

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

2 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	4.12	4.03	25.31	154.00	1.17
2	1	Булочка с маслом	25/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				9.41	13.35	51.06	362.00	2.37
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	77	Суп картофельный с птицей	150/20	5.62	4.41	9.98	102.08	7.20
2	300	Птица отварная	60	13.56	10.20	0.00	146.00	0.00
3	336	Капуста тушеная	150	3.09	4.85	14.14	112.65	25.74
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				26.50	20.07	57.01	549.13	33.24
Полдник								
1	231	Сырники из творога	70	13.02	8.86	7.53	162.40	0.18
2	362	Соус яблочный	15	0.01	0.01	2.55	10.40	0.13
3	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого:				13.07	8.88	17.07	200.80	0.33
ИТОГО за весь день				49.43	42.60	149.59	1213.93	38.94

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

3 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	3.46	4.57	19.76	134.00	1.17
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	395	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	0.98
Итого:				10.53	13.45	44.95	343.00	2.22
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.75	0.36	15.15	64.00	3.00
2	368	Фрукты	100	1.50	0.50	21.00	95.00	10.00
Итого:				2.25	0.86	36.15	159.00	13.00
ОБЕД								
1	81	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150/20	8.89	3.91	9.89	110.52	3.58
2	282	Котлета рубленая мясная	60	9.32	7.07	9.64	139.00	0.09
3	134	Свекла, тушенная в сметане или соусе	100	2.36	7.09	10.68	116.00	1.35
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого:				24.59	18.68	60.19	542.37	6.31
Полдник								
1	449	Оладьи с повидлом	100/10	7.71	6.87	46.96	270.92	0.40
2	401	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	76.00	0.45
Итого:				12.21	10.62	53.26	346.92	0.85
ИТОГО за весь день:				49.58	43.61	194.55	1391.29	22.38

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

4 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	2.85	5.01	14.29	114.00	1.17
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	394	Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77.00	1.19
Итого:				7.64	13.94	38.39	310.00	2.36
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	15	Овощи по сезону	30	0.29	1.84	0.92	21.42	5.73
2	57	Борщ с капустой и картофелем, с мясом	150/20	6.69	3.69	7.74	91.17	6.27
3	276	Жаркое по домашнему	170	20.80	5.33	18.50	205.00	7.26
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				32.01	11.47	60.05	505.99	19.56
Полдник								
1	458	Ватрушка с творогом	70	9.62	5.48	29.18	202.00	0.04
2	382	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65	92.70	0.82
Итого				10.04	5.52	51.83	294.70	0.86
ИТОГО за весь день:				50.14	31.23	174.72	1212.69	25.78

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления

Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

5 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	6.75	9.74	26.38	221.25	1.64
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	395	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	0.98
Итого:				13.82	18.62	51.57	430.25	2.69
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	13	Овощи по сезону	30	0.22	1.82	0.71	20.19	2.85
2	82	Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	150/20	5.83	4.42	10.28	104.18	4.95
3	304	Плов из птицы	160	16.59	5.81	26.76	226.00	0.41
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого:				26.66	12.66	67.73	527.22	9.50
Полдник								
1	139	Котлеты картофельные	70	2.58	5.21	16.46	123.43	7.90
2	350	Соус молочный	15	0.30	0.78	0.70	12.57	10.70
3	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого				2.92	6.00	24.15	164.00	18.62
ИТОГО за день:				43.85	37.58	167.90	1223.47	33.81

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

6 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	213	Яйцо вареное	40	5.02	4.60	0.28	63.00	0.00
2		Икра кабачковая промышленная	30	0.57	2.67	2.34	36.00	2.10
3	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
4	383	Какао с молоком сгущеным	150	2.74	1.95	18.81	103.80	0.28
Итого:				10.47	15.82	34.22	321.80	2.38
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	14	Овощи по сезону	30	0.32	1.84	1.04	22.11	7.47
2	99	Суп из овощей с мясом	150/20	6.55	3.74	5.59	86.85	6.32
3	256	Котлета рыбная любительская	60	8.25	2.69	6.68	84.00	2.12
4	125	Картофель отварной	105	2.05	3.96	16.12	108.00	14.70
5		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
6		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
7	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				21.40	12.84	62.32	489.36	30.91
Полдник								
1	192	Запеканка из смеси круп со свежими плодами	70	4.15	3.98	18.44	126.00	0.40
2	362	Соус яблочный	15	0.01	0.01	2.55	10.40	0.13
3	382	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65	92.70	0.82
Итого				4.58	4.03	43.64	229.10	1.35
ИТОГО за весь день:				36.90	32.99	164.63	1142.26	37.64

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

7 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	2.85	5.01	14.29	114.00	1.17
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	395	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	0.98
Итого:				9.92	13.89	39.48	323.00	2.22
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.75	0.36	15.15	64.00	3.00
2	368	Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	96.00	10.00
Итого:				2.25	0.86	36.15	160.00	13.00
ОБЕД								
1	13	Овощи по сезону	30	0.22	1.85	0.71	20.19	2.85
2	58	Борщ с картофелем с мясом	150/20	6.83	3.76	8.57	95.52	5.38
3	305	Котлеты рубленые из птицы	60	11.66	2.75	9.98	111.00	0.10
4	165	Каша гречневая рассыпчатая	100	6.00	4.05	26.96	168.00	0.00
5	350	Соус молочный	30	0.60	1.56	1.39	25.14	0.07
6		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
7		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
8	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого:				29.33	14.58	77.59	596.70	9.69
Полдник								
1	237	Запеканка из творога	70	12.43	8.47	12.85	177.10	0.16
2	362	Соус яблочный	15	0.01	0.01	2.55	10.40	0.13
4	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого				12.48	8.49	22.39	215.50	0.31
ИТОГО за весь день:				53.98	37.82	175.61	1295.20	25.22

