	0,00	160213
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		0,26	0,01	22,52	91,23	0,01	5,04	0,00	0,03	10,26	5,17	2,71	0,38	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		62,62	58,29	236,20	1719,91	0,86	119,54	170,01	11,42	964,70	1310,99	258,96	10,29	1,14	144,34	
	Итого за 5 дней		72,91	66,32	245,44	1870,23	1,28	78,53	1145,13	10,00	1057,20	1353,04	250,86	16,39	1,70	119,35	
День 6 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,13	24,09	48,87	500,86	2,30	0,81	31,36	1,75	255,74	395,96	53,48	5,09	0,69	42,12	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102
	Итого:		0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	45	0,55	3,19	2,92	42,58	0,03	2,12	0,00	1,56	11,42	23,33	16,07	0,30	0,03	2,12	100301
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясом с мелкошинкованными овощами	180	3,58	2,15	6,00	57,64	0,04	14,07	9,00	0,14	99,15	32,43	14,95	0,52	0,04	2,95	110111
3	Азу из мяса отварного	60	9,99	9,64	2,63	137,24	0,04	1,54	0,00	1,06	9,34	99,34	13,33	1,46	0,08	3,74	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,64	3,93	20,94	137,72	0,16	0,00	9,90	0,33	8,73	109,99	73,32	5,88	0,08	2,16	130309
5	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		21,93	19,78	63,19	518,52	0,33	17,72	18,96	3,65	192,15	345,81	129,81	9,35	0,25	12,96	
Подник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
4	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		10,05	12,11	50,58	351,55	0,11	1,36	45,26	0,43	287,28	260,98	46,51	0,70	0,35	21,54	
Ужин																	
2	Запеканка картофельная с печенью	180	19,50	8,59	30,37	276,80	0,45	45,61	4163,40	1,02	203,97	405,71	53,38	14,51	2,02	20,86	120545
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,60	9,97	68,55	458,34	0,51	49,21	4163,40	1,88	225,97	451,91	65,78	17,51	2,05	20,86	
Ужин2																	

1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
	Итого:		5,42	5,78	25,74	176,63	0,04	1,08	27,00	0,00	218,52	163,98	25,56	0,25	0,23	34,20	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		84,03	71,94	265,04	2043,71	3,33	130,19	4285,97	7,91	1213,65	1641,64	334,15	33,20	3,60	133,68	
День 7 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	130	4,97	5,10	22,68	156,49	0,09	0,39	19,50	0,50	90,93	127,92	24,79	1,23	0,11	6,14	120250
3	Чай с лимоном	180	0,03	0,00	7,30	29,37	0,00	1,44	0,00	0,01	4,77	5,98	0,43	0,04	0,00	0,00	160106
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
5	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,17	10,90	41,73	317,73	0,14	2,15	70,50	1,00	282,41	314,70	42,82	1,82	0,29	6,14	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из сборных овощей	45	0,62	4,54	2,13	51,86	0,02	8,21	0,00	2,07	47,61	16,19	9,54	0,27	0,02	1,46	100509
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	5,23	4,02	13,49	111,07	0,16	4,86	0,00	1,75	25,00	71,72	25,96	1,31	0,06	3,10	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
5	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
6	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		23,38	16,83	81,22	569,83	0,36	15,92	26,18	5,94	331,59	476,64	72,26	3,79	0,16	82,71	
Полдник																	
1	Каша пшенная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		13,65	10,23	45,81	329,94	0,18	0,80	49,35	0,47	273,62	287,46	58,51	1,38	0,31	7,91	
Ужин																	
2	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,18	0,01	0,90	100519
1	Плов мясной	180	19,62	21,10	35,43	410,15	0,10	4,08	24,84	0,71	21,21	242,04	48,10	3,07	0,17	8,11	120550
4	Компот из плодов свежих	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160209-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,51	21,78	52,81	493,35	0,14	8,34	24,84	1,11	34,99	272,83	56,03	3,78	0,19	9,27	
Ужин2																	
1	Напиток абрикосовый	180	0,00	0,00	18,57	74,28	0,00	0,52	0,00	0,17	2,75	3,89	1,94	0,10	0,00	0,00	160233
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		0,14	0,00	33,52	134,66	0,00	0,52	0,00	0,17	7,75	6,29	3,14	0,38	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		72,25	60,14	264,90	1889,91	0,85	37,73	170,87	8,89	946,36	1368,92	241,77	13,35	0,98	108,02	
День 8 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
3	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		10,56	18,62	48,12	402,32	0,16	0,78	61,36	1,15	185,34	244,39	64,65	2,19	0,22	14,19	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	45	0,74	4,54	4,33	61,12	0,01	11,55	0,00	2,04	72,68	14,35	7,78	0,27	0,02	1,36	100201

2	Борщ с капустой и картофелем	180	1,48	2,73	7,30	59,70	0,04	10,71	5,40	0,93	80,92	38,40	17,34	0,80	0,04	4,12	110101
3	Биточки рубленные куриные	60	9,98	9,21	8,06	155,07	0,05	0,77	29,10	0,78	25,39	88,12	10,72	0,82	0,08	3,42	120611
4	Рагу из овощей	120	2,08	6,18	13,13	116,48	0,09	9,28	0,00	2,82	21,62	56,76	26,12	0,86	0,07	4,45	130203
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		18,10	23,66	69,22	562,18	0,26	35,92	34,50	7,27	267,91	277,03	76,75	6,14	0,24	15,35	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	130	4,13	5,07	23,49	156,15	0,05	0,39	19,50	0,21	85,73	88,40	16,99	0,79	0,11	6,14	120247
1	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,05	11,81	42,86	321,94	0,13	1,50	54,69	0,53	284,99	261,93	43,01	1,26	0,40	21,48	
Ужин																	
1	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
2	Картофель отварной	130	2,76	5,90	22,09	152,51	0,16	13,52	19,50	0,20	23,45	80,14	31,24	1,25	0,11	7,35	130103
3	Кисель из смородины	180	0,10	0,04	11,22	45,58	0,00	9,00	0,00	0,06	8,25	7,82	2,79	0,13	0,00	0,09	160203
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,20	11,23	71,84	473,26	0,30	23,51	30,04	2,41	347,53	576,17	69,12	2,73	0,20	135,58	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		1,22	1,15	23,84	110,60	0,01	0,22	5,40	0,00	51,89	40,35	6,24	0,34	0,05	3,24	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		62,53	66,78	266,17	1915,80	0,87	66,93	185,99	11,76	1156,66	1415,88	271,78	14,96	1,14	190,84	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	130	4,64	6,15	14,54	132,03	0,08	0,56	23,79	0,15	117,76	128,65	41,78	2,40	0,15	9,44	120221
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,56	21,50	43,61	418,15	0,13	0,70	105,79	1,03	331,75	277,34	53,98	3,13	0,24	10,34	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	45	0,43	6,82	1,53	69,22	0,02	9,47	0,00	3,23	6,06	10,71	7,68	0,35	0,02	0,79	100506
2	Суп из овощей на мясном бульоне	180	2,36	5,22	12,02	104,53	0,10	15,97	9,00	1,75	131,55	60,30	23,44	0,82	0,08	4,72	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	15,65	15,07	28,30	311,40	0,22	16,00	14,40	0,48	35,84	217,03	49,62	3,18	0,22	13,36	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	180	0,05	0,02	12,69	51,13	0,00	1,35	0,00	0,09	6,33	5,84	1,35	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		21,41	27,95	72,74	628,15	0,39	42,79	23,40	6,07	234,48	360,69	89,69	5,29	0,33	20,86	
Полдник																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		22,31	23,01	31,52	422,39	0,17	1,22	36,49	1,03	318,80	428,01	46,60	3,32	0,81	41,93	
Ужин																	
2	Капуста, тушеная с мясом	180	15,16	18,82	5,73	252,89	0,08	24,75	0,00	3,64	152,93	173,70	36,00	2,66	0,15	8,16	120517-1
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160242
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,94	20,13	39,37	414,39	0,16	32,25	0,05	4,58	175,34	229,03	51,74	3,75	0,19	8,76	

Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	22,76	115,71	0,04	0,27	1,20	0,72	16,96	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1 190217
	Итого:		7,86	7,40	31,22	222,99	0,07	1,35	28,20	0,72	234,76	193,63	30,52	0,63	0,26	17,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		84,58	100,49	239,46	2200,57	0,96	88,30	193,94	13,83	1303,12	1516,70	314,52	16,72	1,88	99,50	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
3	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,51	3,46	15,90	108,76	0,02	0,65	16,20	0,00	130,95	98,28	15,12	0,14	0,14	9,72	160104
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,09	11,64	48,84	352,52	0,09	1,36	62,46	0,55	313,94	325,82	50,05	0,88	0,39	17,20	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	45	0,79	3,30	6,03	56,96	0,05	4,39	0,00	1,44	8,58	23,68	9,83	0,37	0,03	2,12	100544
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	180	8,86	8,31	9,73	149,18	0,09	10,09	12,80	0,27	62,23	102,40	24,93	1,52	0,10	6,27	110207
3	Печень тушеная (говяжья)	70	17,80	4,37	0,01	110,56	0,30	32,80	4773,72	0,90	200,19	348,32	17,97	14,92	2,18	13,10	120515
4	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
5	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		36,33	24,16	80,93	686,46	0,57	50,95	4818,92	4,02	465,68	600,62	75,63	20,88	2,38	25,76	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		9,55	7,24	31,33	228,64	0,05	0,62	32,13	1,55	212,37	180,07	28,26	0,63	0,23	2,00	
Ужин																	
1	Гуляш из отварной птицы	70	9,90	8,32	1,12	118,95	0,03	1,60	31,50	0,04	9,35	73,01	9,21	0,75	0,07	2,71	120601-1
2	Свекла тушеная	130	2,29	4,33	12,15	96,68	0,03	13,46	18,20	0,19	93,60	62,69	30,20	1,91	0,06	10,21	130209
3	Компот из плодов свежих	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,43	13,90	39,90	346,40	0,11	16,31	49,70	0,94	114,53	170,69	45,74	3,43	0,15	13,17	
Ужин2																	
1	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		2,83	1,76	21,18	111,86	0,04	1,68	4,14	0,38	21,85	34,87	7,64	0,39	0,04	2,05	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		77,62	59,10	231,97	1770,28	0,90	80,92	4967,35	7,64	1144,37	1323,07	216,33	28,40	3,21	62,17	
	Итого за 5 дней		76,20	71,69	253,51	1964,06	1,38	80,81	1950,42	10,01	1112,83	1431,64	274,31	21,29	2,16	118,84	
День 11 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,65	17,329	56,313	427,793	0,204	0,782	57,360	0,910	183,368	250,621	64,522	2,302	0,214	14,262	
Завтрак 2																	

1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,030	1,000	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	45	0,56	2,46	3,92	40,09	0,03	11,31	0,00	1,02	13,06	13,35	7,67	0,36	0,02	0,23	100518 100502
2	Уха ростовская	180	5,00	4,00	10,22	96,92	0,10	11,03	2,25	1,98	93,48	156,31	24,11	0,84	0,07	37,08	110316
3	Голубцы ленивые	160	10,78	13,44	16,07	228,35	0,07	35,31	8,00	2,83	275,29	136,55	35,26	1,97	0,12	7,00	120542
4	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,52	20,777	60,912	508,708	0,260	57,646	10,304	6,405	445,332	386,943	79,173	4,367	0,234	46,305	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	130	6,96	5,62	25,15	178,97	0,08	0,15	11,52	0,65	49,74	90,30	11,35	1,08	0,13	6,86	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,46	10,417	31,147	264,170	0,121	1,198	41,525	0,650	229,738	232,805	32,349	1,227	0,389	20,364	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	70	11,17	8,93	8,75	159,99	0,05	0,00	0,00	0,51	10,13	113,66	13,90	1,64	0,08	3,68	120540
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Напиток яблочный	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,67	16,870	49,608	416,947	0,200	11,309	0,002	4,268	45,127	210,135	48,533	3,348	0,174	8,753	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
	Итого:		3,20	3,881	22,975	139,617	0,041	0,216	14,401	0,320	51,880	55,692	8,221	0,305	0,058	3,804	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		62,887	69,574	231,255	1802,735	0,845	76,151	123,591	12,953	974,445	1152,195	244,798	13,849	1,099	94,487	
День 12 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Творог для детского питания	50	10,50	2,00	1,50	66,00	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		32,63	26,093	50,373	566,862	2,324	1,060	56,363	1,845	337,735	505,957	64,983	5,291	0,825	42,120	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,500	21,000	94,500	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	28,000	42,000	0,600	0,050	0,000	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	45	0,32	5,43	0,99	54,14	0,01	3,96	0,00	2,42	9,52	16,82	5,57	0,24	0,02	1,19	100507
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	180	3,38	3,63	7,25	75,23	0,04	10,71	14,40	0,17	69,65	37,95	17,18	0,80	0,05	4,32	110109
3	Гуляш из отварного мяса	60	9,73	8,95	1,78	126,53	0,04	0,67	4,14	0,26	7,44	96,51	12,60	1,40	0,08	3,74	120549
4	Пюре картофельное	120	2,68	5,05	17,29	125,31	0,12	10,09	17,64	0,15	43,86	78,79	26,06	0,95	0,11	7,36	130101
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,92	24,061	63,688	551,007	0,273	29,022	36,180	3,689	197,776	309,470	76,210	6,764	0,283	18,600	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	130	4,13	5,07	23,49	156,15	0,05	0,39	19,50	0,21	85,73	88,40	16,99	0,79	0,11	6,14	120247
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	22,76	115,71	0,04	0,27	1,20	0,72	16,96	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		10,80	10,768	61,553	386,312	0,128	1,556	35,703	0,930	288,695	260,729	44,809	1,390	0,361	21,041	
Ужин																	