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

8 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.31	3.90	14.12	108.90	0.68
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				9.60	13.22	39.87	316.90	1.88
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	15	Овощи по сезону	30	0.29	1.84	0.92	21.42	5.73
2	76	Рассольник ленинградский с мясом	150/20	6.86	3.81	10.05	102.12	4.62
3	247	Рыба тушеная с овощами	80	7.48	3.59	2.20	81.00	1.80
4	321	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	14.52
5		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
6		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
7	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
8		Кондитерское изделие	25	0.7	0.82	19.32	87.50	0.00
Итого:				22.00	13.11	81.72	590.24	26.97
Полдник								
1	217	Омлет с морковью	60/5	4.56	9.44	2.26	112.00	0.78
2		Хлеб пшеничный	15	1.18	0.15	7.24	32.04	0.00
3	393	Чай с сахаром и лимоном	150/10/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	1.42
Итого				5.81	9.60	16.60	173.04	2.20
ИТОГО за весь день:				37.86	36.23	162.64	1182.18	34.05

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

9 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	2.40	3.82	16.10	108.00	1.17
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	394	Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77.00	1.19
Итого:				9.78	13.03	41.97	324.00	2.43
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	78	Суп картофельный вегетарианский	150	0.99	3.35	5.48	56.10	5.59
2	298	Голубцы ленивые	120	10.81	6.81	15.04	164.00	15.03
3	355	Соус сметанный с томатом	15	0.26	0.74	1.05	12.01	0.20
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого:				16.08	11.51	51.55	408.96	22.11
Полдник								
1	473	Булочка "Веснушка"	70	5.46	4.29	37.71	211.40	0.00
2	400	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	2.05
Итого				10.04	8.37	45.29	296.40	2.05
ИТОГО за весь день:				36.35	33.21	163.26	1131.36	29.59

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

10 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	6.75	9.74	26.38	221.25	1.64
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				12.04	19.06	52.13	429.25	2.84
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	14	Овощи по сезону	30	0.32	1.84	1.04	22.11	7.47
2	87	Суп с рыбными консервами	150	5.15	5.04	8.59	100.30	5.46
3	274	Мясо тушенное с овощами	170	16.20	13.28	11.03	228.00	3.71
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				25.90	20.77	53.55	538.81	16.94
Полдник								
1	240	Пудинг из творога с яблоками	70	9.52	7.46	10.24	146.30	0.93
2	362	Соус яблочный	15	0.01	0.01	2.55	10.40	0.13
3	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого				9.57	7.48	19.78	184.70	1.08
ИТОГО за весь день:				47.96	47.61	149.91	1254.76	23.86

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: понедельник

Неделя: третья

Возрастная категория: 1 - 3 лет

11 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	176	Каша вязкая с изюмом	150	4.59	5.89	32.61	232.00	0.65
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	2.15	1.46	15.50	84.00	0.28
Итого:				8.88	13.95	60.90	435.00	0.93
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	77	Суп картофельный с птицей	150/20	5.62	4.41	9.98	102.08	7.20
2	261	Тефтели рыбные тушеные	60	7.72	2.95	8.28	90.00	0.19
3	355	Соус сметанный с томатом	15	0.26	0.74	1.05	12.01	0.20
4	324	Пюре из моркови (I вариант)	100	1.30	3.37	7.05	63.80	3.82
5		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
6		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
7	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого				18.92	12.08	56.34	444.74	12.70
Полдник								
1	216	Омлет с сыром	60/5	6.95	12.87	1.08	148.00	0.13
2		Хлеб пшеничный	15	1.18	0.15	7.24	32.04	0.00
3	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого				8.17	13.03	15.31	208.04	0.15
ИТОГО за весь день:				36.42	39.36	157.00	1189.78	16.78

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: вторник

Неделя: третья

Возрастная категория: 1 - 3 лет

12 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.31	3.90	14.12	108.90	0.68
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				12.19	13.50	41.64	336.90	1.95
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	14	Овощи по сезону	30	0.32	1.84	1.04	22.11	7.47
2	57	Борщ с капустой и картофелем, с мясом	150/20	6.69	3.69	7.74	91.17	6.27
3	278	Бестроганов из отварного мяса	60/60	15.51	12.43	3.29	187.00	0.01
4	315	Рис отварной	100	2.43	3.58	24.46	139.80	0.00
5		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
6		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
7	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				29.18	22.15	69.42	628.48	14.05
Полдник								
1	454	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	23.60	158.00	0.29
2	401	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	76.00	0.45
Итого:				8.58	8.24	29.90	234.00	0.74
ИТОГО за весь день				50.40	44.19	165.41	1301.38	19.74

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: среда

Неделя: третья

Возрастная категория: 1 - 3 лет

13 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	4.12	4.03	25.31	154.00	1.17
2	1	Батон пшеничный с маслом сливочным	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.07
3	394	Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77.00	1.19
Итого:				8.91	12.96	49.41	350.00	2.43
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	83	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/20	3.98	3.10	9.26	81.00	6.72
2	137	Рагу из овощей	150	2.29	11.00	14.44	166.00	8.67
3		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
4		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
5	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
6		Кондитерское изделие	25	0.7	0.82	19.32	87.50	0.00
Итого:				10.99	15.53	73.00	511.35	16.68
Полдник								
1	452	Оладьи из творога с повидлом	100/20	6.95	11.24	47.13	328.61	0.42
2	400	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	2.05
Итого:				11.53	15.32	54.71	413.61	2.47
ИТОГО за весь день:				31.88	44.11	201.57	1376.96	24.58

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: четверг

Неделя: третья

Возрастная категория: 1 - 3 лет

14 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	3.69	5.40	17.62	134.00	1.17
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	0.98
Итого:				8.17	14.00	41.04	323.00	2.15
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	368	Фрукты	100	1.50	0.50	21.00	95.00	10.00
2	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.75	0.36	15.15	64.00	3.00
Итого:				2.25	0.86	36.15	159.00	13.00
ОБЕД								
1	13	Овощи по сезону	30	0.22	1.85	0.71	20.19	2.85
2	99	Суп из овощей с мясом	150/20	6.55	3.74	5.59	86.85	6.32
3	282	Биточки рубленые мясные	60	9.32	7.07	9.64	139.00	0.09
4		Масло сливочное	5	0.04	3.63	0.07	33.00	0.00
5	322	Пюре картофельное с морковью	120	2.28	3.69	9.64	100.08	12.59
6		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
7		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
8	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				22.64	20.59	58.54	567.52	22.15
Полдник								
1	230	Вареники ленивые	100/5	8.91	4.45	15.31	208.00	0.19
2	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого				8.95	4.46	22.30	236.00	0.21
ИТОГО за весь день:				42.01	39.91	158.03	1285.52	37.51

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: пятница

Неделя: третья

Возрастная категория: 1 - 3 лет

15 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	2.40	3.82	16.10	108.00	1.17
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				10.28	13.42	43.62	336.00	2.44
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	15	Овощи по сезону	30	0.29	1.84	0.92	21.42	5.73
2	58	Борщ с картофелем с мясом	150/20	6.83	3.76	8.57	95.52	5.38
3	291	Запеканка картофельная с мясом, печенью	120/5	8.91	6.59	20.43	177.00	2.85
		Масло сливочное	5	0.04	3.63	0.07	33.00	0.00
5		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
6		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
7	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого:				20.09	16.43	59.97	503.79	15.25
Полдник								
1	473	Булочка "Веснушка"	70	5.46	4.29	37.71	211.40	0.00
2	401	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	76.00	0.45
Итого				9.96	8.04	44.01	287.40	0.45
ИТОГО за день:				40.78	38.19	172.05	1229.19	21.14

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: понедельник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

16 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	206	Макароны отварные с сыром	100/5/15	7.42	8.00	18.15	174.39	0.10
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	383	Какао с молоком сгущеным	150	2.74	1.95	18.81	103.80	0.28
Итого:				12.30	16.55	49.75	397.19	0.38
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	13	Овощи по сезону	30	0.22	1.85	0.71	20.19	2.85
2	80	Суп картофельный с крупой, с мясом	150/20	6.90	2.50	8.67	84.57	5.05
3	133	Картофель тушеный в соусе	100	2.14	5.93	15.53	124.00	7.28
4	258	Шницель рыбный натуральный	60	8.98	2.68	5.84	83.00	1.83
5		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
6		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
7	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
8		Кондитерское изделие	25	0.7	0.82	19.32	87.50	0.00
Итого:				23.17	14.39	82.96	587.66	17.31
Полдник								
1	215	Омлет натуральный	60/5	5.73	11.04	1.10	127.00	0.10
2		Хлеб пшеничный	15	1.18	0.15	7.24	32.04	0.00
3	393	Чай с сахаром и лимоном	150/10/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	1.42
Итого				6.98	11.20	15.44	188.04	1.52
ИТОГО за весь день:				42.90	42.44	172.60	1274.89	22.21

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: вторник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

17 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	3.69	5.40	17.62	134.00	1.17
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	0.98
Итого:				8.17	14.00	41.04	323.00	2.15
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	81	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150/20	8.89	3.91	9.89	110.52	3.58
2	286	Тефтели мясные (I вариант)	120	8.87	9.83	11.71	171.00	0.85
3	54	Икра свекольная или морковная	100	2.36	7.09	10.68	116.00	1.35
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
7		Кондитерское изделие	25	0.7	0.82	19.32	87.50	0.00
Итого:				24.84	22.26	81.58	661.87	7.07
Полдник								
1	240	Пудинг из творога с яблоками	70	9.52	7.46	10.24	146.30	0.93
2	362	Соус яблочный	15	0.01	0.01	2.55	10.40	0.13
3	392	Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28.00	0.02
Итого				9.57	7.48	19.78	184.70	1.08
ИТОГО за весь день:				43.03	44.04	166.85	1271.57	13.30

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: среда

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

18 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	2.85	5.01	14.29	114.00	1.17
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				10.73	14.61	41.81	342.00	2.44
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	14	Овощи по сезону	30	0.32	1.84	1.04	22.11	7.47
2	270	Суп рыбный	150	12.85	2.37	17.50	131.00	11.40
3	302	Птица тушеная с овощами	180	9.37	2.28	16.49	124.00	7.34
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
Итого:				26.77	7.10	67.92	465.51	26.51
Полдник								
1	231	Сырники из творога	70	9.30	6.33	7.53	162.40	0.18
2	362	Соус яблочный	15	0.01	0.01	2.55	10.40	0.13
3	393	Чай с сахаром и лимоном	150/10/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	1.42
Итого				9.38	6.35	17.18	201.80	1.73
ИТОГО за весь день:				47.33	28.36	151.36	1111.31	33.68