1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Капуста, тушенная с мясом	180	15,16	18,82	5,73	252,89	0,08	24,75	0,00	3,64	152,93	173,70	36,00	2,66	0,15	8,16	120517-1
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	180	0,24	0,05	9,38	38,98	0,01	16,20	0,00	0,05	9,40	6,21	3,51	0,10	0,01	0,54	160212
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,95	20,147	53,526	471,239	0,156	48,450	0,000	4,582	176,649	221,490	51,074	3,580	0,187	27,303	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		2,86	2,242	26,900	139,227	0,049	46,845	5,664	0,639	24,974	38,222	8,461	0,742	0,058	1,613	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		86,672	83,811	277,040	2209,146	2,970	136,933	133,910	12,085	1033,830	1363,869	287,536	18,368	1,764	110,677	
День 13 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,51	17,740	47,494	395,656	0,164	0,546	74,210	1,239	167,895	262,296	49,513	1,520	0,245	6,898	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,400	9,800	44,400	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,020	2,000	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	45	0,74	4,54	4,33	61,12	0,01	11,55	0,00	2,04	72,68	14,35	7,78	0,27	0,02	1,36	100201
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	170	4,94	3,80	12,74	104,90	0,15	4,59	0,00	1,66	23,61	67,74	24,52	1,24	0,05	2,92	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
5	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
6	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		27,56	16,152	77,745	566,579	0,367	18,588	18,160	7,108	459,028	622,240	76,071	3,689	0,168	131,307	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		9,55	7,239	31,326	228,639	0,054	0,615	32,132	1,546	212,370	180,072	28,259	0,625	0,233	1,995	
Ужин																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным	70	8,59	7,89	8,14	137,95	0,04	0,66	30,95	0,25	46,28	86,55	10,48	0,70	0,08	3,58	120619
2	Капуста тушенная	130	2,78	5,36	8,35	92,76	0,06	41,86	0,00	2,52	252,85	55,60	28,57	1,02	0,07	4,86	130201
3	Кисель абрикосовый	180	0,47	0,03	13,67	56,83	0,01	0,36	0,00	0,50	18,03	16,61	9,45	1,01	0,02	0,00	160219
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,04	14,478	50,171	391,141	0,151	42,885	30,947	3,945	326,557	192,357	53,697	3,213	0,176	8,440	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		5,54	5,760	23,412	167,656	0,036	1,080	27,000	0,000	222,800	166,200	26,400	0,460	0,238	16,200	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		69,589	61,769	239,949	1794,071	0,802	73,714	182,449	14,038	1404,650	1434,164	242,939	11,708	1,081	166,841	
День 14 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	130	4,73	5,17	20,26	146,54	0,05	0,53	21,06	0,33	112,53	98,20	16,05	0,31	0,13	8,19	120205
2	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108

3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,33	10,476	49,143	336,194	0,101	0,816	52,460	1,056	268,829	223,750	29,791	0,947	0,214	11,430	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,030	1,000	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	45	7,27	5,88	0,00	82,00	0,01	0,00	8,55	1,46	64,13	248,00	17,10	0,47	0,06	34,20	100602
2	Суп с клецками на мясном бульоне	180	6,66	1,38	17,55	109,25	0,07	3,10	0,01	0,40	16,60	54,02	14,22	0,76	0,08	3,91	110332-2
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	15,65	15,07	28,30	311,40	0,22	16,00	14,40	0,48	35,84	217,03	49,62	3,18	0,22	13,36	120534
4	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		33,39	23,330	82,230	672,452	0,364	22,696	22,959	3,036	183,869	598,450	95,741	7,795	0,380	53,466	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		8,25	10,154	44,475	302,268	0,076	1,510	51,255	0,113	277,012	243,417	42,194	0,523	0,366	38,976	
Ужин																	
1	Тефтели рубленные из говядины	70	8,75	12,59	6,59	174,70	0,05	2,35	9,14	1,91	28,42	106,01	14,71	1,40	0,08	4,65	120519
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Напиток яблочный	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,25	20,539	47,449	431,660	0,196	13,661	9,137	5,674	63,426	202,483	49,340	3,109	0,174	9,729	
Ужин2																	
1	Кисель из смородины	180	0,10	0,04	11,22	45,58	0,00	9,00	0,00	0,06	8,25	7,82	2,79	0,13	0,00	0,09	160203
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,51	1,978	24,585	126,172	0,036	9,063	5,186	0,374	27,509	38,849	7,813	0,456	0,039	1,924	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		70,135	66,776	258,181	1914,246	0,793	52,747	140,997	10,653	839,645	1322,948	236,879	15,130	1,202	116,525	
День 15 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,51	3,46	15,90	108,76	0,02	0,65	16,20	0,00	130,95	98,28	15,12	0,14	0,14	9,72	160104
3	Творог для детского питания	100	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		43,37	25,511	41,822	570,381	0,193	1,418	82,063	1,585	422,415	609,681	63,203	3,889	0,979	36,540	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,500	21,000	94,500	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	28,000	42,000	0,600	0,050	0,000	
Обед																	
1	Салат Мозаика	45	1,29	3,32	4,57	53,30	0,04	3,16	0,00	1,30	16,63	30,81	11,35	0,42	0,05	2,82	100515-1
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясным с мелкошинкованными овощами	180	3,58	2,15	6,00	57,64	0,04	14,07	9,00	0,14	99,15	32,43	14,95	0,52	0,04	2,95	110111
3	Суфле из отварного мяса (говядина)	60	9,97	9,47	5,12	145,62	0,05	0,11	2,71	0,85	35,18	118,37	13,63	1,46	0,14	6,84	120537
4	Свекла тушеная	120	2,11	3,99	11,21	89,24	0,03	12,42	16,80	0,18	86,40	57,87	27,88	1,76	0,06	9,42	130209
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,12	19,808	57,600	489,142	0,216	29,757	28,571	3,037	300,864	320,216	79,941	5,373	0,308	24,032	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	130	4,13	5,07	23,49	156,15	0,05	0,39	19,50	0,21	85,73	88,40	16,99	0,79	0,11	6,14	120247

2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		11,08	10,858	53,433	355,767	0,129	1,348	38,644	0,567	289,424	262,531	44,316	1,264	0,366	21,478	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
2	Пюре картофельное	130	2,90	5,47	18,73	135,76	0,13	10,93	19,11	0,16	47,52	85,35	28,24	1,02	0,12	7,97	130101
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,31	10,647	64,774	420,183	0,261	15,758	35,387	1,751	256,902	405,318	59,147	4,522	0,203	83,055	
Ужин 2																	
1	Кисель из клюквы быстрозамороженной	180	0,05	0,02	12,69	51,13	0,00	1,35	0,00	0,09	6,33	5,84	1,35	0,08	0,00	0,00	160203-1
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		0,19	0,018	27,644	111,510	0,002	1,350	0,000	0,090	11,327	8,241	2,550	0,356	0,006	0,000	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		92,574	67,343	266,273	2041,482	0,841	59,630	184,664	7,430	1288,931	1633,987	291,157	16,005	1,912	165,105	
	Итого за 5 дней		76,37	69,85	254,54	1952,34	1,25	79,83	153,12	11,43	1108,30	1381,43	260,66	15,01	1,41	130,73	
День 16 (Понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Чай с лимоном	180	0,03	0,00	7,30	29,37	0,00	1,44	0,00	0,01	4,77	5,98	0,43	0,04	0,00	0,00	160106
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		8,37	14,200	52,247	370,283	0,185	1,736	45,210	0,906	85,308	159,314	38,314	1,450	0,102	6,972	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102
	Итого:		0,90	0,200	8,100	37,800	0,040	60,000	0,000	0,200	34,000	23,000	13,000	0,300	0,030	2,000	
Обед																	
1	Салат из моркови с сахаром	45	0,53	3,19	4,17	47,52	0,02	2,05	0,00	1,55	11,10	22,59	15,56	0,29	0,03	2,05	100302
2	Рассольник Ленинградский	180	1,85	2,89	12,43	83,12	0,08	6,68	5,40	0,95	50,91	55,08	19,15	0,71	0,06	3,87	110201
3	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	60	6,40	7,28	7,22	119,97	0,03	0,06	3,33	1,11	18,77	71,00	9,13	0,90	0,06	2,90	120535
4	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,64	3,93	20,94	137,72	0,16	0,00	9,90	0,33	8,73	109,99	73,32	5,88	0,08	2,16	130309
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		17,24	18,284	81,151	558,122	0,357	12,390	18,630	4,639	156,804	338,054	131,961	11,158	0,252	12,976	
Полдник																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	130	4,97	5,10	22,68	156,49	0,09	0,39	19,50	0,50	90,93	127,92	24,79	1,23	0,11	6,14	120250
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		12,93	11,578	43,073	328,230	0,124	0,840	58,501	0,820	281,919	283,661	48,967	1,631	0,320	6,706	
Ужин																	
1	Печень тушеная (говяжья)	70	17,80	4,37	0,01	110,56	0,30	32,80	4773,72	0,90	200,19	348,32	17,97	14,92	2,18	13,10	120515
2	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
2	Изделия макаронные отварные	120	4,42	3,49	28,20	161,91	0,07	0,00	10,80	0,64	10,23	35,90	6,53	0,66	0,02	0,92	130401
3	Компот из плодов свежих (яблоки)	180	0,11	0,11	8,04	33,57	0,01	2,70	0,00	0,05	4,48	2,97	2,43	0,61	0,01	0,54	160209
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		24,93	12,545	49,185	409,378	0,407	35,574	4807,020	2,046	337,599	417,893	31,641	16,513	2,229	16,000	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		7,85	7,865	21,750	189,195	0,069	1,125	32,628	0,329	232,532	191,510	29,413	0,474	0,265	17,813	

1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		72,234	64,672	255,505	1893,007	1,182	111,666	4961,989	8,941	1128,162	1413,431	293,296	31,525	3,199	62,468	
День 17 (Вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	130	3,55	7,82	17,48	154,44	0,05	0,40	29,45	0,13	84,97	93,10	20,16	0,39	0,10	7,01	120222
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
4	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
5	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,13	16,678	46,753	397,622	2,275	1,258	93,945	0,615	398,838	377,252	64,763	2,482	0,387	22,310	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,400	9,800	44,400	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,020	2,000	
Обед																	
1	Салат из помидоров свежих и яблок	45	0,26	4,63	3,16	55,34	0,02	6,08	0,00	2,13	6,71	6,67	5,16	0,72	0,01	0,81	100526-1
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	180	3,38	3,63	7,25	75,23	0,04	10,71	14,40	0,17	69,65	37,95	17,18	0,80	0,05	4,32	110109
3	Бефстроганов из мяса отварного	60	9,84	9,63	2,29	135,18	0,04	0,21	8,98	0,25	50,27	109,73	14,23	1,38	0,10	5,16	120548
4	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	120	2,73	3,51	22,07	130,82	0,16	13,52	10,80	0,17	21,82	79,35	31,17	1,23	0,11	7,09	130105
5	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,39	22,273	65,477	539,912	0,316	30,519	34,236	3,296	211,956	314,441	79,877	5,337	0,288	19,379	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230117
	Итого:		7,90	7,539	40,326	260,739	0,099	1,065	17,132	1,546	212,370	184,572	29,759	0,625	0,263	15,495	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	70	11,17	8,93	8,75	159,99	0,05	0,00	0,00	0,51	10,13	113,66	13,90	1,64	0,08	3,68	120540
2	Капуста тушеная	130	2,78	5,36	8,35	92,76	0,06	41,86	0,00	2,52	252,85	55,60	28,57	1,02	0,07	4,86	130201
3	Напиток смородина	180	0,11	0,04	7,98	32,75	0,00	10,80	0,00	0,08	4,10	3,56	3,35	0,16	0,00	0,11	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,25	15,527	45,085	389,091	0,154	52,660	0,000	3,780	276,480	206,424	51,018	3,303	0,168	8,645	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		1,22	1,152	23,837	110,603	0,007	0,216	5,400	0,000	51,895	40,351	6,240	0,338	0,051	3,240	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		61,285	63,569	231,277	1742,367	2,881	95,718	150,714	9,437	1167,538	1134,040	240,656	14,285	1,177	71,069	
День 18 (Среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,90	21,390	45,744	423,066	0,152	0,436	101,210	1,239	285,895	260,296	45,013	1,520	0,170	6,898	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	0,030	1,000	
Обед																	
1	Винегрет	45	0,72	4,58	4,09	60,50	0,03	3,74	0,00	2,04	17,18	21,30	9,33	0,40	0,02	2,15	100501