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: четверг

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

19 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	4.12	4.03	25.31	154.00	1.17
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00	0.07
3	394	Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77.00	1.19
Итого:				8.91	12.96	49.41	350.00	2.43
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00	3.00
ОБЕД								
1	76	Рассольник ленинградский с мясом	150/20	6.86	3.81	10.05	102.12	4.62
2	301	Птица тушеная	60/60	13.24	10.94	3.52	165.00	0.01
3	321	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	14.52
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.01	17.91	73.20	1.29
Итого:				26.56	17.80	59.89	553.77	20.44
Полдник								
1	454	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	23.60	158.00	0.29
2	400	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	2.05
Итого				8.66	8.57	31.18	243.00	2.34
ИТОГО за весь день:				44.58	39.63	164.93	1248.77	28.21

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

День: пятница

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 1 - 3 лет

20 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК								
1	185	Каша жидкая молочная	150	3.46	4.57	19.76	134.00	1.17
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4.73	6.88	14.56	139.00	0.07
3	397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.20
Итого:				11.34	14.17	47.28	362.00	2.44
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	368	Фрукты	100	1.50	0.50	21.00	95.00	10.00
2	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.75	0.36	15.15	64.00	3.00
Итого:				2.25	0.86	36.15	159.00	13.00
ОБЕД								
1	15	Овощи по сезону	30	0.29	1.84	0.92	21.42	5.73
2	78	Суп картофельный вегетарианский	150	0.99	3.35	5.48	56.10	5.59
3	276	Жаркое по домашнему	170	20.80	5.33	18.50	205.00	7.26
4		Хлеб пшеничный	25	1.97	0.25	12.07	53.40	0.00
5		Хлеб ржано - пшеничный	25	1.93	0.35	0.00	50.25	0.00
6	376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	0.30
7		Кондитерское изделие	25	0.7	0.82	19.32	87.50	0.00
Итого:				27.01	11.95	77.11	558.42	18.88
Полдник								
1		Кондитерское изделие	30	2.25	2.94	22.32	125.10	0.00
2	401	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	76.00	0.45
Итого				6.75	6.69	28.62	201.10	0.45
ИТОГО за весь день:				47.35	33.67	189.16	1280.52	34.77
ИТОГО за 20 дней:				43.57	38.51	167.90	1237.03	28.19

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. _____

Приложение 1

Наименование	Пищевые вещества (г)					
	Б		Ж		У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак	10.89	18.45%	14.70	26.25%	72.64	33.79%
Обед	23.84	40.41%	15.45	27.58%	65.72	30.57%
Полдник	8.85	14.99%	8.37	14.94%	29.54	13.74%

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

1 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	206	Макароны с сыром	120/5/9	10.83	11.67	26.48	257.32
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.34	2.00	10.36	70.00
Итого:				15.31	20.27	49.63	446.32
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1		Овощи по сезону	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	78	Суп картофельный вегетарианский	150	1.32	4.46	7.30	74.80
3	256	Котлета рыбная любительская	60	11.16	3.90	9.04	116.00
4	315	Рис отварной	100	3.64	5.37	36.69	209.70
6		Хлеб пшеничный	25	2.36	0.30	14.48	64.08
7		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	0.77	0.14	0.00	20.10
8	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого				20.28	17.86	94.58	630.60
Полдник							
1	216	Омлет с сыром	60.00	6.95	12.87	1.07	148.00
2		Хлеб пшеничный	15	1.58	0.20	9.66	42.72
3	392	Чай с сахаром	150.00	0.06	0.02	9.99	40.00
Итого				8.59	13.09	20.72	230.72
ИТОГО за весь день:				44.72	51.58	194.27	1430.64

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

2 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная рисовая	150.00	5.36	4.95	32.91	197.56
2	1	Батон с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				11.17	14.74	61.52	423.56
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100.00	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				1.50	0.50	21.00	95.00
ОБЕД							
1	57	Борщ с картофелем и капустой	150	6.69	3.69	7.74	91.17
2	302	Птица тушенная в соусе с овощами	150	12.46	3.02	21.29	162.00
3		Хлеб ржаной	15	1.54	0.28	0.00	40.20
4		Хлеб пшеничный	25	2.37	0.30	14.49	64.08
5	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				23.45	7.30	68.51	459.15
Полдник							
1	240	Пудинг из творога с яблоком	70.00	13.61	10.67	14.63	209.00
3	392	Чай с сахаром	150.00	0.06	0.02	9.99	40.00
Итого:				13.67	10.69	24.62	249.00
ИТОГО за весь день				49.79	33.23	175.65	1226.71

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

3 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная манная	150	5.74	5.20	18.82	145.20
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/9	4.73	6.88	14.56	139.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.85	2.41	14.36	91.00
Итого:				13.32	14.49	47.74	375.20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1	80	Суп картофельный с крупой	150.00	8.26	4.93	7.44	113.28
2	287	Тефтели мясная	60.00	9.78	11.66	16.41	210.00
3	336	Капуста тушеная	120.00	3.09	4.85	14.14	112.65
4		Хлеб ржаной	15.00	1.54	0.28	0.00	40.20
5		Хлеб пшеничный	25	2.37	0.30	14.49	64.08
7	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				25.43	22.03	77.47	641.91
Полдник							
1	483	Булочка творожная	60.00	10.46	4.80	39.60	244.80
2	392	Чай с сахаром	150.00	0.06	0.01	6.99	28.00
Итого:				10.52	4.81	46.59	272.80
ИТОГО за весь день:				49.81	41.69	201.14	1412.91

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

4 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная "Геркулес"	150	4.62	6.68	26.59	171.95
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	394	Чай с молоком	150.00	2.67	2.34	14.31	89.00
Итого:				9.43	15.62	53.69	379.95
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукта	100.00	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				5.25	5.40	58.20	218.50
ОБЕД							
1		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	82	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	8.85	20.27	47.69	109.00
3	321	Пюре картофельное	120	3.06	3.06	20.43	137.25
4	278	Бефстроганов из отварного мяса	100	17.23	14.59	4.57	240.50
5		Хлеб пшеничный	25	2.37	0.30	14.49	64.08
6		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	0.77	0.14	0.00	20.10
7	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				33.31	42.05	114.25	716.85
Полдник							
1	213	Яйцо отварное	40	7.52	13.46	1.51	157.00
2	45	Винегрет овощной	30	0.81	3.70	5.06	54.96
3		Хлеб пшеничный	15	1.58	0.20	9.66	42.72
2	392	Чай с сахаром	150	0.06	0.01	6.99	28.00
Итого				9.97	17.37	23.22	282.68
ИТОГО за весь день:				57.96	80.44	249.36	1433.11

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

5 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Суп молочный с пшеничной крупой	150	5.98	7.31	28.62	204.87
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/9	4.73	6.88	14.56	139.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				14.38	17.38	59.00	450.87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	67	Щи из свежей капусты	150	9.18	4.84	6.90	104.88
3	125	Картофель отварной	120	3.05	4.17	24.08	146.00
4	253	Рыба запеченая с морковью	80	12.07	5.62	4.74	118.25
5		Хлеб ржано-пшеничный	15	1.54	0.28	0	40.20
6		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
7	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				29.63	18.95	79.69	630.01
Полдник							
1		Кондитерские изделия	50	3.75	4.90	37.20	183.50
2	401	Кисломолочный продукт	100	5.22	4.50	7.56	92.00
Итого				8.97	9.40	44.76	275.50
ИТОГО за день:				53.52	46.09	212.79	1479.38

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

6 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	205	Макаронные изделия с маслом и сыром	120/5/9	10.83	11.67	26.48	254.32
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	383	Какао с молоком сгущенным (молоко)	150.00	3.28	2.34	22.57	124.56
Итого:				16.25	20.61	61.84	497.88
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1	99	Суп овощной	150	8.26	4.93	7.44	113.28
2	256	Котлета рыбная любительская	60	11.16	3.90	9.04	116.00
4	168	Каша пшеничная	120	5.68	4.63	41.91	233.27
5		Хлеб пшеничный	25	1.58	0.20	9.66	42.72
6		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	2.31	0.42	0.00	20.10
7	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				29.38	14.09	93.04	627.07
Полдник							
1	215	Омлет	60	5.02	4.60	0.28	63.00
2		Икра промышленная кабачковая	30	1.14	5.34	4.68	72.00
3		Хлеб пшеничный	15	1.58	0.20	9.66	42.72
4	392	Чай с сахаром	150	0.06	0.01	6.99	28.00
Итого				7.80	10.15	21.61	205.72
ИТОГО за весь день:				53.97	45.21	205.83	1453.67

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

7 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная с пшеном	150	7.17	6.50	23.52	181.50
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/9	4.73	6.88	14.56	139.00
3	394	Чай с молоком	150.00	2.67	2.34	14.31	89.00
Итого:				14.57	15.72	52.39	409.50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
2	368	Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				5.25	5.40	58.20	278.50
ОБЕД							
1	78	Борщ с картофелем с птицей	150	8.64	6.95	11.42	124.88
2	504	Плов из птицы	150	22.26	7.73	35.69	301.00
3		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
4		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
5		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	1.54	0.28	0.00	40.20
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				36.23	19.00	91.08	686.76
Полдник							
1	240	Пудинг из творога с яблоком	70	13.61	10.67	14.63	209.00
2	382	Кисель из сока натурального	150	0.56	0.05	30.20	123.60
Итого				14.17	10.72	44.83	332.60
ИТОГО за весь день:				70.22	50.84	246.50	1707.36

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

8 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	94	Суп молочный гречневый	150	5.96	5.46	17.08	141.60
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.67	2.34	14.31	89.00
Итого:				10.77	14.40	44.18	349.60
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100.00	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				1.50	0.50	21.00	95.00
ОБЕД							
1	87	Суп с рыбными консервами	150	6.86	6.72	11.45	133.80
2	282	Биточки рубленные мясные	60.00	12.44	9.24	12.56	183.00
3	54	Икра свекольная	120	2.79	5.47	14.76	120.12
4		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
5		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	2.31	0.42	0.00	60.30
6	372	Компот из свежих плодов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				27.55	22.21	80.66	673.68
Полдник							
1	454	Пирожок печеный	70	0.48	0.49	23.60	158.00
2	393	Чай с сахаром и лимоном	150.00	0.12	0.02	10.20	41.00
Итого				0.60	0.51	33.80	199.00
ИТОГО за весь день:				40.42	37.62	179.64	1317.28