2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	180	4,16	3,29	11,20	91,07	0,03	1,08	13,25	0,30	8,73	24,22	6,23	0,42	0,02	0,90	110333
3	Рагу из мяса птицы	160	13,52	12,44	18,32	239,29	0,15	11,49	33,60	1,66	29,90	145,41	36,22	1,79	0,15	8,03	120609
5	Кисель из хлопьев быстрозамороженной	180	0,05	0,02	12,69	51,13	0,00	1,35	0,00	0,09	6,33	5,84	1,35	0,08	0,00	0,00	160203-1
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		21,37	21,156	64,497	533,857	0,261	17,662	46,848	4,605	116,842	263,573	60,734	3,547	0,211	13,078	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	130	6,96	5,62	25,15	178,97	0,08	0,15	11,52	0,65	49,74	90,30	11,35	1,08	0,13	6,86	120213-1
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,46	10,417	31,147	264,170	0,121	1,198	41,525	0,650	229,738	232,805	32,349	1,227	0,389	20,364	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
2	Картофель отварной	130	2,76	5,90	22,09	152,51	0,16	13,52	19,50	0,20	23,45	80,14	31,24	1,25	0,11	7,35	130103
3	Напиток фруктовый	180	0,00	0,00	7,19	28,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,22	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	160117
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,27	10,900	57,148	387,770	0,271	14,747	35,777	1,612	220,455	387,505	54,950	2,249	0,178	82,431	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		0,55	0,137	28,562	117,688	0,016	46,800	0,036	0,310	15,242	12,912	5,448	0,728	0,031	0,000	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		60,940	64,300	237,398	1772,051	0,840	85,844	225,396	8,815	887,172	1173,090	210,494	11,571	1,009	123,771	
День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,03	24,165	42,714	476,440	0,146	0,756	30,013	1,756	231,399	389,891	53,123	4,429	0,685	34,110	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,500	21,000	94,500	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	28,000	42,000	0,600	0,050	0,000	
Обед																	
1	Салат витаминный с растительным маслом	45	0,65	4,54	2,50	53,40	0,01	9,18	0,00	2,05	57,28	14,57	8,18	0,25	0,02	1,34	100504
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	5,23	4,02	13,49	111,07	0,16	4,86	0,00	1,75	25,00	71,72	25,96	1,31	0,06	3,10	110327-2
4	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
3	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
4	Рис отварной	110	2,72	3,11	30,06	159,08	0,03	0,00	9,90	0,19	4,49	58,58	19,31	0,40	0,02	0,84	130301
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		30,17	14,428	107,885	682,077	0,400	18,634	18,440	6,221	512,749	739,705	103,601	6,817	0,199	137,415	
Полдник																	
1	Каша рассыпчатая пшениная с фруктами	130	4,86	3,05	35,46	188,77	0,18	2,22	5,87	0,36	25,20	105,42	44,86	1,87	0,03	2,32	120246
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		11,47	9,045	64,127	383,816	0,255	3,186	26,052	0,667	230,455	278,951	72,380	2,341	0,293	17,654	
Ужин																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,90	100503
2	Капуста, тушенная с мясом	180	15,16	18,82	5,73	252,89	0,08	24,75	0,00	3,64	152,93	173,70	36,00	2,66	0,15	8,16	120517-1
3	Компот из плодов свежих	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,65	20,096	32,865	386,930	0,137	27,510	0,000	4,373	171,411	215,886	46,538	3,609	0,175	9,315	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	

	Итого:		5,42	5,778	25,740	176,634	0,036	1,080	27,000	0,000	218,520	163,980	25,560	0,252	0,234	34,200	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		89,242	74,012	294,331	2200,397	1,013	61,166	101,505	13,417	1372,535	1816,414	343,201	18,048	1,636	232,694	
День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	130	4,73	5,17	20,26	146,54	0,05	0,53	21,06	0,33	112,53	98,20	16,05	0,31	0,13	8,19	120205
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
4	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
5	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,32	14,034	49,534	389,714	2,270	1,390	85,560	0,816	426,405	382,355	60,651	2,406	0,414	23,490	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,400	9,800	44,400	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	0,020	2,000	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	45	0,56	2,46	3,92	40,09	0,03	11,31	0,00	1,02	13,06	13,35	7,67	0,36	0,02	0,23	100518 100502
2	Щи из капусты свежей с мясом	180	8,95	6,87	5,33	118,94	0,06	12,51	8,00	0,25	91,30	87,18	20,13	1,31	0,09	4,79	110111-1
3	Суфле из печени	60	9,95	4,50	7,16	108,93	0,16	14,96	2162,70	1,35	116,37	187,69	12,50	6,96	1,03	8,25	120538
4	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
5	Пюре картофельное	120	2,68	5,05	17,29	125,31	0,12	10,09	17,64	0,15	43,86	78,79	26,06	0,95	0,11	7,36	130101
6	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		26,31	23,736	67,331	588,168	0,433	48,937	2210,897	3,451	446,087	461,629	80,614	10,847	1,288	24,070	
Полдник																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	130	4,64	6,15	14,54	132,03	0,08	0,56	23,79	0,15	117,76	128,65	41,78	2,40	0,15	9,44	120221
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		10,50	9,916	38,119	283,737	0,080	1,012	53,790	0,147	304,481	266,831	63,136	2,625	0,349	27,444	
Ужин																	
1	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	70	7,47	8,49	8,42	139,96	0,04	0,07	3,89	1,30	21,89	82,83	10,66	1,05	0,07	3,38	120535
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Кисель из смородины	180	0,10	0,04	11,22	45,58	0,00	9,00	0,00	0,06	8,25	7,82	2,79	0,13	0,00	0,09	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,02	16,420	53,870	415,334	0,187	19,120	3,887	5,099	62,970	185,738	46,944	2,600	0,160	8,296	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		3,82	2,887	23,529	135,392	0,044	0,274	9,544	0,352	64,584	69,582	9,871	0,381	0,082	5,075	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		70,369	67,393	242,182	1856,745	3,044	80,733	2363,678	10,065	1320,527	1377,135	270,215	21,059	2,312	90,375	
	Итого за 5 дней		70,81	66,79	252,14	1892,91	1,79	87,03	1560,66	10,14	1174,56	1371,15	270,20	19,13	1,87	116,08	
	Итого за 20 дней		74,07	68,66	251,41	1919,88	1,43	81,55	1202,33	10,39	1113,22	1384,32	264,01	17,95	1,78	121,25	

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы, **в части организации питания детей в возрасте 3 – 7 лет.**

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 3 - 7 лет

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины				Минеральные вещества				B2, мг	I, мкг	№ ТК
		г	г	г	г	ккал	B 1, мг	C, мг	A, мкг	E мг, ток. экв.	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг			
День 1 (понедельник)																	
1	Каша пшениная молочная	180	7,01	6,57	34,43	224,90	0,19	0,41	21,06	0,16	96,83	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,25	13,07	54,42	388,32	0,22	0,55	73,06	0,60	305,30	293,72	54,85	1,73	0,18	8,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	65	0,79	4,61	4,22	61,50	0,04	3,06	0,00	2,25	16,50	33,70	23,22	0,43	0,04	3,06	100301
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	200	3,12	4,38	12,43	101,60	0,11	5,20	0,00	1,91	66,52	86,60	23,71	1,08	0,06	3,85	110329-1
3	Гуляш из отварного мяса	70	11,35	10,44	2,08	147,62	0,04	0,78	4,83	0,30	8,68	112,59	14,70	1,63	0,09	4,36	120549
4	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		23,97	24,22	87,67	664,57	0,32	13,03	16,53	5,86	171,49	352,58	84,30	7,51	0,24	14,26	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,13	11,34	45,26	327,66	0,14	1,48	39,41	2,47	257,83	237,80	36,60	0,90	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Биточки рубленые куриные	80	13,31	12,28	10,75	206,76	0,06	1,03	38,80	1,04	33,85	117,49	14,29	1,10	0,10	4,56	120611
2	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
3	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	150	3,42	4,39	27,59	163,53	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105
4	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	8,41	34,28	0,01	5,60	0,00	0,03	5,84	3,08	1,68	0,11	0,00	0,00	160213
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,39	23,18	70,67	576,90	0,33	23,63	82,30	2,12	233,70	271,89	62,95	3,33	0,29	15,34	
Ужин 2																	
1	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160242
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,56	0,93	21,48	96,59	0,02	0,02	3,66	0,08	24,34	26,56	7,55	0,46	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		70,70	73,06	289,80	2099,54	1,05	43,71	214,96	11,53	1011,65	1198,55	258,26	16,23	1,13	58,40	
День 2(вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	17,66	120,84	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		25,27	26,60	59,20	577,27	0,18	1,01	36,92	2,13	286,64	435,79	47,21	4,12	0,77	39,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Винегрет	65	1,04	6,62	5,91	87,39	0,04	5,41	0,00	2,95	24,82	30,77	13,48	0,58	0,03	3,10	100501
2	Суп-пюре из разных овощей	190	4,31	4,22	9,90	94,83	0,06	9,48	15,68	0,24	83,82	62,97	21,38	0,58	0,08	5,76	110340
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рагу из мяса птицы	180	15,21	14,00	20,61	269,20	0,17	12,92	37,80	1,86	33,64	163,59	40,75	2,01	0,17	9,04	120609
5	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103

Итого:			25,07	26,24	76,89	644,01	0,35	79,81	53,52	6,16	211,73	347,81	89,79	4,70	0,33	19,89	
Поддник																	
1	Творог для детского питания	100	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
Итого:			28,34	12,49	23,93	321,47	0,15	1,94	95,00	0,52	384,99	414,14	53,18	0,83	0,57	16,76	
Ужин																	
1	Рыба (филе) запеченная	80	15,62	3,83	3,36	110,34	0,09	0,94	9,44	2,33	332,74	485,93	29,18	0,54	0,07	141,67	120408
2	Картофель отварной	150	3,42	4,39	27,59	163,53	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105-1
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			23,24	9,61	71,15	464,07	0,36	21,85	22,94	3,42	383,41	632,72	81,34	5,36	0,24	150,53	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
Итого:			6,14	6,40	24,35	179,58	0,04	1,20	30,00	0,00	247,00	184,40	29,20	0,48	0,26	18,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			109,56	81,84	276,52	2280,90	1,11	115,81	238,38	12,64	1521,76	2042,86	342,72	16,09	2,23	244,59	
День 3 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,56	7,16	28,05	202,90	0,06	0,73	29,16	0,45	155,82	135,97	22,22	0,43	0,17	11,34	120205
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			13,63	20,01	67,60	505,05	2,53	1,33	74,16	1,23	307,72	286,31	57,42	2,66	0,33	29,24	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
Итого:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	65	10,50	8,50	0,00	118,45	0,01	0,00	12,35	2,11	92,63	358,22	24,70	0,68	0,08	49,40	100602
2	Рассольник домашний с мясом	200	9,25	8,73	10,94	159,37	0,10	11,35	14,40	0,29	69,62	107,91	27,19	1,61	0,11	6,78	110207
3	Печень тушенная (говяжья)	80	20,34	5,00	0,01	126,36	0,34	37,49	5455,68	1,03	228,79	398,08	20,54	17,05	2,49	14,97	120515
4	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
5	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
6	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
Итого:			50,89	35,54	86,77	870,46	0,73	61,55	5534,54	4,87	722,36	1130,30	128,07	22,72	2,88	86,26	
Поддник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,30	6,16	24,46	170,44	0,04	0,53	24,53	0,13	111,11	116,24	24,04	0,35	0,13	8,63	120225
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
Итого:			11,34	10,67	49,30	338,61	0,04	1,07	60,53	0,13	335,03	282,02	49,60	0,60	0,36	26,63	
Ужин																	
1	Шницель рубленый куриный	80	17,93	17,38	6,42	253,83	0,06	1,37	52,21	1,10	32,21	149,49	15,71	1,38	0,16	8,28	120615
2	Свекла тушенная	150	2,64	4,99	14,02	111,55	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
3	Напиток смородина	200	0,12	0,05	8,87	36,38	0,00	12,00	0,00	0,08	4,56	3,96	3,72	0,18	0,00	0,12	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			23,89	23,62	49,30	505,36	0,14	28,89	73,21	2,09	154,17	259,39	59,47	4,24	0,25	20,18	
Ужин2																	
1	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	15,19	63,15	0,01	0,40	0,00	0,55	20,03	18,45	10,50	1,12	0,02	0,00	160219
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
Итого:			2,94	1,97	28,56	143,74	0,04	0,46	5,19	0,86	39,29	49,48	15,52	1,44	0,06	1,83	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			103,08	92,22	291,33	2407,63	3,50	103,31	5747,62	9,38	1574,56	2018,49	319,09	33,86	3,89	166,14	
День 4 (четверг)																	

Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	180	4,91	10,82	24,20	213,85	0,07	0,55	40,77	0,17	117,65	128,90	27,92	0,53	0,14	9,71	120222
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,68	19,40	50,33	450,67	0,15	1,59	104,27	0,73	400,61	473,80	83,12	2,17	0,54	17,81	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	65	0,46	7,85	1,43	78,20	0,02	5,72	0,00	3,49	13,75	24,30	8,04	0,35	0,02	1,72	100507
2	Суп из овощей на курином бульоне	200	4,00	6,66	9,65	114,56	0,07	14,24	28,00	0,21	135,34	49,31	19,21	0,71	0,07	4,78	110326
3	Гуляш из отварной птицы	70	9,90	8,32	1,12	118,95	0,03	1,60	31,50	0,04	9,35	73,01	9,21	0,75	0,07	2,71	120601-1
4	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
5	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		23,48	27,68	76,41	648,68	0,26	23,36	71,20	5,16	278,84	305,91	59,26	4,09	0,20	14,45	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Соус клюквенный	10	0,01	0,00	4,29	17,19	0,00	0,18	0,00	0,01	0,52	0,36	0,18	0,02	0,00	0,00	140208
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,14	11,35	46,25	331,65	0,14	1,58	39,41	2,47	257,75	237,32	36,43	0,86	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Котлеты рубленные из мяса (говядина)	80	12,02	11,96	10,00	195,68	0,06	0,00	0,00	1,62	11,98	122,58	15,05	1,77	0,09	3,92	120523
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,82	21,08	66,62	531,49	0,24	15,60	0,00	6,03	62,40	241,13	60,90	6,13	0,21	9,49	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		1,49	2,15	17,46	95,19	0,01	0,26	9,60	0,02	66,67	53,25	8,11	0,15	0,07	3,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		74,01	81,97	267,37	2103,19	0,82	47,38	224,48	14,81	1085,27	1327,41	259,83	15,69	1,41	65,73	
День 5 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,03	20,06	54,91	452,33	0,20	0,66	81,60	1,38	195,93	305,80	62,13	1,83	0,28	9,21	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	65	0,81	3,56	5,66	57,91	0,04	16,33	0,00	1,47	18,86	19,28	11,08	0,52	0,03	0,33	100518
2	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	2,10	5,11	11,09	98,71	0,05	12,52	6,00	1,97	111,55	59,28	17,57	0,64	0,05	2,92	110322
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	180	15,24	7,55	23,14	221,53	0,18	9,02	12,42	3,22	307,00	447,77	46,41	1,26	0,16	113,16	120409
4	Напиток из цитрусовых	200	0,12	0,02	8,68	35,39	0,01	5,48	0,00	0,03	5,54	2,78	1,62	0,08	0,00	0,00	160234
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		24,12	17,88	84,97	597,26	0,36	43,36	18,42	7,73	552,35	662,71	91,87	4,21	0,27	120,41	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,03	6,48	29,02	206,50	0,09	0,17	13,30	0,75	57,39	104,20	13,10	1,24	0,15	7,92	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101

	Итого:		13,25	12,24	35,86	306,58	0,16	1,61	49,30	0,75	273,39	280,60	40,10	1,42	0,44	24,12	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Рагу из мяса птицы	220	18,59	17,11	25,18	329,03	0,21	15,80	46,20	2,28	41,12	199,94	49,80	2,46	0,21	11,05	120609
3	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,57	18,52	61,45	502,73	0,29	75,30	46,24	3,51	66,10	253,02	65,72	3,70	0,27	11,65	
Ужин 2																	
1	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	8,41	34,28	0,01	5,60	0,00	0,03	5,84	3,08	1,68	0,11	0,00	0,00	160213
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,41	0,89	16,00	73,66	0,01	5,62	3,60	0,05	20,40	14,16	4,19	0,19	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		74,88	70,09	274,18	2027,06	1,07	136,54	199,16	13,82	1116,17	1544,28	306,02	11,95	1,33	165,38	
	Итого за 5 дней		86,45	79,83	279,84	2183,66	1,51	89,35	1324,92	12,44	1261,88	1626,32	297,18	18,77	2,00	140,05	
День 6 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,56	25,56	51,02	528,30	2,55	0,89	33,92	1,79	277,74	424,63	57,81	5,46	0,74	45,61	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102
	Итого:		0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	65	0,79	4,61	4,22	61,50	0,04	3,06	0,00	2,25	16,50	33,70	23,22	0,43	0,04	3,06	100301
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясным с мелкошинкованными овощами	200	3,98	2,39	6,66	64,05	0,05	15,64	10,00	0,16	110,17	36,03	16,61	0,58	0,05	3,28	110111
3	Азу из мяса отварного	70	11,66	11,25	3,07	160,12	0,05	1,79	0,00	1,23	10,89	115,89	15,55	1,70	0,09	4,36	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,49	4,65	24,75	162,76	0,19	0,00	11,70	0,39	10,32	129,99	86,65	6,94	0,09	2,55	130309
5	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		25,11	23,77	70,79	597,48	0,38	20,48	21,76	4,60	212,36	397,88	154,67	10,89	0,30	15,25	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,30	6,16	24,46	170,44	0,04	0,53	24,53	0,13	111,11	116,24	24,04	0,35	0,13	8,63	120225
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		13,44	13,39	46,11	358,65	0,07	1,07	69,53	0,45	339,29	299,58	52,42	0,77	0,37	9,19	
Ужин																	
1	Запеканка картофельная с печенью	220	23,83	10,50	37,12	338,31	0,55	55,75	5088,60	1,25	249,29	495,87	65,24	17,73	2,47	25,49	120545
2	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		28,03	11,90	77,32	528,51	0,62	59,75	5088,60	2,13	272,69	543,47	78,44	21,01	2,51	25,49	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
	Итого:		6,02	6,42	26,68	188,55	0,04	1,20	30,00	0,00	242,72	182,18	28,36	0,27	0,26	36,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		97,05	81,23	280,01	2239,29	3,70	143,39	5243,81	9,17	1378,80	1870,74	384,70	38,71	4,20	133,54	
День 7 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	180	6,88	7,06	31,41	216,68	0,13	0,54	27,00	0,69	125,91	177,12	34,32	1,71	0,16	8,51	120250
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	8,11	32,63	0,00	1,60	0,00	0,01	5,31	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
4	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102

Итого:			17,40	15,81	51,27	417,02	0,18	2,53	104,00	1,24	417,91	418,57	55,90	2,39	0,36	8,51	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
Итого:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из сборных овощей	65	0,90	6,56	3,08	74,91	0,02	11,86	0,00	3,00	68,76	23,38	13,79	0,39	0,03	2,11	100509
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
5	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
6	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			24,69	19,65	88,34	629,00	0,39	20,02	27,98	7,07	356,30	494,16	79,35	4,10	0,18	83,71	
Полдник																	
1	Каша пшениная молочная	150	5,84	5,48	28,69	187,42	0,16	0,34	17,55	0,14	80,69	135,96	37,71	1,05	0,09	7,01	120201
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
Итого:			13,80	12,97	50,54	374,10	0,25	1,66	57,69	0,49	314,38	338,59	67,74	1,55	0,43	25,04	
Ужин																	
1	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,18	0,01	0,90	100519
2	Плов мясной	220	23,98	25,79	43,31	501,29	0,13	4,98	30,36	0,87	25,92	295,83	58,78	3,75	0,21	9,92	120550
3	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			27,48	27,08	71,42	639,31	0,19	9,38	30,36	1,61	44,64	343,57	69,44	4,73	0,24	11,10	
Ужин2																	
1	Напиток абрикосовый	200	0,00	0,00	20,63	82,54	0,00	0,58	0,00	0,19	3,06	4,32	2,16	0,11	0,00	0,00	160233
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
Итого:			0,29	0,87	28,22	121,92	0,00	0,60	3,60	0,21	17,62	15,40	4,67	0,20	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			84,06	76,79	299,60	2225,74	1,04	44,19	223,63	10,82	1166,86	1621,28	286,10	15,17	1,25	130,35	
День 8 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			12,46	21,29	55,80	464,64	0,20	0,95	70,10	1,29	224,42	298,13	80,23	2,59	0,27	17,31	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
Итого:			0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	65	1,07	6,55	6,26	88,29	0,02	16,69	0,00	2,94	104,98	20,73	11,23	0,39	0,03	1,96	100201
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,64	3,03	8,12	66,33	0,04	11,90	6,00	1,03	89,91	42,67	19,27	0,89	0,05	4,58	110101
3	Биточки рубленные куриные	70	11,65	10,74	9,41	180,92	0,05	0,90	33,95	0,91	29,62	102,81	12,50	0,96	0,09	3,99	120611
4	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			22,48	29,68	88,60	711,40	0,32	45,09	39,95	9,47	324,94	334,76	93,85	7,22	0,29	18,10	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,77	5,85	27,10	180,17	0,05	0,45	22,50	0,25	98,92	102,00	19,60	0,91	0,12	7,09	120247
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
Итого:			12,40	13,56	47,31	360,85	0,16	1,95	63,69	0,56	334,18	309,43	51,62	1,42	0,45	25,12	
Ужин																	

1	Рыба (филе) припущенная	80	15,64	0,59	0,13	68,38	0,09	1,14	9,76	0,88	343,57	498,99	29,59	0,51	0,07	146,45	120405
2	Картофель отварной	150	3,18	6,81	25,49	175,98	0,19	15,60	22,50	0,23	27,06	92,47	36,05	1,44	0,13	8,48	130103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	12,46	50,64	0,00	10,00	0,00	0,07	9,17	8,69	3,10	0,15	0,00	0,10	160203
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,59	12,22	76,50	510,34	0,34	26,74	34,26	2,56	395,00	651,75	77,94	3,00	0,23	155,02	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		1,34	1,28	24,82	116,18	0,01	0,24	6,00	0,00	57,11	44,57	6,80	0,34	0,06	3,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		72,66	78,33	303,33	2208,92	1,05	79,97	214,00	14,28	1354,64	1654,63	322,44	16,87	1,32	220,15	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	180	6,42	8,51	20,13	182,81	0,11	0,78	32,94	0,20	163,05	178,13	57,84	3,33	0,21	13,08	120221
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,34	23,86	50,20	472,92	0,16	0,92	114,94	1,08	377,42	327,40	70,04	4,06	0,29	13,98	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	65	0,62	9,85	2,21	99,99	0,03	13,68	0,00	4,67	8,76	15,47	11,10	0,51	0,02	1,14	100506
2	Суп из овощей на мясном бульоне	200	2,63	5,80	13,36	116,15	0,11	17,74	10,00	1,94	146,17	67,00	26,05	0,92	0,09	5,24	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	180	17,60	16,95	31,84	350,33	0,25	18,00	16,20	0,54	40,32	244,16	55,82	3,58	0,25	15,03	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	14,10	56,82	0,00	1,50	0,00	0,10	7,03	6,49	1,50	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		26,75	34,26	97,91	807,00	0,48	50,92	26,20	8,29	311,67	466,73	109,66	6,81	0,38	25,41	
Полдник																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		26,18	24,58	23,97	421,83	0,13	0,87	58,55	1,08	363,87	468,30	50,62	3,54	0,86	30,22	
Ужин																	
1	Капуста, тушенная с мясом	220	18,53	23,00	7,00	309,08	0,10	30,25	0,00	4,45	186,92	212,30	44,00	3,25	0,19	9,98	120517-1
2	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160242
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,34	24,32	42,03	476,31	0,18	37,75	0,06	5,40	210,30	269,18	60,24	4,37	0,22	10,58	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	22,76	115,71	0,04	0,27	1,20	0,72	16,96	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1 190217
	Итого:		8,46	8,04	32,16	234,91	0,08	1,47	31,20	0,72	258,96	211,83	33,32	0,65	0,29	19,40	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		99,56	115,57	267,27	2507,47	1,07	101,93	230,95	16,97	1530,22	1771,43	365,89	20,03	2,10	99,58	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	180	5,16	7,39	29,35	204,53	0,04	0,64	29,43	0,16	133,33	139,48	28,85	0,42	0,15	10,35	120225
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	17,66	120,84	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		19,16	16,33	60,51	465,67	0,13	1,86	97,43	0,70	447,53	485,48	71,25	1,21	0,59	21,15	
Завтрак 2																	

1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	65	1,14	4,77	8,70	82,28	0,07	6,34	0,00	2,08	12,40	34,21	14,21	0,53	0,05	3,06	100544
2	Рассольник домашний с мясом	200	9,25	8,73	10,94	159,37	0,10	11,35	14,40	0,29	69,62	107,91	27,19	1,61	0,11	6,78	110207
3	Печень тушеная (говяжья)	80	20,34	5,00	0,01	126,36	0,34	37,49	5455,68	1,03	228,79	398,08	20,54	17,05	2,49	14,97	120515
4	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
5	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		40,78	28,60	92,52	790,58	0,66	59,28	5511,78	4,97	547,91	678,43	87,43	23,67	2,73	29,72	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,13	11,34	45,26	327,66	0,14	1,48	39,41	2,47	257,83	237,80	36,60	0,90	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Гуляш из отварной птицы	80	11,31	9,51	1,28	135,94	0,04	1,82	36,00	0,05	10,68	83,44	10,53	0,85	0,08	3,10	120601-1
2	Свекла тушеная	150	2,64	4,99	14,02	111,55	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
3	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,20	15,76	42,66	381,29	0,12	18,75	57,00	0,98	130,50	190,92	51,83	3,86	0,17	15,15	
Ужин2																	
1	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		2,84	1,76	21,91	114,83	0,04	1,86	4,14	0,39	22,31	35,23	7,95	0,40	0,04	2,08	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		91,52	74,19	272,66	2124,43	1,12	93,22	5709,77	9,70	1422,09	1638,86	264,06	32,25	3,90	89,49	
	Итого за 5 дней		88,97	85,22	284,58	2261,17	1,59	92,54	2324,43	12,19	1370,52	1711,39	324,64	24,61	2,56	134,62	
День 11 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	180	7,01	6,57	34,43	224,90	0,19	0,41	21,06	0,16	96,83	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,96	19,50	67,14	499,92	0,26	0,95	64,56	0,96	221,69	306,75	80,05	2,75	0,26	17,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	65	0,81	3,56	5,66	57,91	0,04	16,33	0,00	1,47	18,86	19,28	11,08	0,52	0,03	0,33	100518 100502
2	Уха ростовская	200	5,56	4,45	11,36	107,69	0,11	12,25	2,50	2,21	103,87	173,68	26,79	0,94	0,08	41,20	110316
3	Голубцы ленивые	180	12,13	15,12	18,08	256,89	0,08	39,73	9,00	3,18	309,70	153,62	39,66	2,21	0,14	7,87	120542
4	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		24,62	24,82	85,39	663,42	0,34	68,31	11,56	7,96	551,61	495,66	97,77	5,76	0,28	53,40	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,03	6,48	29,02	206,50	0,09	0,17	13,30	0,75	57,39	104,20	13,10	1,24	0,15	7,92	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		13,25	12,24	35,86	306,58	0,16	1,61	49,30	0,75	273,39	280,60	40,10	1,42	0,44	24,12	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	80	12,76	10,20	10,00	182,84	0,06	0,00	0,00	0,58	11,57	129,90	15,89	1,87	0,10	4,20	120540
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160217