День: **четверг**Неделя: **вторая**Возрастная категория: **от 1,5 до 3 лет**

9 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная манная	150	5.98	7.31	28.62	204.87
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/9	4.73	6.88	14.56	139.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				14.38	17.38	59.00	605.75
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.45	0.30	24.45	102.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00
ОБЕД							
1	76	Рассольник Ленинградский	150	10.06	6.64	12.51	155.65
2	274	Мясо тушеное с овощами	140.00	21.71	16.55	15.02	296.00
3		Хлеб ржаной	15.00	1.54	0.28	0.00	40.20
4		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
5	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				36.46	23.83	69.42	586.96
Полдник							
1	213	яйцо оварное	40	7.52	13.46	1.51	157.00
2		овощи по сезону	30	14.40	61.04	66.80	87.40
3		Хлеб ржаной	20	1.54	0.28	0.00	40.20
4	392	Чай с сахаром	150.00	0.06	0.01	6.99	20.00
Итого				23.52	74.79	75.30	304.60
ИТОГО за весь день:				74.81	116.30	228.17	1599.31

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

10 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	94	Суп молочный рисовый	150	7.17	6.50	23.52	181.50
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.85	2.41	14.36	91.00
Итого:				12.16	15.51	50.67	391.50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.45	0.30	24.45	102.00
Итого:				0.45	0.30	24.45	102.00
ОБЕД							
1		Овощи по сезону № 13.14.15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	81	Суп картофельный с бобовыми и птицей	150	11.38	5.15	13.18	144.88
3	255	Биточки рыбные	60	11.60	3.90	9.04	116.00
4	321	Пюре картофельное	120	3.06	3.06	20.43	137.25
5		Хлеб ржаной	15	1.54	0.28	0.00	40.20
6		Хлеб пшеничный	25	2.36	0.30	14.48	64.08
7	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				30.97	16.38	84.20	648.33
Полдник							
1	473	Булочка "Веснушка"	70	5.46	4.29	37.71	211.40
2	401	Кисломолочный продукт	100.00	5.22	4.50	7.56	92.00
Итого				10.68	8.79	45.27	303.40
ИТОГО за весь день:				54.26	40.98	204.59	1445.23

День: понедельник

Неделя: третья

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

11 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	93	Суп молочный "Геркулес"	150.00		8.55	46.28	336.77
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	396	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.65	1.79	18.88	102.00
Итого:				4.79	16.94	77.95	557.77
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.45	0.30	24.45	102.00
Итого:				0.50	0.30	24.45	102.00
ОБЕД							
1		Овощи по сезону	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	67	Щи из свежей капусты и картофелем с мясом	150	9.18	4.84	6.90	104.88
3	258	Шницель рыбный натуральный	60	12.08	3.92	8.21	116.00
4	315	Рис отварной	100	3.64	5.37	36.69	209.00
5		Хлеб пшеничный	25	2.36	0.30	14.48	64.08
6		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	0.77	0.14	0.00	20.10
7	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого				29.06	18.26	93.35	561.61
1	215	Омлет натуральный	60.00	7.52	13.46	1.51	157.00
2		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30.00	0.64	3.68	2.08	44.22
2		Хлеб пшеничный	15.00	2.36	0.30	14.48	64.08
2	393	Чай с сахаром и лимоном	150.00	0.12	0.02	10.20	41.00
Итого				10.00	17.16	28.27	306.30
ИТОГО за весь день:				44.35	52.66	224.02	1527.68

День: вторник

Неделя: третья

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

12 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5.36	4.95	32.91	197.56
2	3	Батон пшеничный с маслом	6.00	4.73	6.88	14.56	139.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.85	2.41	14.36	91.00
Итого:				12.94	14.24	61.83	427.56
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100.00	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				1.50	0.50	21.00	95.00
ОБЕД							
1	76	Рассольник Ленинградский	150	8.68	5.02	13.39	133.68
2	302	Птица тушенная с овощами	150	12.46	3.02	21.29	162.00
3		Овощи по сезону №13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
4		Хлеб ржаной	15	1.54	0.28	0.00	40.20
5		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
6	372	Компот из свежих плодов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				26.47	12.36	78.65	556.56
Полдник							
1	237	Запеканка творожная	70.00	17.76	12.10	18.37	253.00
2	382	Кисель из сока натурального	150.00	0.56	0.05	30.20	123.60
Итого:				18.32	12.15	48.57	376.60
ИТОГО за весь день				59.23	39.25	210.05	1455.72

День: среда

Неделя: третья

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

13 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная пшенная	150	3.87	4.74	26.14	163.41
2	1	Батон пшеничный с маслом сливочным	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				9.68	14.53	54.75	389.41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1	85	Суп картофельный с клецками	150.00	8.38	13.44	48.55	349.00
3	336	Капуста тушеная с мясом	120.00	3.09	4.85	14.14	112.65
4		Хлеб ржаной	15.00	1.54	0.28	0.00	40.20
5		Хлеб пшеничный	25	2.36	0.30	14.48	64.08
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				15.76	18.88	102.16	667.63
Полдник							
1	458	Ватрушка с творогом	70.00	9.45	6.92	27.86	205.02
2	393	Чай с сахаром и лимоном	150.00	0.12	0.02	10.20	41.00
Итого:				9.57	6.94	38.06	246.02
ИТОГО за весь день:				35.55	40.71	224.31	1426.06

День: четверг

Неделя: третья

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

14 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная манная	150	5.96	5.46	17.08	141.60
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	294	Чай с молоком	150.00	2.67	2.34	14.31	89.00
Итого:				10.77	14.40	44.18	349.60
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
2	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				3.75	5.10	53.50	243.50
ОБЕД							
1		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	57	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	150	6.69	3.69	7.74	91.17
3	282	Котлета из рубленного мяса	60	20.68	16.57	14.38	249.00
4	165	Каша гречневая	120	9.47	7.58	26.98	214.00
		Хлеб ржаной	15	1.54	0.28	0.00	40.20
5		Хлеб пшеничный	25	2.36	0.30	14.48	64.08
6	372	Компот из свежих плодов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				41.77	32.11	90.65	575.06
Полдник							
1	473	Булочка "Веснушка"	70	5.08	4.60	0.28	63.00
4	401	Кисломолочный продукт	100.00	0.06	0.02	9.99	40.00
Итого				5.14	4.62	10.27	103.00
ИТОГО за весь день:				61.43	56.23	198.60	1271.16