4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	60	4,80	1,80	30,00	155,40	0,07	0,00	0,00	1,02	14,10	50,40	7,80	0,72	0,02	0,00	200102
	Итого:		20,22	19,78	63,78	514,04	0,25	13,00	0,00	5,15	55,12	252,79	57,60	4,00	0,20	10,05	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
	Итого:		3,32	4,01	23,96	145,20	0,04	0,24	15,00	0,32	57,09	59,91	8,78	0,31	0,06	4,16	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		75,76	80,66	286,43	2174,65	1,06	89,11	140,42	15,54	1177,90	1411,70	296,30	16,55	1,28	110,14	
День 12 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Творог для детского питания	50	10,50	2,00	1,50	66,00	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		34,06	27,56	52,52	594,30	2,57	1,14	58,92	1,89	359,74	534,63	69,31	5,66	0,87	45,61	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	65	0,46	7,85	1,43	78,20	0,02	5,72	0,00	3,49	13,75	24,30	8,04	0,35	0,02	1,72	100507
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,76	4,04	8,06	83,58	0,04	11,90	16,00	0,19	77,39	42,17	19,09	0,89	0,05	4,80	110109
3	Гуляш из отварного мяса	70	11,35	10,44	2,08	147,62	0,04	0,78	4,83	0,30	8,68	112,59	14,70	1,63	0,09	4,36	120549
4	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		25,75	30,47	89,77	736,36	0,37	35,01	42,88	5,40	278,05	425,15	97,61	8,57	0,35	24,07	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,77	5,85	27,10	180,17	0,05	0,45	22,50	0,25	98,92	102,00	19,60	0,91	0,12	7,09	120247
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	22,76	115,71	0,04	0,27	1,20	0,72	16,96	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		14,25	12,00	57,43	394,71	0,09	1,26	59,70	0,96	339,09	297,43	50,12	1,54	0,39	8,49	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Капуста, тушенная с мясом	220	18,53	23,00	7,00	309,08	0,10	30,25	0,00	4,45	186,92	212,30	44,00	3,25	0,19	9,98	120517-1
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	200	0,27	0,06	10,42	43,31	0,01	18,00	0,00	0,06	10,44	6,90	3,90	0,11	0,01	0,60	160212
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		20,75	23,73	45,84	479,97	0,15	55,75	0,00	5,06	206,98	243,98	56,86	3,94	0,22	29,18	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		2,91	2,26	28,41	145,59	0,05	52,05	5,67	0,67	26,11	39,39	8,93	0,79	0,06	1,61	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		99,22	96,52	294,97	2445,43	3,27	155,19	167,17	14,39	1217,96	1568,57	324,84	21,10	1,94	108,95	
День 13 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,28	22,31	56,66	496,58	0,22	0,91	106,60	1,48	277,93	415,80	73,63	2,03	0,41	9,21	
Завтрак 2																	

1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	65	1,07	6,55	6,26	88,29	0,02	16,69	0,00	2,94	104,98	20,73	11,23	0,39	0,03	1,96	100201
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
5	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
6	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		30,53	19,42	94,80	676,10	0,42	24,44	19,96	8,50	546,27	692,93	88,81	4,69	0,19	134,43	
Подник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,04	4,86	18,36	137,34	0,05	1,08	18,00	0,00	223,20	171,00	27,00	0,18	0,27	16,20	230116
	Итого:		10,95	10,44	56,42	363,48	0,14	1,30	21,41	2,47	265,03	237,80	38,40	0,90	0,33	19,39	
Ужин																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным	80	9,81	9,02	9,31	157,66	0,05	0,76	35,37	0,29	52,89	98,92	11,98	0,80	0,09	4,09	120619
2	Капуста тушеная	150	3,21	6,18	9,64	107,03	0,06	48,30	0,00	2,90	291,75	64,15	32,96	1,18	0,08	5,61	130201
3	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	15,19	63,15	0,01	0,40	0,00	0,55	20,03	18,45	10,50	1,12	0,02	0,00	160219
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,74	16,43	54,14	431,43	0,17	49,46	35,37	4,42	374,07	215,12	60,64	3,58	0,20	9,70	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		6,29	7,27	16,99	158,58	0,04	1,22	33,60	0,02	256,56	193,08	30,51	0,28	0,27	18,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		82,20	76,28	288,80	2170,57	1,02	87,33	216,94	17,09	1735,86	1765,73	301,00	13,69	1,43	192,73	
День 14 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,56	7,16	28,05	202,90	0,06	0,73	29,16	0,45	155,82	135,97	22,22	0,43	0,17	11,34	120205
2	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,60	15,54	57,92	433,96	0,12	1,11	87,16	1,23	417,32	319,74	40,02	1,17	0,30	14,94	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	65	10,50	8,50	0,00	118,45	0,01	0,00	12,35	2,11	92,63	358,22	24,70	0,68	0,08	49,40	100602
2	Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,40	1,53	19,50	121,39	0,08	3,44	0,01	0,44	18,45	60,03	15,81	0,84	0,08	4,34	110332-2
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	180	17,60	16,95	31,84	350,33	0,25	18,00	16,20	0,54	40,32	244,16	55,82	3,58	0,25	15,03	120534
4	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		39,42	28,00	89,74	768,62	0,41	25,44	28,56	3,81	220,09	743,20	111,92	8,77	0,44	70,77	
Подник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,30	6,16	24,46	170,44	0,04	0,53	24,53	0,13	111,11	116,24	24,04	0,35	0,13	8,63	120225
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		9,54	11,93	48,94	341,31	0,09	1,79	60,53	0,13	327,83	287,42	49,60	0,60	0,43	42,83	
Ужин																	
1	Тефтели рубленные из говядины	80	10,00	14,39	7,53	199,66	0,05	2,69	10,44	2,19	32,49	121,15	16,81	1,60	0,09	5,32	120519
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102

	Итого:		15,86	23,37	51,32	479,05	0,22	15,68	10,44	6,42	71,33	227,24	55,92	3,49	0,20	11,16	
Ужин2																	
1	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	12,46	50,64	0,00	10,00	0,00	0,07	9,17	8,69	3,10	0,15	0,00	0,10	160203
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,52	1,98	25,83	131,24	0,04	10,06	5,19	0,38	28,43	39,72	8,12	0,47	0,04	1,93	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		83,33	81,13	284,04	2199,69	0,89	59,09	191,87	12,37	1084,00	1633,31	277,59	16,79	1,44	142,63	
День 15 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	17,66	120,84	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		32,17	30,50	52,70	613,97	0,20	1,51	86,92	1,99	445,94	638,99	67,61	4,28	1,04	39,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат Мозаика	65	1,87	4,79	6,59	76,99	0,06	4,56	0,01	1,88	24,02	44,51	16,39	0,61	0,07	4,07	100515-1
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясом с мелкошинкованными овощами	200	3,98	2,39	6,66	64,05	0,05	15,64	10,00	0,16	110,17	36,03	16,61	0,58	0,05	3,28	110111
3	Суфле из отварного мяса (говядина)	70	11,63	11,05	5,98	169,88	0,05	0,13	3,16	0,99	41,04	138,10	15,90	1,70	0,16	7,98	120537
4	Свекла тушеная	150	2,64	4,99	14,02	111,55	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		24,63	24,33	73,54	611,60	0,28	35,85	34,23	4,00	397,71	423,26	101,39	6,96	0,38	31,11	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,77	5,85	27,10	180,17	0,05	0,45	22,50	0,25	98,92	102,00	19,60	0,91	0,12	7,09	120247
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		12,73	13,35	48,59	365,42	0,16	1,95	62,64	0,60	332,61	310,03	51,43	1,42	0,45	25,12	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	80	10,64	4,34	8,99	117,58	0,07	1,40	18,60	0,84	214,16	312,88	21,16	0,57	0,06	85,81	120403
2	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,19	12,05	70,80	464,43	0,29	18,01	40,65	1,90	292,38	458,96	66,94	5,03	0,23	95,01	
Ужин 2																	
1	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	14,10	56,82	0,00	1,50	0,00	0,10	7,03	6,49	1,50	0,08	0,00	0,00	160203-1
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,34	0,89	21,69	96,20	0,00	1,52	3,60	0,12	21,59	17,57	4,01	0,17	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		89,56	81,62	288,32	2246,11	0,97	68,84	228,05	9,02	1498,23	1876,81	333,38	18,45	2,16	190,65	
	Итого за 5 дней		86,01	83,24	288,51	2247,29	1,45	91,91	188,89	13,68	1342,79	1651,23	306,62	17,32	1,65	149,02	
День 16 (Понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшенная молочная	180	7,01	6,57	34,43	224,90	0,19	0,41	21,06	0,16	96,83	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	8,11	32,63	0,00	1,60	0,00	0,01	5,31	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	20	0,16	16,50	0,16	149,78	0,00	0,00	60,00	0,20	2,40	3,80	0,00	0,04	0,02	1,80	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		10,40	24,28	62,70	510,91	0,24	2,01	81,06	1,05	113,94	207,20	50,93	1,82	0,14	10,21	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102
	Итого:		0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	

Обед																	
1	Салат из моркови с сахаром	65	0,77	4,60	6,03	68,63	0,04	2,96	0,00	2,24	16,03	32,62	22,48	0,42	0,04	2,96	100302
2	Рассольник Ленинградский	200	2,05	3,21	13,82	92,35	0,09	7,42	6,00	1,05	56,56	61,20	21,27	0,79	0,07	4,30	110201
3	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	70	7,47	8,49	8,42	139,96	0,04	0,07	3,89	1,30	21,89	82,83	10,66	1,05	0,07	3,38	120535
4	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,49	4,65	24,75	162,76	0,19	0,00	11,70	0,39	10,32	129,99	86,65	6,94	0,09	2,55	130309
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		21,01	22,19	99,62	682,23	0,43	14,45	21,59	5,88	223,51	437,44	161,66	13,48	0,30	17,19	
Полдник																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	150	5,73	5,88	26,17	180,56	0,11	0,45	22,50	0,58	104,92	147,60	28,60	1,42	0,13	7,09	120250
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		14,87	13,11	47,82	368,77	0,14	0,99	67,50	0,90	333,11	330,94	56,98	1,85	0,38	7,65	
Ужин																	
1	Печень тушеная (говяжья)	80	20,34	5,00	0,01	126,36	0,34	37,49	5455,68	1,03	228,79	398,08	20,54	17,05	2,49	14,97	120515
2	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
3	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
4	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	8,93	37,30	0,01	3,00	0,00	0,06	4,98	3,30	2,70	0,68	0,01	0,60	160209
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		29,79	15,40	63,41	511,38	0,48	40,58	5497,38	2,61	411,58	492,41	38,33	19,03	2,56	18,49	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		8,45	8,51	22,69	201,11	0,07	1,25	35,63	0,33	256,73	209,71	32,21	0,49	0,29	19,61	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		85,43	83,68	304,34	2312,20	1,41	119,28	5703,15	10,97	1372,87	1700,70	353,11	36,99	3,70	75,15	
День 17 (Вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	180	4,91	10,82	24,20	213,85	0,07	0,55	40,77	0,17	117,65	128,90	27,92	0,53	0,14	9,71	120222
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,44	25,22	57,17	549,47	2,56	1,79	157,77	0,81	627,65	588,54	90,52	3,10	0,60	26,71	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из помидоров свежих и яблок	65	0,37	6,69	4,56	79,93	0,02	8,78	0,00	3,07	9,69	9,64	7,45	1,04	0,02	1,17	100526-1
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,76	4,04	8,06	83,58	0,04	11,90	16,00	0,19	77,39	42,17	19,09	0,89	0,05	4,80	110109
3	Бефстроганов из мяса отварного	70	11,49	11,23	2,68	157,71	0,04	0,25	10,48	0,29	58,65	128,02	16,60	1,61	0,11	6,02	120548
4	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	150	3,42	4,39	27,59	163,53	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105
5	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		23,83	27,82	84,98	685,62	0,40	37,83	40,04	4,69	242,19	378,10	97,35	6,56	0,35	22,85	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,13	11,34	45,26	327,66	0,14	1,48	39,41	2,47	257,83	237,80	36,60	0,90	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	80	12,76	10,20	10,00	182,84	0,06	0,00	0,00	0,58	11,57	129,90	15,89	1,87	0,10	4,20	120540
2	Капуста тушеная	150	3,21	6,18	9,64	107,03	0,06	48,30	0,00	2,90	291,75	64,15	32,96	1,18	0,08	5,61	130201
3	Напиток смородина	200	0,12	0,05	8,87	36,38	0,00	12,00	0,00	0,08	4,56	3,96	3,72	0,18	0,00	0,12	160207

4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		19,29	17,63	48,51	429,86	0,17	60,30	0,00	4,25	317,28	231,61	57,77	3,71	0,19	9,93	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		1,49	2,15	17,46	95,19	0,01	0,26	9,60	0,02	66,67	53,25	8,11	0,15	0,07	3,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		79,58	84,58	263,18	2132,20	3,31	111,65	246,82	12,44	1527,62	1500,30	299,35	16,63	1,60	84,48	
День 18 (Среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,42	23,71	53,16	479,74	0,19	0,55	108,60	1,38	313,93	303,80	57,63	1,83	0,20	9,21	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Винегрет	65	1,04	6,62	5,91	87,39	0,04	5,41	0,00	2,95	24,82	30,77	13,48	0,58	0,03	3,10	100501
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	200	4,62	3,66	12,44	101,18	0,04	1,20	14,72	0,33	9,70	26,91	6,92	0,47	0,02	1,00	110333
3	Рагу из мяса птицы	180	15,21	14,00	20,61	269,20	0,17	12,92	37,80	1,86	33,64	163,59	40,75	2,01	0,17	9,04	120609
4	Кисель из хлопьев быстрозамороженной	200	0,06	0,02	14,10	56,82	0,00	1,50	0,00	0,10	7,03	6,49	1,50	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		25,44	25,72	81,26	658,26	0,32	21,03	52,52	6,10	134,59	311,36	72,85	4,24	0,25	15,14	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,03	6,48	29,02	206,50	0,09	0,17	13,30	0,75	57,39	104,20	13,10	1,24	0,15	7,92	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		13,25	12,24	35,86	306,58	0,16	1,61	49,30	0,75	273,39	280,60	40,10	1,42	0,44	24,12	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	80	10,64	4,34	8,99	117,58	0,07	1,40	18,60	0,84	214,16	312,88	21,16	0,57	0,06	85,81	120403
2	Картофель отварной	150	3,18	6,81	25,49	175,98	0,19	15,60	22,50	0,23	27,06	92,47	36,05	1,44	0,13	8,48	130103
3	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	7,99	31,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	160117
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,02	12,35	62,47	429,13	0,30	17,00	41,10	1,75	250,86	438,94	62,40	2,51	0,20	94,29	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,74	1,03	22,71	103,06	0,02	52,02	3,64	0,37	25,94	22,76	7,23	0,58	0,04	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		70,28	75,35	265,75	2022,27	1,01	97,22	255,16	10,74	1017,70	1373,46	252,21	12,89	1,17	143,75	
День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		25,04	26,24	54,17	552,96	0,18	0,83	32,42	2,14	255,40	434,69	60,01	4,96	0,74	36,71	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат витаминный с растительным маслом	65	0,94	6,55	3,61	77,13	0,02	13,26	0,00	2,96	82,74	21,05	11,81	0,36	0,03	1,94	100504
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601

4	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
5	Рис отварной	130	3,22	3,67	35,52	188,00	0,04	0,00	11,70	0,22	5,30	69,23	22,82	0,47	0,02	0,99	130301
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		31,35	17,25	117,23	749,56	0,42	23,38	20,24	7,28	541,81	762,22	112,99	7,35	0,22	138,34	
Подник																	
1	Каша рассыпчатая пшениная с фруктами	150	5,61	3,52	40,92	217,82	0,20	2,57	6,77	0,41	29,08	121,64	51,76	2,16	0,04	2,68	120246
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		15,04	9,97	61,84	397,23	0,24	3,17	47,95	0,72	271,53	318,27	81,98	2,66	0,31	4,51	
Ужин																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,90	100503
2	Капуста, тушенная с мясом	220	18,53	23,00	7,00	309,08	0,10	30,25	0,00	4,45	186,92	212,30	44,00	3,25	0,19	9,98	120517-1
3	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,03	24,28	34,87	446,15	0,16	33,15	0,00	5,18	205,64	254,64	54,66	4,23	0,21	11,16	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
	Итого:		6,02	6,42	26,68	188,55	0,04	1,20	30,00	0,00	242,72	182,18	28,36	0,27	0,26	36,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		100,97	84,65	315,80	2428,95	1,07	71,73	130,61	15,73	1525,10	1980,00	380,00	20,07	1,78	226,71	
День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,56	7,16	28,05	202,90	0,06	0,73	29,16	0,45	155,82	135,97	22,22	0,43	0,17	11,34	120205
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		20,84	19,31	59,27	494,27	2,53	1,72	121,16	0,99	583,82	485,61	73,32	2,80	0,50	28,34	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	65	0,81	3,56	5,66	57,91	0,04	16,33	0,00	1,47	18,86	19,28	11,08	0,52	0,03	0,33	100518 100502
2	Щи из капусты свежей с мясом	200	9,35	7,11	6,00	125,35	0,06	14,07	9,00	0,26	102,31	90,78	21,79	1,36	0,09	5,12	110111-1
3	Суфле из печени	70	11,61	5,25	8,35	127,09	0,18	17,45	2523,15	1,58	135,77	218,97	14,58	8,12	1,20	9,63	120538
4	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
5	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
6	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		30,96	28,63	85,82	724,84	0,53	60,57	2584,26	4,40	583,58	578,32	100,49	13,14	1,52	30,19	
Подник																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	150	5,35	7,09	16,78	152,35	0,09	0,65	27,45	0,17	135,88	148,44	48,20	2,77	0,18	10,90	120221
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,04	4,86	18,36	137,34	0,05	1,08	18,00	0,00	223,20	171,00	27,00	0,18	0,27	16,20	230116
	Итого:		10,41	11,97	52,42	359,04	0,15	1,73	45,45	0,17	359,80	319,62	75,56	3,03	0,45	45,10	
Ужин																	
1	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	80	8,54	9,70	9,63	159,96	0,04	0,08	4,44	1,49	25,02	94,66	12,18	1,20	0,08	3,86	120535
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	12,46	50,64	0,00	10,00	0,00	0,07	9,17	8,69	3,10	0,15	0,00	0,10	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,44	18,67	58,51	459,81	0,21	21,68	4,44	5,76	70,62	207,90	53,13	2,91	0,18	9,53	

Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		3,94	3,02	24,52	140,97	0,05	0,30	10,14	0,35	69,79	73,80	10,43	0,39	0,09	5,44	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		80,99	82,00	290,33	2223,33	3,50	95,99	2765,46	11,88	1683,61	1676,25	321,94	24,46	2,76	120,60	
	Итого за 5 дней		83,45	82,05	287,88	2223,79	2,06	99,18	1820,24	12,35	1425,38	1646,14	321,32	22,21	2,20	130,14	
	Итого за 20 дней		86,22	82,59	285,20	2228,98	1,65	93,24	1414,62	12,66	1350,14	1658,77	312,44	20,72	2,10	138,46	

Пояснительная записка к примерному 20-ти дневному меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов,11-12 и более часов), города Москвы.

Изменение №1.

Сырье, используемое для приготовления изделий должно быть разрешено к применению в пищевой промышленности, в том числе для приготовления блюд для детей, и соответствовать требованиям действующей нормативной документации: сырье должно сопровождаться документацией, удостоверяющей его качество и безопасность, и соответствовать по показателям безопасности нормам Единых санитарно - эпидемиологических и гигиенических требований к товарам, подлежащим санитарно - эпидемиологическому надзору (контролю) Глава II, Раздел 1), в т.ч. в части требований к продуктам, предназначенным для питания дошкольников и школьников» для всех наименований пищевых продуктов, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях". МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения». Сырье животного происхождения должно пройти ветеринарно-санитарную экспертизу в соответствии с ветеринарными правилами и нормами, сопровождаться ветеринарными документами, утвержденными Государственной Ветеринарной Службой. Не должно использоваться сырье, содержащее ГМО.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – Под ред. Лапшиной В.Т. М: Хлебпродинформ, 2004 г., Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания I, II часть- Сост. Лапшина В.Т.; Марчук Ф.Л. М: Хлебпродинформ, 1996, 1997 г.; Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Москва Экономика 1983 г. и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях / Под ред. С.В. Маслова, 2015; Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник рецептов на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П.- М.: ДеЛи плюс, 2013; Сборник рецептов на продукцию на продукцию диетического питания для предприятия общественного питания / Под ред М.П.Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2013.; Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций/ Под. ред. В.Р. Кучмы – М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.; Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений Под общей редакцией проф.А.Я. Перевалова.

Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»,

Методических рекомендаций «Методические рекомендации к организации общественного питания населения», ГОСТ 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению.

Расчет пищевой ценности блюда был рассчитан на основании таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М.Скурихин, В.А. Тутельян., 2008. В примерном меню соблюдены требования настоящих санитарных правил пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах, дополнительно витаминизация блюд не проводится

Основные требования к производственному процессу и хранению

При изготовлении кулинарной продукции для питания детей и подростков первостепенное значение имеет точность производственных процессов на предприятиях школьного питания.

Процесс приготовления пищи складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной) и тепловой (вторичной) обработки.

При холодной обработке продукты подготавливают для дальнейшей тепловой обработки (мясо, рыба, птица, овощи, фрукты, крупы, бобовые, яйца и др.), либо для употребления в сыром виде (овощи, фрукты).

Для обработки сырых и готовых продуктов должно быть выделено отдельное технологическое оборудование, которое маркируется в соответствии с назначением.

Доски и ножи закрепляют за соответствующими рабочими местами и хранят непосредственно на этих местах или установленными на ребро в специальных кассетах.

Хранение продуктов должно осуществляться с соблюдением сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, установленных изготовителями, и правил товарного соседства. Запрещается совместное хранение сырых и готовых (термообработанных) продуктов, а также полуфабрикатов и готовых продуктов (блюд).

Для хранения овощей должны быть выделены овощные кладовые или овощехранилища. Овощи и фрукты необходимо хранить в сухих, хорошо проветриваемых помещениях в ларях или на стеллажах, отстоящих от пола на 15 см, при температуре, указанной изготовителем.

Следует строго следить за качеством поступающих пищевых продуктов, особенно овощей и фруктов, реализуемых без термической обработки. Завозить плодоовощную продукцию целесообразно небольшими партиями, чтобы избежать порчи при длительном хранении. Для приготовления блюд из сырых овощей и фруктов разрешается использовать только стандартные доброкачественные овощи и фрукты.

Сырье продовольственное (мясо, птица, рыба), а также овощи и фрукты, поступающие в замороженном виде, должны храниться в низкотемпературных холодильниках, в соответствии с указаниями изготовителя, как правило, при температуре не выше -18°C . Не допускается замораживание сырья два и более раз (замораживание после дефростации).

I. Подготовка к использованию сырья продовольственного, продуктов пищевых

Подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, подносами, лотками, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем.

Основным требованием при подготовке сырья является недопустимость его соприкосновения с готовой продукцией.

1. Подготовка сырья мясного

При приемке сырья его осматривают, подвергают дополнительной зачистке и влажному туалету.

Замороженное мясо бескостное (говядина, телятина, свинина мясная) в виде блоков, а также субпродукты мясные обработанные (язык, сердце, печень говяжьи), в том числе в блоках, размораживают на воздухе на специальных подносах, лотках или в специальных ваннах, в условиях свободного стока отделяемой при дефростации жидкости, после чего тщательно промывают проточной водой и немедленно начинают его дальнейшую переработку.

Мясо бескостное размороженное зачищают от грубых сухожилий, поверхностных пленок с оставлением межмышечной и соединительной ткани. При необходимости у свинины удаляют излишки шпика. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной не более 8 см, которые направляют на варку для приготовления бульона мясного или для приготовления вторых блюд. Для приготовления фарша выделяют котлетное мясо (говяжье, свиное).

Субпродукты мясные, обработанные в охлажденном или размороженном состоянии зачищают, повторно промывают и направляют на приготовление горячих вторых блюд.

2. Подготовка птицы

У потрошенных тушек птицы удаляют легкие и почки, проверяют тщательность удаления внутренних органов. После этого тушки птицы (или полуфабрикаты) моют проточной теплой, а затем холодной водой до полного удаления загрязнений и остатков крови.

Тушки птицы направляют на термообработку в целом виде, если масса тушки не более 1,5 кг, или разрезают на две полутушки.

Перед термообработкой тушки птицы формируют.

3. Подготовка рыбы

Размораживание рыбы можно проводить как на воздухе на специальных подносах или лотках, так и погружением тушек рыбы в воду на 2-4 часа при температуре воды 10-12°C (рыба семейства лососевых, осетровых специальной разделки).

Филе рыбное мороженое без костей (с кожей или без нее) промышленного производства размораживают на воздухе при комнатной температуре, промывают в холодной проточной воде и обсушивают при комнатной температуре.

Хранение филе рыбного размороженного и рыбы размороженной не допускается.

4. Подготовка яиц куриных и продуктов яичных

Обработку яиц куриных диетических и столовых (в случае их использования) осуществляют в специально отведенном месте в промаркированных емкостях (ведрах, котлах и др.) в порядке, установленном санитарными правилами.

Обработанные яйца куриные выкладывают на лотки или в другую чистую промаркированную тару.

Заносить или хранить в производственных помещениях необработанные яйца куриные категорически запрещается.

Замороженный меланж, упакованный в банки или полиэтиленовые пакеты, предварительно размораживают: банки погружают в ванну с водой, температура которой должна быть не более 40°C; полиэтиленовые пакеты с меланжем укладывают в емкости и выдерживают при комнатной температуре до полного размягчения.

При использовании продуктов яичных жидких пастеризованных, расфасованных в ПЭТ, не допускается контакт горловины тары с емкостями, используемыми для приготовления блюд. После вскрытия упаковки остатки продукта допускается хранить при закрытой крышке при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$ не более 5 суток. При этом общий срок хранения продукта до вскрытия и после вскрытия упаковки не должен превышать общий срок хранения продукта, исчисляемый с даты изготовления.

5. Подготовка овощей, фруктов

Подготовку овощей проводят в соответствии с технологическими инструкциями, утвержденными в установленном порядке.

Сырье овощное должно быть нормальной технической зрелости, свежее, не пораженное сельскохозяйственными и амбарными вредителями, грибковыми заболеваниями и другими видами порчи.

Овощи промывают и очищают (при необходимости) в цехе первичной обработки овощей («коренном»), затем проводят повторную обработку в цехе вторичной обработки овощей («овощном»), после чего их хранят на лотках или в другой посуде со специальной маркировкой.

Холодная обработка овощей, идущих на приготовление сырых салатов, требует особой тщательности, так как испорченные и плохо промытые овощи могут стать причиной кишечных инфекций и глистных инвазий.

Овощи и зелень после предварительной промывки тщательно перебирают, очищают и повторно промывают проточной водой. Необходимо производить тщательную зачистку порченных и гниющих участков моркови, лука, свеклы, редьки, картофеля и других овощей, обязательно удалить 3-4 листа капусты белокочанной или краснокочанной, повторно промыть овощи в проточной питьевой воде (небольшими партиями, пользуясь дуршлагами, сетками, грохотами).

Непосредственно перед приготовлением блюд из сырых овощей (салатов, винегретов и др.) должна проводиться особо тщательная промывка подготовленных овощей в проточной питьевой воде (в «холодном» цехе).

Категорически запрещается хранение в воде очищенных овощей и зелени, предназначенных для употребления в пищу в сыром виде, без проведения термической обработки.

Фрукты, в том числе цитрусовые и бананы, дважды промывают – первоначально в производственной ванне (в «овощном» цехе), затем проточной питьевой водой (непосредственно перед употреблением, в «холодном» цехе).

Ягоды укладывают в дуршлаг и промывают сначала теплой, затем холодной проточной водой.

Сухофрукты тщательно перебирают, затем промывают теплой проточной водой.

При поступлении плодоовощной продукции низкого качества использование ее без предварительной термической обработки категорически запрещено.

Овощи и фрукты, быстрозамороженные должны храниться в холодильнике при температуре, указанной изготовителем (обычно от минус 10 до минус 18 $^{\circ}\text{C}$). Их направляют на переработку без предварительного размораживания.

6. Подготовка круп, бобовых, муки пшеничной, сахара-песка и др.