День: пятница

Неделя: третья

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

15 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная рисовая	150	5.96	5.46	17.08	141.60
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/9	4.73	6.88	14.56	139.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				14.36	15.53	47.46	387.60
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	82	Суп с макаронными изделиями	150	1.77	6.05	9.53	81.8
3	261	Тефтели рыбные	60	10.15	4.21	10.67	121.00
4	321	Пюре картофельное	120	3.06	3.06	20.43	137.25
5		Хлеб ржаной	15	1.54	0.28	0	40.20
6		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
7	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				20.31	17.64	84.60	600.93
Полдник							
1	448	Пицца "Детская"	50	3.75	4.90	37.20	183.50
2	392	Чай с сахаром	150.00	5.22	4.50	7.56	92.00
Итого				8.97	9.40	44.76	275.50
ИТОГО за день:				44.18	42.93	206.16	1387.03

День: понедельник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

16 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	206	Макароны отварные с сыром	120/5/9	10.83	11.67	26.48	254.32
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	383	Какао с молоком	150.00	3.28	2.34	22.57	124.56
Итого:				16.25	20.61	61.84	497.88
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100.00	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				1.50	0.50	21.00	95.00
ОБЕД							
1	71	Овощи натуральные свежие	30	0.34	3.68	2.08	44.22
2	99	Суп из овощей	150	8.26	4.93	7.44	113.28
3	258	шницель рыбный натуральный	60.00	12.08	3.92	8.21	116.00
4	168	Каша пшеничная	120	7.01	7.21	24.78	184.00
5		Хлеб пшеничный	25	1.58	0.20	9.66	42.72
6		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	0.77	0.14	0.00	20.10
7	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				30.43	20.09	77.16	622.02
Полдник							
1	454	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	33.68	191.33
2	393	Чай с лимоном	150.00	0.12	0.02	10.20	41.00
Итого				4.20	4.51	43.88	232.33
ИТОГО за весь день:				52.38	45.71	203.88	1447.23

День: вторник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

17 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная манная	150	5.98	7.31	28.62	204.87
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	395	Кофейный напиток с молоком	150.00	2.85	2.41	14.36	91.00
Итого:				10.97	16.32	55.77	414.87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				0.54	0.36	29.34	123.00
ОБЕД							
1	58	Борщ с картофелем	150.00	6.86	6.72	11.45	138.80
2	304	Плов с курицей	150.00	17.25	14.59	4.57	240.50
3		Овощи по сезону	30	3.06	3.06	20.43	137.27
4		Хлеб ржаной	15.00	1.54	0.28	0.00	40.20
5		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				31.86	25.01	78.34	733.23
Полдник							
1	230	Вареники ленивые отварные	105	13.61	10.67	14.43	209.00
3	392	Чай с сахаром	150.00	0.06	0.01	6.99	28.00
Итого				13.67	10.68	21.42	237.00
ИТОГО за весь день:				57.04	52.37	184.87	1508.10

День: среда

Неделя: четвертая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

18 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная "Геркулесовая"	150	5.96	5.46	17.08	141.60
2	3	Батон пшеничный с сыром	6.00	4.73	6.88	14.56	139.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				14.36	15.53	47.46	387.60
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100.00	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				1.50	0.50	21.00	95.00
ОБЕД							
1		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	67	Щи из свежей капусты и картофеля	150.00	9.18	4.84	6.90	104.88
3	282	Жаркое по - домашнему	60.00	12.44	9.24	12.56	183.00
4		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
5		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	0.77	0.14	0.00	20.10
6	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				26.18	18.26	63.43	528.66
Полдник							
1	215	Омлет натуральный	60	9.10	15.80	1.40	184.00
2		Икра кабачковая	30	1.14	5.34	4.68	72.00
3		Хлеб пшеничный	15	2.36	0.30	14.48	64.08
2	393	Чай с лимоном	150.00	0.12	0.02	10.20	41.00
Итого				12.72	21.46	30.76	361.08
ИТОГО за весь день:				54.76	55.75	162.65	1372.34

День: четверг

Неделя: четвертая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

19 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная гречневая	150	5.98	7.31	32.91	204.87
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2.14	6.60	12.79	119.00
3	394	Чай с молоком	150.00	2.67	2.34	14.31	89.00
Итого:				10.79	16.25	60.01	412.87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
2	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	100.00	0.54	0.36	29.34	123.00
Итого:				4.25	5.10	53.50	243.50
ОБЕД							
1	85	Суп картофельный с клецками	150	8.38	13.44	48.55	349.00
2	298	Голубцы ленивые	135	12.13	9.50	25.70	237.00
4		Хлеб ржаной	15	1.54	0.28	0.00	40.20
5		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
6	372	Компот из свежих плодов	150	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				25.20	23.58	116.14	802.66
Полдник							
1	483	Булочка творожная	80.00	10.46	4.80	39.60	244.80
2	382	Кисель из сока натурального	150.00	0.56	0.05	27.18	123.60
Итого				11.02	4.85	66.78	368.40
ИТОГО за весь день:				51.26	49.78	296.43	1827.43