Крупы рисовую, овсяную, пшено, перловую, гречневую и др. тщательно перебирают и промывают.

Крупу манную, а также измельченные крупы просеивают.

Хлопья овсяные перебирают.

Изделия макаронные перебирают. Макароны при необходимости разламывают.

Горох, фасоль и другие бобовые перебирают, промывают холодной водой, затем замачивают в воде при соотношении гороха (фасоли) и воды 1:2.

Муку пшеничную, сахар-песок, соль или соль поваренную йодированную и др. перед употреблением просеивают через сито с магнитоулавливателем (или без него).

Требования к качеству кулинарной продукции

Качество кулинарной продукции, ее безопасность контролируют по органолептическим, физико-химическим и микробиологическим показателям.

Органолептическую оценку качества полуфабрикатов проводят по внешнему виду, цвету и запаху; кулинарных изделий – по внешнему виду, цвету, запаху и консистенции; блюд – по внешнему виду, цвету и запаху.

По органолептическим показателям кулинарная продукция, предназначенная для питания детей и подростков школьного возраста, должна соответствовать требованиям, приведенным в таблице 1.

Таблица 1

Органолептические показатели кулинарной продукции

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Бутерброды открытые	Бутерброды открытые представляют собой ломтик хлеба толщиной 1,0-1,5 см, смазанный маслом сливочным (или без него), на который уложены сыр или мясные гастрономические продукты, или рыба, нарезанные тонкими ломтиками, или ломтики хлеба равномерно смазаны джемом, вареньем, паштетом и др. Бутерброды имеют свежий вид, не заветренные, не имеют посторонних привкуса и запаха.
Холодные блюда (салаты, винегреты)	Холодные блюда (салаты, винегреты) представляют собой массу, состоящую из овощей свежих или отварных, фруктов, мяса, рыбы, морепродуктов и др., которые нарезаны соломкой или ломтиками, или дольками, или другой формы, заправлены соусом или маслом растительным и др. Компоненты блюда не деформированы, имеют свойственные определенному виду продуктов цвет и запах. Блюдо не заветренное, не имеет посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.)	Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, запах и цвет. Форма нарезки овощей соответствует требованиям, приведенным в технологических картах на каждое первое блюдо. Овощи могут быть шинкованными, нарезанными соломкой, кубиками, дольками, шашками и другой формы. Зерна круп набухшие, непереваренные, сохранившие форму, хорошо отделяемые друг от друга. Консистенция корнеплодов плотная, но не жесткая, свойственная вареным овощам. Капуста, фасоль, горох должны быть мягкими, но не разваренными. Изделия макаронные должны иметь свойственную им форму, не должны быть разваренными, слипшимися. Подаваемые к супам гарниры должны иметь свойственные им внешний вид, вкус, запах (мясо отварное, фрикадельки, кнели, крокеты, мясо птицы отварное, рыба отварная и др.). Супы заправочные должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Первые блюда (супы молочные)	Первые блюда (супы молочные), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, внешний вид. Супы, приготовленные на молоке, могут содержать изделия макаронные, крупы, овощи. Изделия макаронные, крупы должны иметь свойственную им форму, легко отделяться друг от друга. Зерна круп набухшие, непереваренные, не слипшиеся. Овощи нарезаны кубиками, соломкой, дольками, шинкованные или другой формы. Изделия макаронные не слипшиеся, непереваренные. Супы должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы-пюре)	Первые блюда (супы-пюре) имеют пюреобразную консистенцию средней густоты, состоят из протертых овощей, круп, бобовых, из мяса, птицы и др. Супы-пюре могут быть приготовлены как на бульоне, воде, отваре овощном, так и на молоке. Супы-пюре, сваренные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, не должны иметь посторонних привкуса и запаха. Могут отпускатся с гарнирами или без них.
Первые блюда (супы прозрачные)	Первые блюда (супы прозрачные) состоят из прозрачных бульонов (из мяса, кур, индеек и др.). К бульонам отдельно подают гарниры: овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, круп, а также гренки, сухарики, пирожки и др. Некоторые виды гарниров (гренки, фрикадельки, кнели, крокеты и др.) отпускают вместе с бульоном. Супы прозрачные и гарниры к ним не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы сладкие)	Первые блюда (супы сладкие) представляют собой отвар фруктовый, в котором находятся фрукты, ягоды (свежие или сушеные) вареные в целом виде или нарезанные кусочками, дольками. Супы сладкие имеют жидкую желеобразную консистенцию, не имеют посторонних привкуса и запаха. К супам сладким подают отдельно гарниры: крупу рисовую отварную, изделия макаронные отварные, хлопья пшеничные или кукурузные, клецки, вареники, пудинг рисовый или манный и др.
Вторые блюда (горячие) из мяса субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы	Вторые блюда (горячие) могут быть представлены блюдами из мяса, субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы, которые могут быть отварными, запеченными, тушеными и др. Вторые блюда могут быть приготовлены из порционных (крупных), а также мелких кусочков мяса, рыбы, птицы, из фарша (формованные рубленые изделия, запеканки, пудинги, суфле и др.). Блюда вторые могут быть приготовлены с овощами, в том числе овощи, фаршированные мясом и рисом, с изделиями макаронными отварными (макаронник), с крупами отварными. Изделия, формованные из мяса, птицы, рыбы, могут быть панированными или без панировки. Вторые блюда из мяса, птицы, рыбы могут быть с соусом или без него.
	Горячие вторые блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, цвет, запах, консистенцию, внешний вид; кусковые и формованные изделия должны быть недеформированными.

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
	Готовые вторые блюда из мяса, птицы, рыбы не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Вторые горячие блюда (гарниры) из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др.	Вторые горячие блюда (гарниры) могут быть представлены блюдами из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др., которые могут быть отварными, припущенными, тушеными, запеченными, с соусом или без него. Вторые блюда (гарниры), приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, цвет, запах, консистенцию, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Третьи блюда (компоты, кисели), желе, муссы и другие сладкие блюда	Третьи блюда (компоты, кисели), желе, муссы и другие сладкие блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, цвет, запах, вкус и консистенцию. Компоты состоят из жидкости (сиропа) и отварных фруктов, ягод и др., которые имеют свойственные для данных плодов или ягод цвет, вкус и запах в отварном виде. Сиропы – в меру сладкие, с приятным запахом и вкусом, с различными цветовыми оттенками. Кисели имеют жидкую или густую желеобразную консистенцию, приготовлены, могут быть из фруктов, ягод или молока. Желе имеют прочную желеобразную консистенцию. Готовые третьи блюда и другие сладкие блюда не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Мучные блюда (блины, вареники, оладьи, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные	Мучные блюда (блины, вареники, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные, приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам и мучным изделиям внешний вид, цвет, запах, вкус, консистенцию. Готовые мучные блюда должны быть недеформированными, не пригоревшими. Начинка в пирожках, блинчиках и др. не должна выступать. Изделия из дрожжевого теста при слабом надавливании на них должны легко восстанавливать первоначальную форму, не должны быть черствыми, заветренными. Мучные блюда и булочные изделия не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания	Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания, должны соответствовать требованиям технических условий на них. В случае наличия индивидуальной упаковки – она не должна иметь повреждений, загрязнений и др. Готовые изделия промышленного производства не должны иметь посторонних привкуса и запаха, иметь признаки несвежести и другие, несвойственные им, органолептические показатели.

Приложения к примерному 20-ти дневному меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.

Приложение №1

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

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

*Возможна замена на фрукт в ассортименте или сок фруктовый (овощной) в ассортименте

Приложение №2

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню

Распределение соков фруктовых по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Сок яблочный*				x				x						x						
Сок яблочно-абрикосовый*	x															x				
Сок мультифрукт*		x										x								
Сок яблочно-виноградный*						x				x					x				x	

*Возможна замена на сок фруктовый (овощной) в ассортименте или фрукт в ассортименте

Приложение №3

Вода питьевая детская бутилированная. Потребность в питьевой воде, превышающая объемы бутилированной, обеспечивается кипяченой водой, при условии её хранения не более 3 часов.

Распределение кисломолочных напитков по дням цикличного меню

Распределение кисломолочных напитков по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 1,5-3 года

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Йогурт питьевой ягодный*	x					x											x			
Кефир*		x			x			x			x			x				x		
Йогурт питьевой фруктовый*			x						x			x			x				x	
Ряженка*				x			x			x			x			x				x

*Возможна замена молока ультрапастеризованное.

Распределение кисломолочных напитков по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 3-7 лет

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Кефир*	x			x			x			x				x			x			
Ацидофилин*		x			x			x			x				x			x		
Ряженка*			x			x			x			x				x			x	
Йогурт питьевой фруктовый*													x							x

*Возможна замена на молоко ультрапастеризованное.

Распределение кондитерского изделия по дням цикличного меню

Распределение кондитерского изделия по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 1,5-3 года

Наименование плода	Выход	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Зефир*	20	x	x	x	x	x		x	x					x		x		x	x		
Печенье*	20		x				x		x				x							x	
Мармелад*	18			x			x						x		x					x	x

*Возможна замена на кондитерское изделие или выпечку в ассортименте.

Распределение кондитерского изделия по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 3-7 лет

Наименование плода	Выход	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Зефир*	20		x						x												
Печенье*	20		x				x		x				x			x				x	
Мармелад*	18			x			x						x		x					x	x
Ирис *	10	x			x	x		x						x		x		x	x		

*Возможна замена на кондитерское изделие или выпечку в ассортименте

Приложение №6

Варианты замены блюд при организации питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях

День	Прием пищи (6-ти разовое питание)	Заменяемое блюдо	Варианты замены
		Наименование	Наименование
2	Обед	Суп-пюре из разных овощей	Суп из овощей на курином бульоне
2	Ужин	Рыба (филе) запеченная	Тефтели рыбные
2	Ужин	Картофель отварной	Рис отварной
3	Ужин	Свекла тушеная	Рагу из овощей
5	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной
7	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
7	Обед	Тефтели рыбные	Рыба (филе) запеченная
7	Ужин	Плов мясной	Голубцы ленивые
8	Ужин	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные
9	Обед	Запеканка картофельная с мясом отварным	Котлеты рубленые из мяса (говядина) Пюре картофельное
9	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Фрикадельки мясные паровые собственного производства Капуста тушеная
10	Ужин	Свекла тушеная	Рагу из овощей
11	Обед	Голубцы ленивые	Котлеты рубленые из мяса (говядина) Рис отварной
12	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Плов мясной

13	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
13	Обед	Рыба (филе) запеченная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
13	Ужин	Капуста тушеная	Картофель отварной
14	Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А
14	Обед	Запеканка картофельная с мясом отварным	Котлеты рубленые из мяса (говядина) Пюре картофельное
15	Обед	Свекла тушеная	Рагу из овощей
15	Ужин	Тефтели рыбные Пюре картофельное	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
18	Ужин	Тефтели рыбные Картофель отварной	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
19	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
19	Обед	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
19	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Фрикадельки мясные паровые собственного производства Капуста тушеная

Примечание: По желанию родителей в полдник может выдаваться "Чай с сахаром"

Приложение №7

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта.

День	Прием пищи	Заменяемый салат	Сезонный салат
1	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из овощей с кукурузой
6	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат овощной с фасолью
7	Обед	Салат из сборных овощей	Салат «Мозаика»

День	Прием пищи	Заменяемый салат	Сезонный салат
8	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из овощей с кукурузой
13	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат картофельный с растительным маслом
16	Обед	Салат из моркови с сахаром	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата
19	Обед	Салат витаминный с растительным маслом	Салат «Мозаика»



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»
Графский переулок, 4, к. 2,3,4, Москва, Россия, 129626
телефон: (495) 687 36 19, E-mail: fguz@mossanepid.ru, http://www.mossanexpert.ru
ОРГАН ИНСПЕКЦИИ
Аттестат аккредитации № RA.RU.710045

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной и иной документации
санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

77.01.05.Т.002207.05.21

21.05.2021

№

Дата

Основание производства экспертизы: заявление № 21/02.05.000607-3 от 26.03.2021

Дата (период) проведения экспертизы: с 02.04.2021 по 21.05.2021

Место проведения экспертизы: 129626, г. Москва, Графский переулок, дом 4, к.2, 3, 4

Цель проведения экспертизы: Подтверждение соответствия требованиям санитарного законодательства

Экспертиза проведена: заведующим отделом гигиены детей и подростков, врачом по гигиене детей и подростков А.О.Петренко, образование высшее по специальности медико-профилактическое дело, кандидат медицинских наук, сертификат специалиста № 0177040009695 от 21.06.2016 г., диплом о профессиональной переподготовке № 770400002407 от 2016 г.

Заказчик: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация "Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения" (ИНН:7720490947, ОГРН:1137799006784)

Юридический адрес: 129090, г. Москва, ЦАО, Каланчевская улица, дом 16 стр.1

Объект экспертизы: Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1. В части организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года

Фактический адрес:

Разработчик документации: НП СРО "АПСПОЗ",

Юридический адрес разработчика: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д.16, стр.1

Перечень представленной документации: Рацион для детей в возрасте 1,5 - 3 года с раскладкой используемых продуктов;

Таблица сезонных замен блюд

Установлено:

Общие сведения.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 20-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности,

012091

включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт.

Установлено:

1) Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	72,91	66,32	245,44	1870,23	1870,23
II неделя	76,20	71,69	253,51	1964,06	1964,06
III неделя	76,37	69,85	254,54	1952,34	1952,34
IV неделя	70,81	66,79	252,14	1892,91	1892,91
Итого:	74,07	68,66	251,41	1919,88	1919,88

В представленном рационе содержание белков составляет 176,37 %, жиров – 146,09 %, углеводов – 123,85 %, общая калорийность – 137,13 % от суточной потребности.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	70,85	64,53	220,59	1746,47	1746,47
II неделя	72,71	68,47	226,41	1812,71	1812,71
III неделя	73,51	67,08	229,44	1815,50	1815,50
IV неделя	67,04	63,23	227,46	1747,01	1747,01
Итого:	71,03	65,83	225,97	1780,42	1780,42

При этом содержание белков составляет 169,11 %, жиров – 140,05 %, углеводов – 111,32 %, общая калорийность – 127,17 % от суточной потребности.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению.

*Энергетическая ценность определялась по формуле:

Энергетическая ценность (ккал) = белки (г)*4 + жиры (г)*9 + углеводы (г)* 4.

Формирование рациона.

Представленный примерный 20-дневный рацион питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года предусматривает шестirazовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Соотношение калорийности по приемам пищи для детей в возрасте 1,5 - 3 года:

	I неделя		II неделя		III неделя		IV неделя		Итого:	
	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма
Завтрак	21	20	20	20	24	20	22	20	22	20
Второй завтрак	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5
Обед	30	35	30	35	29	35	31	35	30	35
Полдник	15	15	17	15	16	15	16	15	16	15
Ужин	23	20	22	20	22	20	21	20	22	20
Второй ужин	7	5	8	5	7	5	8	5	7	5

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.3/2.4.3590-20 +/- 5%.

Рацион питания составлен с использованием всех видов продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Сведения о среднесуточном наборе продуктов, полученные методом расчёта по информации из меню-раскладки, представлены в таблице.

Наименование	Значение	Норма*	%
Хлеб пшеничный	98,59	60	64,31
Мука пшеничная	27,44	25	9,75
Крупы, бобовые	36,05	30	20,16
Макаронные изделия	17,11	8	113,90
Картофель	141,45	120	17,88
Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	158,18	180	-12,12
Фрукты свежие	117,75	95	23,94
Сухофрукты	9,92	9	10,19
Мясо 1-й категории	52,46	50	4,92
Субпродукты (печень, язык, сердце)	21,48	20	7,40
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.)	20,29	20	1,45
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленное	32,73	32	2,27
Колбасные изделия (г)	0,00	0	0,00
Молоко, молочная и кисломолочная продукция	391,98	390	0,51
Творог (5% - 9% м.д.ж.)	30,00	30	0,00
Сыр	5,07	4	26,75
Сметана	8,97	9	-0,36
Масло сливочное	19,29	18	7,17
Масло растительное	11,39	9	26,61
Яйцо, шт.	40,55	40	1,37
Сахар	24,99	25	-0,03
Кондитерские изделия	24,84	12	107,00
Крахмал	2,35	2	17,38
Соль пищевая поваренная йодированная	2,94	3	-2,13
Специи	0,05	0	0,00
Какао-порошок	0,72	0,5	44,00
Кофейный напиток	2,23	1	123,20

* норма представлена с учётом количества приёмов пищи.

Недостаток овощей компенсируется использованием картофеля и фруктов сверх установленной нормы. Использование сахара и соли не превышает суточное потребление.

В рационе питания используются все основные группы продуктов, предусмотренные рекомендуемым суточным продуктовым набором, в том числе мясные, молочные продукты, рыба, овощи, фрукты.

Ежедневно в меню использованы мясо, молоко (молочные продукты), сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный.

Завтрак, как правило, состоит из закуски, горячего блюда и горячего напитка; обед – из закуски, первого, второго блюда и напитка.

Пищевая ценность используемых в меню блюд рассчитана согласно пояснительной записке и представленных технологических карт на основании:

1. Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2005;

2. Таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания:
Справочник. – Москва, 2007. Составители: Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым нормам СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рационы обеспечивают физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний используется йодированная соль.

1) Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	78,53	1,28	1,70	1145,13
II неделя	80,78	1,38	2,15	1950,42
III неделя	79,83	1,25	1,41	153,12
IV неделя	87,03	1,79	1,86	1560,66
Итого:	81,54	1,43	1,78	1202,33

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	1057,20	1353,04	16,39	250,86
II неделя	1112,83	1431,64	21,29	274,31
III неделя	1108,30	1381,43	15,01	260,66
IV неделя	1174,56	1371,15	19,13	270,20
Итого:	1113,22	1384,32	17,95	264,01

В представленном рационе содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08.

Соотношение кальция к фосфору близко к оптимальному значению.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая ценность по микронутриентам рациона питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	77,18	1,26	1,62	1137,60
II неделя	79,82	1,35	2,03	1937,47
III неделя	68,12	1,22	1,33	142,67
IV неделя	77,13	1,75	1,72	1545,73
Итого:	75,56	1,40	1,68	1190,87

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	989,99	1297,90	15,76	239,75
II неделя	1005,88	1343,82	20,89	259,69
III неделя	1040,60	1319,99	14,55	249,97
IV неделя	1058,00	1275,48	18,70	254,90
Итого:	1023,62	1309,30	17,47	251,08

При этом содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08.

Технология изготовления кулинарной продукции.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации / под ред. А.Я. Перевалова, Пермь 2013; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под редакцией С.В. Маслова, Москва 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под ред. В. Р. Кучмы, Москва, 2016. Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

В период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с таблицей замены блюд, изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. В ежедневном меню указывать наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом при наличии подтвержденных в ЛПУ сведений о заболевании, в т.ч. с указанием аллергена (в случае пищевой аллергии).

Заключение:

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1. В части организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года по адресу: **соответствует** требованиям:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (глава VIII)

В соответствии со ст.42 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ответственность за качество и объективность санитарно-эпидемиологической экспертизы несет специалист, проводивший санитарно-эпидемиологическую экспертизу.

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

Руководитель (заместитель)
органа инспекции



А. О. Петренко

А.В. Мизгайлов



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»
Графский переулок, 4, к. 2,3,4, Москва, Россия, 129626
телефон: (495) 687 36 19, E-mail: fguz@mossanepid.ru, http://www.mossanexpert.ru
ОРГАН ИНСПЕКЦИИ
Аттестат аккредитации № RA.RU.710045

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной и иной документации
санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

77.01.05.T.002205.05.21

21.05.2021

Основание производства экспертизы: [№]заявление № 21/02.05.000606-3 от 26.03.2021 ^{Дата}

Дата (период) проведения экспертизы: с 02.04.2021 по 21.05.2021

Место проведения экспертизы: 129626, г. Москва, Графский переулок, дом 4, к.2, 3, 4

Цель проведения экспертизы: Подтверждение соответствия требованиям санитарного законодательства

Экспертиза проведена: заведующим отделом гигиены детей и подростков, врачом по гигиене детей и подростков А.О.Петренко, образование высшее по специальности медико-профилактическое дело, кандидат медицинских наук, сертификат специалиста № 0177040009695 от 21.06.2016 г. , диплом о профессиональной переподготовке № 770400002407 от 2016 г.

Заказчик: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация "Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения" (ИНН:7720490947 , ОГРН:1137799006784)

Юридический адрес: 129090,г.Москва,ЦАО,Каланчёвская улица,дом 16 стр.1

Объект экспертизы: Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1. В части организации питания детей в возрасте 3-7 лет

Фактический адрес:

Разработчик документации: НП СРО "АПСПОЗ",

Юридический адрес разработчика: 129090, г.Москва, ул.Каланчевская, д.16, стр.1

Перечень представленной документации: Рацион для детей в возрасте 3-7 лет с раскладкой используемых продуктов;

Таблица сезонных замен блюд.

Установлено:

Общие сведения.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 20-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности,

012089

включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт.

Установлено:

1) Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	86,45	79,83	279,84	2183,66	2183,66
II неделя	88,97	85,22	284,58	2261,17	2261,17
III неделя	86,01	83,24	288,51	2247,29	2247,29
IV неделя	83,45	82,05	287,88	2223,79	2223,79
Итого:	86,22	82,59	285,20	2228,98	2228,98

В представленном рационе содержание белков составляет 159,67 %, жиров – 137,65 %, углеводов – 109,27 %, общая калорийность – 123,83 % от суточной потребности.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	84,14	77,36	258,27	2065,91	2065,91
II неделя	85,18	81,54	257,81	2105,89	2105,89
III неделя	82,94	79,96	265,14	2111,93	2111,93
IV неделя	79,32	77,83	265,07	2078,01	2078,01
Итого:	82,89	79,17	261,57	2090,44	2090,44

При этом содержание белков составляет 153,51 %, жиров – 131,96 %, углеводов – 100,22 %, общая калорийность – 116,14 % от суточной потребности.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению.

*Энергетическая ценность определялась по формуле:

Энергетическая ценность (ккал) = белки (г)*4 + жиры (г)*9 + углеводы (г)* 4.

Формирование рациона.

Представленный примерный 20-дневный рацион питания для детей в возрасте 3 - 7 лет предусматривает шестиразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Соотношение калорийности по приемам пищи для детей в возрасте 3 - 7 лет:

	I неделя		II неделя		III неделя		IV неделя		Итого:	
	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма
Завтрак	22	20	21	20	23	20	23	20	22	20
Второй завтрак	3	5	2	5	3	5	2	5	3	5
Обед	31	35	31	35	31	35	31	35	31	35
Полдник	15	15	16	15	16	15	16	15	16	15
Ужин	24	20	22	20	21	20	20	20	22	20
Второй ужин	5	5	7	5	6	5	7	5	6	5

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.3/2.4.3590-20 +/- 5%.

Рацион питания составлен с использованием всех видов продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Сведения о среднесуточном наборе продуктов, полученные методом расчёта по информации из меню-раскладки, представлены в таблице.

Наименование	Значение	Норма*	%
Хлеб пшеничный	114,92	80	43,64
Мука пшеничная	32,56	29	12,29
Крупы, бобовые	45,46	43	5,73
Макаронные изделия	19,64	12	63,64
Картофель	165,44	140	18,17
Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	192,20	220	-12,64
Фрукты свежие	120,24	100	20,24
Сухофрукты	11,01	11	0,11
Соки фруктовые и овощные	110,00	100	10,00
Мясо 1-й категории	60,65	55	10,27
Субпродукты (печень, язык, сердце)	24,95	25	-0,22
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.)	23,41	24	-2,47
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	37,05	37	0,12
Колбасные изделия (г)	0,00	0	0,00
Молоко, молочная и кисломолочная продукция	465,06	450	3,35
Творог (5% - 9% м.д.ж.)	40,00	40	0,00
Сыр	7,08	6	18,00
Сметана	11,06	11	0,52
Масло сливочное	22,62	21	7,69
Масло растительное	14,49	11	31,72
Яйцо, шт.	43,79	40	9,47
Сахар	28,41	30	-5,29
Кондитерские изделия	20,96	20	4,80
Крахмал	2,62	3	-12,83
Соль пищевая поваренная йодированная	3,51	5	-29,79
Специи	0,06	0	0,00
Какао-порошок	0,80	0,6	33,33
Кофейный напиток	2,48	1,2	106,67

* норма представлена с учётом количества приёмов пищи.

Недостаток овощей компенсируется использованием картофеля и фруктов, недостаток субпродуктов и мяса птицы – мясом 1-ой категории сверх установленной нормы. Использование сахара и соли не превышает суточное потребление.

В рационе питания используются все основные группы продуктов, предусмотренные рекомендуемым суточным продуктовым набором, в том числе мясные, молочные продукты, рыба, овощи, фрукты.

Ежедневно в меню использованы мясо, молоко (молочные продукты), сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный.

Завтрак, как правило, состоит из закуски, горячего блюда и горячего напитка; обед – из закуски, первого, второго блюда и напитка.

Пищевая ценность используемых в меню блюд рассчитана согласно пояснительной записке и представленных технологических карт на основании:

1. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2005;
2. Таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. – Москва, 2007. Составители: Скурихин И.М., Тютельян В.А.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым нормам СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рационы обеспечивают физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний используется йодированная соль.

1) Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	89,35	1,51	2,00	1324,92
II неделя	92,54	1,59	2,56	2324,43
III неделя	91,91	1,45	1,65	188,89
IV неделя	99,18	2,06	2,20	1820,24
Итого:	93,24	1,65	2,10	1414,62

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	1261,88	1626,32	18,77	297,18
II неделя	1370,52	1711,39	24,61	324,64
III неделя	1342,79	1651,23	17,32	306,62
IV неделя	1425,38	1646,14	22,21	321,32
Итого:	1350,14	1658,77	20,72	312,44

В представленном рационе содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08.

Соотношение кальция к фосфору близко к оптимальному значению.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая ценность по микронутриентам рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	87,84	1,49	1,91	1314,51
II неделя	91,47	1,56	2,42	2309,44
III неделя	78,89	1,41	1,56	176,28
IV неделя	88,17	2,02	2,05	1802,44
Итого:	86,59	1,62	1,99	1400,67

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	1182,34	1560,75	18,22	284,27
II неделя	1250,78	1613,55	24,23	308,42
III неделя	1264,84	1581,29	16,91	294,55
IV неделя	1293,01	1537,80	21,83	304,05
Итого:	1247,74	1573,35	20,30	297,82

При этом содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08; содержание витамина А - 280,13 % от суточной потребности.

Технология изготовления кулинарной продукции.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации / под ред. А.Я. Перевалова, Пермь 2013; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под редакцией С.В. Маслова, Москва 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под ред. В. Р. Кучмы, Москва, 2016. Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

В период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с таблицей замены блюд, изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. В ежедневном меню указывать наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом при наличии подтвержденных в ЛПУ сведений о заболевании, в т.ч. с указанием аллергена (в случае пищевой аллергии).
- 3.

Заключение:

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1. В части организации питания детей в возрасте 3-7 лет по адресу: **соответствует** требованиям:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (глава VIII)

В соответствии со ст.42 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ответственность за качество и объективность санитарно-эпидемиологической экспертизы несет специалист, проводивший санитарно-эпидемиологическую экспертизу.

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

Руководитель (заместитель)
органа инспекции



А. О. Петренко



А.В. Мизгайлов