День: пятница

Неделя: четвертая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

20 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	94	Суп молочный	150	5.96	5.46	17.08	141.60
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/9	4.73	6.88	14.56	139.00
3	397	Какао с молоком	150.00	3.67	3.19	15.82	107.00
Итого:				14.36	15.53	47.46	387.60
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100	1.50	0.50	21.00	95.00
Итого:				1.50	0.50	21.00	95.00
ОБЕД							
1	81	Суп картофельный с бобовыми	150	11.38	5.15	13.18	144.88
		Овощи по сезону № 13,14,15,20,33,41	30	0.64	3.68	2.08	44.22
2	256	Котлеты рыбные любительские	60	11.16	3.90	9.04	116.00
3	321	Пюре картофельное	120	3.06	3.06	20.43	137.25
4		Хлеб пшеничный	25	2.76	0.35	16.90	74.76
5		Хлеб ржано - пшеничный	15.00	0.77	0.14	0.00	20.10
6	376	Компот из сухофруктов	150.00	0.39	0.01	24.99	101.70
Итого:				30.16	16.29	86.62	638.91
Полдник							
1		Кондитерское изделие	50	3.75	4.90	37.20	183.50
2	401	Кисломолочный продукт	100.00	5.22	4.50	7.56	92.00
Итого				8.97	9.40	44.76	275.50
ИТОГО за весь день:				54.99	41.72	199.84	1397.01
ИТОГО за 20 дней:				53.23	51.05	210.44	1456.27

Наименование	Пищевые вещества (г)				
	Б		Ж		У
1	2	3	4	5	6
Завтрак	14.18	19.43%	17.67	25.61%	86.33
Обед	28.49	39.03%	20.31	29.43%	86.20
Полдник	10.55	14.46%	13.07	18.95%	37.91

Витамин С
9
0.00
0.00
0.34
0.34
3.60
3.60
6.30
14.89
3.06
0.00
0.00
0.00
0.36
24.61
0.28
0.00
2.83
3.11
31.66

Витамин С
9
1.17
0.00
1.43
2.60
3.60
3.60
9.60
9.44
0.00
0.36
19.40
1.33
0.03
1.36
26.96

Витамин С
9
1.17
0.07
1.17
2.41
3.60
3.60
4.77
0.00
25.74
0.00
0.36
30.87
0.14
0.03
0.17
37.05

Витамин С
9
1.17
0.00
1.20
2.37
3.60
3.60
6.30
8.36
18.16
10.98
0.00
0.00
0.36
44.16
0.15
6.15
1.09
7.39
57.52

Витамин С
9
1.64
0.07
1.17
2.88
3.60
3.60
6.30
6.60
1.01
0.00
0.36
14.27
10.70
0.07
10.77
31.52

Витамин С
9
0.00
0.00
0.33
0.33
3.60
3.60
8.43
3.06
0.00
0.00
0.00
0.36
11.85
0.58
0.27
1.09
1.94
17.72

Витамин С
9
1.17
0.07
1.17
2.41
10.00
10.00
7.17
0.00
6.30
0.00
0.00
0.36
13.83
1.33
1.09
2.42
28.66

Витамин С
9
0.90
0.00
1.43
2.33
3.60
3.60
7.28
0.12
18.16
0.00
0.00
0.36
25.92
1.03
2.83
3.86
35.71

Витамин С
9
1.17
0.07
1.20
2.44
3.60
3.60
7.45
20.03
0.40
0.00
0.36
28.24
0.15
0.00
0.00
0.00
0.15
34.43

Витамин С
9
1.64
0.00
1.43
3.07
3.60
3.60
6.30
7.28
5.20
18.16
0.00
0.36
37.30
0.00
0.00
0.00
43.97

Витамин С
9
0.87
0.00
0.34
1.21
3.60
3.60
6.30
0.26
2.62
0.00
0.00
0.00
0.36
9.54
0.15
6.30
0.00
0.03
6.48
20.83

Витамин С
9
0.90
0.07
1.43
2.40
3.60
3.60
14.94
9.44
6.30
0.00
0.36
31.04
0.24
1.09
1.33
38.37

Витамин С
9
1.17
0.07
1.20
2.44
3.60
3.60
8.96
25.74
0.00
0.36
35.06
0.06
2.83
2.89
43.99

Витамин С
9
1.17
0.00
1.17
2.34
3.60
3.60
6.30
8.43
0.12
15.73
0.00
0.36
30.94
0.22
0.03
0.25
37.13

Витамин С
9
1.17
0.07
1.43
2.67
3.60
3.60
6.30
7.17
3.80
0.00
0.36
17.63
0.00
0.00
0.00
23.90

Витамин С
9
0.15
0.00
0.33
0.48
3.60
3.60
6.30
6.73
262.00
0.00
0.00
0.00
0.00
0.36
275.39
0.29
2.83
3.12
282.59

Витамин С
9
1.17
0.00
1.17
2.34
3.60
3.60
4.77
10.98
18.16
8.04
0.00
0.36
42.31
1.33
0.02
1.35
49.60

Витамин С
9
1.17
0.07
1.43
2.67
3.60
3.60
6.30
14.89
0.12
0.00
0.00
0.36
21.67
0.17
2.83
3.00
30.94

Витамин С
9
1.17
0.07
1.20
2.44
3.60
3.60
0.00
3.80
0.00
0.36
4.16
0.14
0.03
0.17
10.37

Витамин С
9
1.17
0.07
1.43
2.67
10.00
10.00
11.46
6.30
7.45
8.97
0.00
0.00
0.36
34.54
0.08
0.54
0.62
47.83
46.54

7
31.39%
31.35%
13.79%